

Sinne, Karaktär och Personlighet

Citat av Ellen G White

Originaltitel: Mind, Character, and Personality

sidnummer efter engelska utgåvan

1977 – svenska 2021

ellenwhite.se

Forord

Sektion 1 - Studiet av Sinnet

Dess Viktighet	3
Den Kristne och Psykologin	10
Faror med Psykologin	18
Andligt Inflytande och Sinnet	27
Ett fanatiskt Sinne	38
En hälsosam Normalitet	48

Sektion 2 - Grundläggande inbördes Förhållanden

Sjukdom, som börjar i Sinnet	59
Tron och Sinnet	65
Sinnet, ett Citadell	72
Förståelse	78

Sektion 3 - Sinnets Utveckling

Bibeltudium och Sinnet	89
Iver	99
Föda för Sinnet	107
Motion	115
Känslomässiga Faktorer	123

Sektion 4 - En växande Personlighet

Påverkan före Födelsen	131
Arv och Miljö	142
Trygghet i Hemmet	152
Inflytandet från Föräldrarna	163
Stämningen i Hemmet	174
Kristus bemöter Sinnet	181
Skolan och Läraren	187

Sektion 5 - Livets Kraftkälla

Kärleken – en gudomlig, evig Princip	205
Kärlek i Hemmet	211
Kärlek och Sexualitet i Erfarenheten som Människa	218
Broderskärlek	240
Guds Kärlek	247

Sektion 6 - Själviskhet och Självaktning

Självaktning	255
Beroende och Oberoende	261
Själviskhet och Självupptagenhet	271

Sektion 7 - Tonår och Ungdomstid

Ungas Vanskligheter	281
Besatthet och blind Kärlek	295
Faror, som möter Ungdomen	308
Samvetet	319

Sektion 8

Vägledande Grundregler inom Utbildning

Förnimmelsens Inflytande	331
Grundsatser för ens Motivation	341
Principer för Studier och Inläring	350
Utbildningen måste vara i Balans	359

Sektion 9 - Sambandet mellan Kropp och Sinne

Hela Personlighetens harmoniska Agerande nödvändigt	373
Kroppen inverkar på Sinnet	380
Kosthållet och Sinnet	385
Sinne och Hälsa	396
Sinnet och den andliga Hälsan	404

Sektion 10 - Mental Hälsa

Lagar reglerande Sinnet	415
Individualitet	423
Förhållanden Människor emellan	431
Mental Hygien	441

Sektion 11 - Känslomässiga Bekymmer

Skuldkänslor	451
Sorg	458
Oro och Ängslan	466
Fruktan	474
Depression	482
Kontroverser – positiva och negativa	497
Överdrivet Studerande	506
Smärta	510
Ilska	516
Hat och Hämnd	524
Tro och Förtröstan	531

Sektion 12 - Svårigheter med Anpassning

Karaktärens Gestaltning	545
Konflikt och Likhet	555
De livsviktiga Funktionerna hos Guds Lagar	562
Kommunikation	572

Sektion 13 – Personligheten

Fantasin	587
Vanor	596
Lathet	602
Känslomässiga Behov	606
Läggning	615
Umgängesliv	621
Förkastelse	630
Klander	635
Lycka	641

Sektion 14 - Tankar och deras Inflytande

Tankevanor	655
Rätt Tänkande	665
Tvivel	671
Fantiserande och Sjukdom	681
Beslutsamhet och Viljan	685

Sektion 15 - Falsa System för Terapi	
Låtsasvetenskap	697
Ett Sinne styr ett annat	704
Hypnosen och dess Faror	711
Satans Teknik för Självupphöjelse	722

Sektion 16 - Principer och deras Tillämpning	
Säker Sinnesbehandling	731
Samverka med Forskningen	739
Aldringsvård	745

Sektion 17 - Psykologi i Praktiken	
Hanteringen av Känslor	755
Rådgivning	763
Förtroliga Meddelanden	775
Psykologi och Teologi	781
Negativa Verknningar på Sinnet	789
Gott Inflytande på Sinnet	797

Appendix A	807
Appendix B	811

Förord

Under Ellen G. Whites livstid (1827-1915) låg psykologin, eller konsten, att behandla sinnet och dess krafter och funktioner, ännu i sin linda. Men allmänt i hennes skrifter framträder det en klar inriktning med tydligt given vägledning rörande denna vetenskap och gällande mental hälsa.

Avsikten bakom denna sammanställning är, att få in på en enda plats Ellen G. Whites uttalanden inom detta breda, viktiga och stundom omstridda fält för enkelt studium. Sjundedags-adventister och andra, som är övertygade om, att Ellen G. White skrev under inflytande från Guds Ande, sätter värde på vägvisning inom ett område, vilket är så viktigt för hela mänskligheten vid en tidpunkt, när psykologins inriktningar varierar och växlar.

Riktigheten hos Ellen Whites åsikter inom områdena fysiologi, näring och utbildning, liksom inom andra fält, har redan bevisats. Det råder inget tvivel om, att allt eftersom forskningen inom psykologi och mental hälsa fortskrider, kommer hennes rykte om, att framlägga sunda psykologiska principer, att ställas på än fastare grund. Åt hängivna adventister kommer detta verk, Sinne, Karaktär och Personlighet, att tillhandahålla många svar. Vi är förvissade om, att i takt med sanningens gradvisa framträdande kommer de häri intagna åskådningarna att allt mer tilltala eftertänksamma läsare.

I sammanhanget är de enstaka förekomsterna av uttryck som "Jag såg", "Jag visades", "Jag har

blivit instruerad" inte bara förståeliga, utan välkomna på grund av den försäkran de ger om, att de porträtterade begreppen uppstått hos Honom, som formgav mänskosinnet.

Under hopandet av detta stoff på kontoret hos White Estate har inga försök gjorts, att välja avsnitt till stöd för åsikter torgförda av olika auktoriteter inom områdena utbildning och psykologi. Inga förutfattade meningar omfattade av sammanställarna förekommer här. Snarare har man försökt, att fritt låta Ellen White framställa sina åsikter. Det har varit möjligt, genom att stödja sig på det väldiga förrådet av hennes utgivna skrifter, författade under sex årtionden, såsom de framträder i tillgängliga eller utgångna böcker, flygblad, hennes flera tusen tidskriftsartiklar, liksom i hennes omfattande samling med manuskript och brev, som förvaras i arkivet på White Estate.

En stor del av Sinne, Karaktär och Personlighet upptas av allmänt vägledande grundsatser. Detta uppblandas och utfylls med material, som ger praktiska råd och anvisningar gällande samspelet mellan lärare och elev, pastor och församlingsmedlem, läkare och patient, liksom mellan förälder och barn.

De råd, som förekommer i mängder av exempel gällande företagsledare, predikanter, läkare, lärare, redaktörer, äkta män, hemmafruar och ungdomar kan anta formen av fakta om fallet, eftersom de avslöjar omständigheter och kommer med goda råd. Dock skall uppmärksamheten riktas mot principen i fråga.

Uppenbarligen skrev inte Ellen White som en psykolog. Hon använde inte fackuttryck, som är vanliga inom psykologins områden i dag. Faktum är, att läsaren rent av behöver närma sig hennes användning av orden "psykologi", "frenologi" och så vidare, med viss förståelse. Kunniga läsare lär dock bli djupt imponerade av hennes ovanliga insikt om psykologins grundläggande principer, vilket dessa skrifter visar. Ellen G. Whites uttalanden om de olika sidorna hos sinnet, dess väsentliga plats i mänsklig erfarenhet, dess möjligheter, och de orsaker, som bidrar till dess optimala funktion, såsom dessa sammanfogas i en tankeriktig följd, innebär ett utsökt tillägg till de böcker av Ellen G. White, som har getts ut efter hennes död. Dessa bidrar till vår förståelse om, vad en människa är och om hennes förhållande till sina jordiska omgivningar, till Gud och till världsalldet.

För tio år sedan, då arbetet med denna sammanställning inleddes, trodde man, att den mest skulle uppskattas av dem, som särskilt studerade ämnet mental hälsa. Därför har ett arrangemang följts, som bekvämt tillhandahåller uttalanden om särskilda företeelser åt den intresserade. Forskare bör hålla i minnet, att ehuru försök har gjorts, att i görligaste mån undvika övertydlighet, upprepas några nyckelord i olika kapitel, eftersom den studerande skulle förvänta sig att finna dem under skilda, lämpliga rubriker. Det framstår nu tydligt, att den här sammanställningen är av stort intresse för alla adventister, liksom för deras vänner, ty vi alla är inbegripna i striden om sinnet.

Sammanställarnas arbete har inskränkts till, att välja ut materialet, placera det i en synbarligt logisk följd, och att skriva rubriker, däribland underrubrikerna, som föregår de valda ämnena. Försök har gjorts, att ta med alla viktiga uttalanden om de framställda ämnena gjorda av Ellen White under hela hennes tjänstgöringstid, för att dra fördel av belysningen av en gjord poäng från alla synvinklar och därmed tillhandahålla mesta möjliga information. I samband härmed förekommer det här och där upprepningar av allmänna tankemönster, som kan te sig något irriterande vid en hastig genomläsning. Ett ingående studium stärks dock av varje fras, som bidrar till diskussionen av ett visst ämne. På så vis är Sinne, Karaktär och Personlighet något av ett uppslagsverk.

Varje citat åtföljs av en källhänvisning till Ellen G. Whites samlade skrifter, vilket låter läsaren i många fall slå upp hela originalsammanhanget, om så önskas. För att spara utrymme, används de gängse förkortningarna för E. G. Whites skrifter i källhänvisningarna. En nyckel till förkortningarna finns på de inledande sidorna. I samtliga fall anges datum för skrivandet eller första utgivningen. De ursprungliga källorna står som förstahandsreferenser, och om de för tillfället är tillgängliga i bokform, förekommer de giltiga, samtida utgivna referenserna. Hänvisningar till Seventh-day Adventist Bible Commentary gäller de däri tillagda uttalandena från E. G. White, som förekommer i slutet på var och en av delarna av Bibelkommentaren, eller i Band 7a av Seventh-day Adventist Bible Commentary.

Begränsat utrymme har omöjliggjort införandet av dessa band av vissa ämnen, som har med sinnet att göra, såsom "vanvett", osv., i vilket fall läsaren hänvisas till Comprehensive Index to the Writings of Ellen G. White {under "insanity"}.

Föreliggande sammanställning har gjorts på kontoret hos Ellen G. White Estate under ledning av Förvaltarstyrelsen, enligt instruktionen av Ellen White i hennes testamente. Olikt flertalet sammanställningar av Ellen G. Whites material, gavs den först ut i tillfälligt format under titeln Guidelines to Mental Health {Vägledning gällande Mental Hälsa}, för prov på skolor och granskande läsning av adventistiska utbildare, psykologer och psykiatriker. Det har varit White Estates önskan, att se till att alla kända uttalanden hörande till de framlagda ämnena har beaktats och att ordnandet av stoffet har varit godtagbart.

Det gynnsamma gensvaret efter användningen i klassrummet och av andra ger detta verk dess rättmätiga plats ibland de många andra böcker av Ellen G. White, som har getts ut efter hennes fränfalle. Eftersom det ges ut i två delar, blir verket en del av den omtyckta serien Christian Home Library {Det Kristna Hemmets Bibliotek}.

I sin nuvarande form utgör verket någon av en revision, vad gäller valet av ämnen och deras inbördes ordning. Ett kapitel med titeln "Kärlek och Sexualitet i Människans Liv" har lagts till. Tillägg har fullbordat somliga kapitel, och vissa strykningar har avlägsnat onödiga upprepningar. Sidnumreringen är sammanhängande i de två volymerna, och indexen till Bibelverserna och ämnena står sist.

Att den tydligt tecknade bilden av den stora striden mellan det godas och det ondas krafter för herraväldet över människans sinne måtte förmana och upplysa varje läsare och ge förslag och vägvisning för väljandet av det, som skänker trygg ledning i dag och garanterar framtida ärvande av det kommande livet, är det uppriktiga hopp, som närs av

*Förvaltarstyrelsen hos Ellen G. White Estate.
Washington, D.C., den 22. Mars, 1977.*

Sektion 1 - Studiet av Sinnet Dess Viktighet

Den skönaste Uppgift – Att ha med människors sinnelag att göra är den skönaste uppgift som människor överhuvudtaget kan få. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidan 269 (1873).

Att lära känna Livets Lagar – Det är varje människas plikt att lära känna livets lagar och följa dem samvetsgrant, inte bara för sin egen skull utan också av hänsyn till andra människor.

Alla behöver lära känna den mest fantastiska av alla organismer, människokroppen. Vi borde förstå hur de olika kroppsorganen fungerar, och hur de alla är beroende av varandra för att fungera bra. Vi borde studera hur sinnet påverkar kroppen och hur kroppen påverkar sinnet, och lära känna de lagar som gäller för dem. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 98 (1905).

Träna och tukta Sinnet – Oavsett, vem Du är, ... Herren har välsignat Er med intellektuella förmågor, som går att använda i hög grad. Uppamma Era talanger med uthålligt allvar. Lär upp och tukta sinnet genom studier, genom observation, genom reflektion. Ni kan inte bli ett med Guds sinnelag, med mindre Ni gör fullt bruk av alla krafter. De mentala förmågorna kommer att stärkas och utvecklas, om Ni anträder arbetet i gudsfruktan, i ödmjukhet, och under allvarlig bön. Ståndaktighet utträttat mirakler. – *Ellen G. Whites Liv i Skisser*, sidan 275 (1915).

Ett självdisciplinerat Sinnes inneboende Möjligheter – Alla måste utöva självdisciplin. Ett genomsnittligt, väldisciplinerat intellekt kommer att utträta ett arbete av mycket högre kvalitet än det mest högutbildade sinne och de största talanger som saknar självdisciplin. – *Säningsmannen*, sidan 272 (1900).

Att ha med Sinnen att göra, är en ytterst viktig Uppgift – Samhällets framtid står skriven i dagens ungdoms karaktär. I dem ser vi de framtida lärarna och lagstiftarna samt domarna, ledarna och dem, som skall avgöra nationens egenart och öde. Hur viktigt är då inte uppdraget åt dem, som skall gestalta det uppväxande släktets vanor och påverka deras liv!

Att hantera intellekt, är det största arbete, som någonsin har getts människor i uppgift. Föräldrars tid är alltför dyrbar, för att läggas ned på aptitens tillfredsällande, eller jakten på rikedom eller det senaste modet. Gud har lagt i deras händer de dyrbara ungdomarna, inte bara för att de skall utbildas till skicklighet i detta liv, utan för att de skall beredas för de himmelska salarna. – *Historical Sketches of the Foreign Missions of the Seventh-day Adventists*, sidan 209, 1886. (*Temperance*, sidan 270.)

Lärarens Duglighet beror på ett spänstigt Sinne – Men hur stor nytta lärarna är till beror inte så mycket på själva mängden av det som de har uppnått, som på den standard de har som mål. Verkligt goda lärare nöjer sig inte med luddiga tankar, ett oföretagsamt intellekt eller ett slött

minne. De söker hela tiden efter att nå nya mål och bättre metoder. De växer ständigt. Hos sådana lärare finns en spänst och en uppiggande kraft som väcker och inspirerar eleverna. – *Vägen till Mognad*, sidan 298 (1903).

Han eftersträvar högsta mentala och moraliska Halt – Att känna sig själv, är en stor gåva. Den lärare, som har en sund uppfattning om sig själv, låter Gud forma och tukta hans sinne. Dessutom erkänner han källan till sin förmåga... Självkänedom leder till ödmjukhet och till förtröstan på Gud, men den intar ej platsen åt ansträngningar för självförbättring. Den, som är medveten om sina egna brister, skyr inga svårigheter, för att uppnå den högsta nivån av fysisk, mental och moralisk förträfflighet. Ingen, som låter sig nöja med en låg standard, skall ha med ungdomens fostran att skaffa. – *Special Testimonies On Education*, sidan 50, (*Counsels to Parents, Teachers, and Students*, sidan 67).

Bered Er på Evigheten! – I allt Ert arbete måste Ni göra som lantmannen gör, när han verkar för jordens avkastning. Han tycks slänga bort säden; men nere i myllan gror den. Kraft från den levande Guden skänker säden liv och vitalitet, varpå framträder ”först strå, sedan ax och därefter fullmoget vete i axet” (Markusevangeliet 4:28). Studera detta förunderliga förlopp. Oh, det finns så mycket att lära sig, så mycket att förstå! Om vi förkovrar oss mentalt till det yttersta av vår förmåga, kommer vi under de eviga tidsåldrarna att fortsätta, att studera Guds vägar och verk och lära oss allt mer om Honom. – *Counsels to Parents, Teachers, and Students*, sidan 252 (1913).

Vetenskapen om Kristendomen och Sinnet – Det finns en vetenskap om kristendomen att bemästra – en vetenskap, som är lika mycket djupare, bredare, högre, än någon mänsklig vetenskap, som himlarna är högre, än jorden. Sinnet skall tuktas, utbildas, läras upp; ty människorna skall tjäna Gud på sätt, som rimmor illa med deras ingrodda fallenhet. Ofta måste en hel livstids upplärning och utbildning överges, för att man skall bli en lärd elev i Kristi skola. Hjärtat måste utbildas till ständig samvaro med Gud. Gamla och unga skall gestalta tankemönster, som låter dem motstå frestelse. De måste lära sig, att blicka uppåt. Principerna hos Guds Ord – grundsatser höga som himmelen och med evigheten i sikte – skall förstås i sin betydelse för vardagslivet. Varje gärning, varje ord, varje tanke skall stå i samklang med dessa grundregler. – *Counsels to Parents, Teachers, and Students*, sidan 20 (1913).

Framåt marsch bara genom Strid – Ingen annan teknik är som den, vilken utvecklar Guds karaktär inom studenten. De, som blir Kristi följare, upptäcker nya bevekelsegrunder för handlandet, nya tankar och nya gärningar. Dock kan de bara göra framsteg genom strid, ty det är alltid en fiende, som går emot dem, som kommer med frestelser, för att få själen att tvivla och synda. Det finns nedärvda och uppammade böjelser för det onda, som måste betingas. Aptiten och lidelserna måste ställas under den Helige Andes herravälde. På den här sidan om evigheten upphör aldrig detta krig. Men medan det ständigt finns slag att utkämpa, förekommer det också dyrbara segrar att vinna; och triumfen över jaget och synden är av större värde, än ett sinne kan föreställa sig. – *Counsels to Parents, Teachers, and Students*, sidan 20 (1913).

Varje Kristens Plikt, att öva Viljekraften – Det är varje kristens skyldighet att lära sig att hålla ordning och vara noggrann. Det finns ingen ursäkt för fusk av något slag. Om någon aldrig får något gjort på sin arbetsplats är orsaken att sinnet och hjärtat inte satts i arbete. Den som inte är så snabb och arbetar under ogynnsamma förhållanden borde inse att detta måste rättas till. Han/hon behöver öva sig i att kunna planera tiden så att arbetet leder till bästa resultat. En del kommer att kunna utföra mer på fem timmar än andra gör på tio genom att använda rätt metoder.

En del som har hushållsarbete verkar hela tiden vara upptagna, inte för att de har så mycket att göra, utan för att de inte planerar sin tid ordentligt. Genom att arbeta långsamt utträttar de lite, trots mycket arbete. Men alla som vill kan övervinna ovanan att arbeta på ett petigt och långsamt sätt. Man ska arbeta målmedvetet. Bestäm hur lång tid en viss uppgift får ta, och lägg sedan ner all den energi som behövs för att klara den. Genom att öva viljekraften kommer det att resultera i flinkare händer. – *Såningsmannen*, sidan 281 (1903).

Öva upp varje Styrka hos Sinne och Kropp – Gud har gett oss alla en hjärna, och han önskar att vi skall använda den till hans ära. . . . Förståndsgåvor har vi inte för mycket av. Vi måste utveckla och träna upp allt vi har förutsättningar för i kropp och sinne, för att vi skall kunna utöka vårt bästa. Kristus har köpt det så dyrt. Det är Guds vilja att vi skall bli ständigt bättre skickade till att samarbeta med honom. – Predikan på St. Helena Sanitarium, den 23. januari, 1904. (*Utvalda Budskap*, Band 1, sidan 100.)

Människan bedöms efter sin Bildning – Tro aldrig att du har lärt dig tillräckligt, och att du nu kan slappna av. Människan bedöms efter sin bildning. Din utbildning bör fortsätta hela livet. Lär dig något varje dag och omsätt din kunskap i praktiken så att den blir till nytta. – *Hälsa för Hela Människan*, 439 (1905).

Likheten mellan en oplöjd åker och ett icke uppövat sinne är slående. Redan barn och unga har fördärvad säd i sina sinnen, som är redo, att skjuta upp och ge ifrån sig en fördärvbringande skörd; och den största omsorg och vaksamhet krävs, för att stärka sinnet och fylla det med Bibelns dyrbara sanning. – *The Review and Herald*, den 9. november, 1886. (*Our High Calling*, sidan 202.)

Förvärva Kunskap och Bildning – Vår framgång i att förvärva kunskap och bildning beror på hur vi har utnyttjat den tid vi haft till förfogande. Fattigdom, lågt ursprung eller ofördelaktiga levnadsförhållanden är inget hinder för utvecklingen av intellektet. . . . Om en person är målmedveten, flitig och utnyttjar tiden på bästa sätt kommer detta att sätta den personen i stånd att skaffa sig kunskap och intellektuell disciplin, vilket kommer att kvalificera honom/henne till vilken uppgift som helst. – *Såningsmannen*, sidan 280 (1900).

Att förstå sig på Sinnens, är av stort Värde, när man behandlar de Sjuka – Det behövs stor visdom för att behandla sjukdomar som har sitt ursprung i sinnet. Ett sårat och sjukt hjärta, ett missmodigt sinne, behöver en mild behandling. . . . Medkänsla och finkänslighet kommer ofta att visa sig vara till större nytta för den sjuke än den skickligaste behandling som ges på ett kallt och likgiltigt sätt. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 207 (1905).

Insikt om Människans Sinne och Natur underlättar Frälsningsverket – Bestäm dig för att vara så effektiv och användbar som Gud vill att du ska vara. I allt du gör ska du vara grundlig och trofast. Alla möjligheter du har inom räckhåll ska du använda till att stärka ditt intellekt. När du läser böcker ska det gå hand i hand med kroppsligt arbete. Och med trofast strävan och under vaka och bön ska du försäkra dig om den visdom som kommer från ovan. På det sättet skaffar du dig en allsidig utbildning. Du skaffar dig alltså på det sättet en bättre karaktär och får också möjligheten att påverka andras sinnen, vilket ger dig möjligheten att leda in dem på hederlighetens och helighetens väg. – *Såningsmannen*, sidan 270 (1900).

Mekaniker, jurister, affärsmän och människor med olika yrken utbildar sig för att de skall bli skickliga inom sina fack. Skulle Kristi efterföljare vara mindre skickliga och, när de bekänner sig vara engagerade i Kristi tjänst, vara okunniga om de medel och vägar som borde användas? Uppgiften att vinna det eviga livet är högre än varje jordisk tanke. För att leda människor till Jesus måste man ha god kännedom om den mänskliga naturen och studera det mänskliga sinnet. Mycken noggrann förberedelse och ivrig bön fordras för att veta hur man skall närma sig människor med den stora sanningen. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidan 67 (1876).

Uppammade Krafter ökar Efterfrågan på våra Tjänster – Man ska arbeta målmedvetet. Bestäm hur lång tid en viss uppgift får ta, och lägg sedan ner all den energi som behövs för att klara den. Genom att öva viljekraften kommer det att resultera i flinkare händer. Människor kan bli väldigt schablonmässiga på grund av bristande beslutsamhet, vilket leder till ett felaktigt sätt att arbeta. – *Såningsmannen*, sidan 281 (1900).

Vi kan nästan uppnå Änglarnas Grad av Duglighet – Herren har skänkt människan förmågan till ständig vidareutveckling, och har tillhandahållit all möjlig hjälp i detta verk åt henne. Genom den gudomliga nådens försorg kan vi nästan uppnå änglarnas förträfflighet. – *The Review and Herald*, den 20. juni, 1882. (*Our High Calling*, sidan 218.)

Den Kristne och Psykologin

Sinnets Lagar stiftades av Gud – Han som skapade hjärnan och föreskrev vilka funktioner den skulle fylla, såg också till att den skulle kunna utvecklas enligt de principerna. [Anm.: Det råder fullödlig samklang mellan Bibeln och sann vetenskap. Psykologin är vetenskapen om och studiet av mänskligt beteende. – Sammanställarna.] – *Vägen till Mognad*, sidan 51 (1903).

Psykologins egentliga Grundvalar i Skrifterna – Psykologins verkliga grundsatser går att hitta i de Heliga Skrifterna. Människan känner ej till sitt rätta värde. Hon handlar enligt sin karaktärs icke omvända temperament, eftersom hon inte blickar upp till Jesus, hennes tros Upphovsman och Fullkomnare. Den, som kommer till Jesus, som tror på Honom och gör

Honom till sitt föredöme, inser betydelsen av orden ”gav han rätt att bli Guds barn”. {Johannesevangeliet 1:12.} ...

De, som går igenom den äkta omvändelsens erfarenhet, inser med all önskvärd tydlighet sitt ansvar, att inför Gud arbeta på sin egen frälsning med fruktan och bävan, ja, sitt ansvar, att bli fullt återställda från syndens spetälska. En dylik erfarenhet kommer dem, att ödmjukt och förtröstansfullt bli helt beroende av Gud. – *Manuskript* 121, 1902. (*My Life Today*, sidan 176.)

Ett Gud hängivet Sinne utvecklas harmoniskt – Gud tar emot människorna som de är och utbildar dem för Sin tjänst, om de är villiga att överlämna sig till Honom. När Guds Ande tas emot i själen, ger den liv till alla själens förmågor. Det sinne som utan förbehåll överlämnas till Gud, kommer under den Helige Andes ledning att utvecklas på ett harmoniskt sätt och stärkas till att förstå och uppfylla Guds krav. Den svaga, vacklande karaktären förvandlas och blir stark och fast. Vid en fortsatt hängivenhet upprättas det en så nära förbindelse mellan Jesus och Hans lärjungar att en kristen kommer att likna sin Herre i karaktären. Han har en klarare och vidare syn. Hans insikt är mer genomträngande, hans omdömesförmåga mer balanserad. Han blir så upplivad av den livgivande kraften från Rättfärdighetens Sol, att han blir i stånd att bära mycket frukt till Guds ära. – *Evangeliets tjänare*, 215 (1915).

Tekniken bakom ett rent kristet Liv – Tekniken bakom ett rent, sunt, konsekvent kristet leverne ligger i studiet av Herrens Ord. Det här är den främsta utbildning, som någon jordisk varelse kan säkra. Dessa är de läxor, som eleverna vid våra skolor borde bibringas, så att de lämnar dem med rena tankar och klara sinnen och hjärtan, redo, att klättra uppför förbättringens stege och att utöva de kristna dygderna. Det här är orsaken till vår önskan om, att våra skolor skall vara förenade med våra hälsohem och våra hälsohem med våra skolor. Verksamheten vid dessa inrättningar skall bedrivas i enkelheten hos evangeliet, såsom det framgår av Gamla Testamentet och det Nya. – *Manuskript* 86, 1905.

Omgiven av en Fridens Atmosfär – Alla som får sin utbildning i Guds skola behöver den stilla timmen i ensamhet med sina egna hjärtan, med naturen och med Gud... Vi måste personligen höra honom tala till våra hjärtan. När alla andra röster har tystnat och vi väntar inför honom i stillhet, gör själens tystnad Guds röst tydligare. Han säger till

oss: "Bli stilla och besinna att jag är Gud." Ps 46:11. ... Mitt ibland jäktande folkmassor och påfrestningarna i livets intensiva verksamhet, kommer de som på detta sätt blivit upplivade att vara omgivna av en atmosfär av ljus och frid. De kommer att få ett nytt mått av både fysisk och mental styrka. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 39 (1905).

Kristi Religion ett verksamt Botemedel – Satan är sjukdomens upphovsman och läkaren bekämpar hans verk och makt. Sinnets sjukdomar får alltmer överhanden. Fritänkare har utnyttjat sådana olyckliga fall [där familjebekymmer, sorg över synden, fruktan för ett evigt brinnande helvete har rubbat sinnets balans], i det de lagt skulden för sinnessjukdomen på kristendomen. Men detta är en grov ärekränkning som de senare inte skall uppskatta att konfronteras med igen. Kristi lära är långt ifrån orsak till vansinne, den är istället ett av dess bästa botemedel genom sin kraftigt nervlugnande effekt. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidorna 443-444 (1885).

Gå in på Fridens Område – När frestelser hopar sig över dig, när bekymmer, förvirring och mörker tycks omsluta din själ, se då tillbaka till den plats där du sist såg ljuset. Vila i Kristi kärlek och under hans beskyddande omsorg... När vi går in i gemenskap med Frälsaren, går vi in på fridens område. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 214 (1905).

All onödig Ängslan försvinner – När vi går till dagens arbete, såväl som när vi beder, när vi lägger oss till vila om aftonen och när vi står upp om morgonen, när den rike håller fest i sitt palats eller den fattige samlar sin familj omkring sitt anspråkslösa bord, vakar vår himmelske Fader över var och en av dem, ser varje tår som faller från ett sorgset öga och varje leende som upplyser ett glatt ansikte.

Om vi verkligen kunde tro detta, skulle all onödig ängslan och alla bekymmer försvinna. Vårt liv skulle då inte vara så uppfyllt av misräkningar, ty allting, både stort och smått, skulle vi ha överlämnat åt Herren, som aldrig blir rådvill eller nedtryckt av bekymmer. Vi skulle då få njuta ett själslugn, som många av oss länge har saknat. – *Vägen till Kristus*, sidan 75 (1892).

Öva upp Själens genom Självtukt – Kristna, uppenbaras Kristus i oss? Vi måste arbeta på, att säkra friska kroppar och sunda sinnen, som inte så lätt försvagas, som blickar bortom jaget, för att upptäcka orsaken till och följderna av varje

företagen handling. Då är vi god väg, att uthärda vanskligheter som goda soldater. Vi behöver sinnen, som uppdragar svårigheter och bemästrar dem tack vare visdomen, som kommer från Gud, som kan brottas med svåra frågeställningar och betvinga dem. Det vanskligaste är, att korsfästa jaget, att stå ut med prövningar på det andliga området, så att man övar upp själen genom allvarlig självtukt. Måhända detta inte är något stort glädjeämne till en början, men därpå följer frid och glädje. – *Brev 43*, 1899

Kristus är mäktig, att ge ny Kraft och Hälsa – Samtidigt som Jesus öppnar himlen för oss, öppnar det liv han ger vårt inte för himlen. Synden utestänger oss inte bara från gemenskapen med Gud, utan den utplånar både vår önskan och vår förmåga att lära känna honom. Allt detta onda har Jesus fått i uppdrag att krossa. Han har den makt som behövs för att hela och väcka såväl de förmågor som förlamats av synden som vårt förmörkade sinne och vår fördärvade vilja. Han öppnar alla universums rikedomar för oss och ger oss förmåga att se och ta emot dem. – *Vägen till Mognad*, sidan 37 (1903).

Antingen styr Gud eller Satan – Satan tar herraväldet över varje sinne, som inte avgjort står under Guds Andes styrning. – *Brev 57*, 1895 (*Vittnesbörd för Predikanter och evangeliska Arbetare*, sidan 79).

Varje omhuldad Synd försvagar Karaktären – Och låt inte någon smickra sig själv med att det är lätt att ge upp de synder man omhuldat. Så är det inte. Varje synd som omhuldas försvagar karaktären och gör vanan starkare, och resultatet blir fysiskt och mentalt fördärv. Det kan vara så att du gör bättring från dina synder och går in på rätta vägar, men sinnets karaktär och bekantskapen med synden gör det svårt för dig att skilja mellan rätt och fel. Gång på gång kommer Satan att angripa dig genom de vanor du lagt dig till med. – *Såningsmannen*, sidan 225 (1900).

Lärarens psykologiska Kvalifikationer – En lärares vanor och principer borde anses ha långt större betydelse än hans teoretiska utbildning. Om han är en allvarlig kristen känner han nödvändigheten av att ha ett likvärdigt intresse i den fysiska, intellektuella, moraliska och andliga utbildningen av sina elever.

För att han skall kunna utöva rätt inflytande, bör han ha en fullständig kontroll över sig själv, och hans eget hjärta borde vara uppfyllt med kärlek till sina elever, vilket kommer att visa sig i hans

blickar, ord och handlingar. Han bör ha karaktärens fasthet, för först då kan han forma sina elevers sinnen på samma gång som han undervisar dem i olika vetenskaper. Ungdomarnas tidiga utbildning formar vanligen deras karaktärer för livet. De som har med de unga att göra borde vara mycket noga med att locka fram sinnets alla förmågor. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidan 135 (1872).

Människan skall bli en ny Skapelse – Människorna är avsedda, att bli medborgare i Kristi rike. Genom den gudomliga kraft, som tilldelas dem, är det meningen, att de skall återvända till sin trohet. Med hjälp av lagar och resurser har Gud upprättat en himmelsk kanal för kommunikation med människans andliga jag. Kanalens verkan är lika gåtfull som vindens väsen och funktion (Johannesevangeliet 3:7-8). Kristus tillkännagav: ”Mitt rike är inte av den här världen” (Johannesevangeliet 18:36). Medan den andliga kanalen stämplar sitt inflytande på jordiska styren, kan den inte tillåta minsta stämpel från dem, utan att solka likheten med det gudomliga.

Så andlig är Guds verks natur på mänskohjärtat, som låter sig formas därav, att det gör var och en till en ny skapelse, utan att ödelägga eller försvaga någon förmåga, som Gud har gett människan. Härigenom renas varje egenskap, som bör kopplas till den gudomliga naturen. Det, som föds av Anden, är andligt, och när en person föds från ovan, genomsyrar himmelens frid själen. – *Manuskript 1*, 1897. (*Special Testimony to the Battle Creek Church*, Nummer 3, sidorna 8-9.)

Det Rätta utesluter det Felaktiga – Föräldrar, Ni avgör, om Era barns sinnen skall fyllas med förädlade tankar, eller med elaka tankegångar. Ni kan inte helt dämpa deras aktiva sinnen, eller rynka på näsan, för att det onda skall ta till flykten. Endast genom att ingjuta sunda principer, går det att jaga bort de felaktiga tankarna. Med mindre föräldrarna sår sanningens utsäde i sina barns hjärtan, sår fienden ogräs där. God, sund undervisning är det enda preventivmedlet mot de ondsinta föreställningar, som sparkar undan benen på goda manér. Sanningen värnar själen mot de ändlösa frestelser, som måste mötas. – *Counsels to Parents, Teachers, and Students*, sidan 121 (1913).

Blott en Dag är min – Vi skall dag för dag utbildas, tuktas och läras, för att bli dugliga i detta liv. Endast en dag åt gången – tänk på det. En dag är min egen. Den dagen tänker jag göra mitt bästa. Jag tänker använda talförmågan, för att vara till

välsigelse för andra, vara hjälpsam, trösta, vara ett exempel, som Herren, min Frälsare, godkänner. Jag tänker utöva tålmod, vänlighet, förbarmande, så att de kristna dygderna utvecklas i mig i dag.

Överlåt Dig själv, själ, kropp och ande, varje morgon till Gud. Öva upp andaktsvanor och förlita Dig allt mera på Din Frälsare. Du kan med full förvisning tro på, att Herren Jesus älskar Dig och önskar, att Du skall anta den fullständiga omfattningen av Hans sinnelag. Han önskar, att Du skall växa till i Hans kärlek, att öka och stärkas i hela den gudomliga kärlekens vidd. Då kommer Du att vinna större vetskap, som är av det högsta värde för tid och för evighet. – *Brev 36*, 1901 (*In Heavenly Places*, sidan 227.)

Så fås välbalanserade Sinn – Arbeta är en välsignelse. Det är omöjligt för oss att åtnjuta hälsa utan arbete. Alla förmågor borde användas så att de blir ordentligt utvecklade och så att män och kvinnor får välbalanserade sinnen. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidorna 154-155 (1872).

Kunskap och Vetande måste ges Spänst av den Helige Ande – Det är enbart, när en individs talanger helt ställs till Guds Andes förfogande, som de blir användbara i högsta grad. Religionens föreskrifter och grundsatser utgör de första stegen i förvärvandet av kunskap och ligger till grund för sann utbildning. Kunskap och vetande måste ges spänst av Guds Ande, för att de skall tjäna de ädlaste syften.

Bara en kristen kan rätt använda kunskapen. För att vetenskapen rätt skall förstås och värdesättas, måste den betraktas ur trons synvinkel. Sedan kommer alla att tillbe vetenskapens Gud. Ett hjärta förädlad av Guds nåd, förstår klarast utbildningens egentliga värde. Guds utmärkande drag, såsom de framgår av Hans skapelseverk, går endast att få grepp om, när vi äger kunskap om Skaparen.

Lärarna måste inte bara vara väl bekanta med sanningens teori, utan också besitta praktisk kännedom om vägen till helgelse, för att leda de unga till sanningens källsprång, till Guds Lamm, som borttar världens synd. Kunskap är en kraft till det goda endast när den är förenad med äkta gudaktighet. En själ, som har tömts på jaget, blir ädel. När Kristus bor i hjärtat genom tron, gör Han oss visa inför Guds blickar. – *Manuskript 44*, 1894.

Hela Personen öppen för Himmelens läkande Krafter – Kristus är livets källa. Det som många

behöver är att få en klarare uppfattning om honom. På ett tåligt, vänligt och uppriktigt sätt behöver de bli undervisade om hur hela deras varelse kan öppnas för himlens läkande krafter. När Guds kärleks solljus får lysa upp de mörka rummen i själen, kommer den rastlösa oron och missnöjet att försvinna, och en tillfredsställande glädje kommer att ge sinnet kraft och kroppen hälsa och styrka. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 211 (1905).

Dygder utvecklas inte på ett Ögonblick – Den helige Andes dyrbara dygder utvecklas inte på ett ögonblick. Mod, fasthet, ödmjukhet, tro och en orubblig förtröstan på Guds kraft att frälsa, är något man får genom år av erfarenhet. Guds barn skall besegla sitt eget öde genom att leva ett liv där de genom helig ansträngning håller fast vid det som är rätt. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 397 (1905).

Faror med Psykologin

Satan studerar Sinnet – I tusentals år har Satan gjort försök med egenskaperna hos det mänskliga sinnet, och han har verkligen satt sig in i det. Genom sina försåtligheter i dessa yttersta dagar länkar han det mänskliga sinnet till sitt eget, varvid han ingjuter sina tankar däri; och han uträttar detta verk på ett så slugt sätt, att mottagarna av hans vägledning inte förstår, att de villigt låter sig ledas av honom. Den store bedragaren hoppas kunna förvirra mäns och kvinnors sinnen till den grad, att ingen annan, än hans röst skall bli hörd. – *Brev 244*, 1907

Satan är de förfinade, försåtliga Konsternas Mästare – Satan försöker hela tiden, att påverka människors sinnen med sina förfinade, försåtliga konster. Han sinne, skänkt i gåva från Gud, är oöverträffat, men har prostituerat alla sina ädla sidor, för att kämpa emot och ikullkasta den Högstes råd och anvisningar. – *The Signs of the Times*, den 18. september, 1893. (*Our High Calling*, sidan 210.)

Han kommer förklädd – Satan lockar oss på alla plan med sina uträkningar och knep. Vi bör alltid minnas, att han kommer till oss förklädd, han döljer sina bevekelsegrunder och arten hos sina frestelser. Han träder fram i ljusets skrud, synbarligen klädd i en ren ängladräkt, så att vi inte skall känna igen honom. Vi behöver vara på vår vakt, och ingående granska hans metoder, för att

inte bli vilseledda. – *Manuskript 34*, 1897. (*Our High Calling*, sidan 88.)

Misbruk av Kunnande om Sinnet – I dessa dagar då skepticism och otro så ofta visar sig i en vetenskaplig dräkt, är det nödvändigt att vi överallt är på vakt. Genom dessa medel vilseleder vår store motståndare tusentals människor och tar dem till fånga enligt sin vilja. Den förmån han skaffar sig med hjälp av vetenskapen, den vetenskap som har med människosinnet att göra, är enorm. Som en orm kryper han omärkligt in här för att ödelägga Guds verk.

När Satan på detta sätt kommer in genom vetenskapen, är det klokt uttänkt. Genom kanalerna frenologi, psykologi och hypnos har han mer direkt tillgång till människor i den här generationen. [Anm.: I det uttalandet från *The Signs of the Times*, den 6. november, 1884, använde fru White i hög grad, och klargjorde delvis, ett uttalande ursprungligen offentliggjort i "The Review and Herald", den 18. februari, 1862, nu i "Vittnesbörd för Församlingen", Band 1, sidorna 290-302.

Hänvisandet till frenologi, psykologi och mesmerism, vilka här omtalas i grupp, för att beskriva det sätt, på vilket Satan utnyttjar det mänskliga sinnet, må te sig något dunkelt för den, som inte känner till dåtidens litteratur och dess inriktning. Vetenskapliga verk ägnade åt fysiologi och de sjukas vård upptog reklam längst bak, för att upplysa allmänheten om tillgänglig litteratur. Ett sådant verk, The Water Cure Manual (284 sidor), utgivet år 1850 av Fowlers and Wells, upptar en förteckning på 65 skilda verk om kroppslig och mental hälsa, och av dessa tillägnas 23 stycken frenologi, psykologi, mesmerism och synskhet. Här återger vi några titlar:

- *Elements of Animal Magnetism; or, Process and Practical Application for Relieving Human Suffering {Elementen hos djurisk Magnetism; eller Förlopp och praktisk Tillämpning, för att lindra mänskligt Lidande}. \$.12 1/2*
- *Familiar Lessons on Phrenology and Physiology {Ingående Förklaringar om Frenologi och Fysiologi}. Muslin, i en volym. Vackert illustrerad. \$.2.00*
- *Fascination; or the Philosophy of Charming (Magnetism) {Fascination; eller Filosofin bakom Bedårande (Magnetism)}. Illustrerar livets principer. Illustrerad. \$.40*

- *Lectures on the Philosophy of Mesmerism and Clairvoyance {Föreläsningar om Filosofin bakom Mesmerism och Synskhet}. Med instruktion i tillämpning och praktisk användning. \$.25*
- *Psychology, or the Science of the Soul {Psykologi, eller Vetenskapen om Själen}. Med gravyrer över nervsystemet. Av Joseph Haddock, medicine doktor. \$.25*
- *Phrenology and the Scriptures (Showing their Harmony) {Frenologi och Skrifterna (Bevis för deras Samklang)}. Av kyrkoherde John Pierpont. \$.12 1/2*
- *Philosophy of Electrical Psychology {Filosofin bakom elektrisk Psykologi}. Av John Bovee Dods. \$.50*

I doktor Sylvester Grahams 650-sidiga Lectures on the Science of Human Life {Föreläsningar om Vetenskapen kring Människans Liv} (1865), innehållande "en kort biografi om författaren", utannonseras många av samma verk, den här gången under överskrifter som "Arbeten om Frenologi", "Vattenbehandlingar; eller Bot genom Vatten", "Mesmerism-psykologi", osv. I samband med den åttasidiga redogörelsen om "Sylvester Grahams Liv" ägnas en helsida åt "Beskrivning av Frenologi". Alltså omtalade Ellen White sådant, som på den tiden var högst aktuellt. – Sammanställarna.] Han är verksam med den makt som skall utmärka hans ansträngningar nära slutet av prövotiden. Tusentals människor har fått sitt sinne förgiftat på detta sätt, och har förts in i otro.

Man är medveten om att en människas sinne kan påverka en annan människa på ett förunderligt sätt. Satan, som är beredd att göra mesta möjliga av varje fördel, lurar sig in och är verksam till höger och vänster. De som har gett sig hän åt dessa vetenskaper, höjer dem till skyarna på grund av de stora och goda resultat som de påstår har utförts genom dem. Men de vet obetydligt om den kraft till det onda som de omhuldar. Det är en kraft som framdeles kommer att vara verksam med all lögnens makt, underverk och falska tecken och all orättfärdighetens förförelse. Käre läsare, lägg märke till vilket inflytande dessa vetenskaper har, ty striden mellan Kristus och Satan är ännu inte slut.

Försummelse av bön får människor till att lita på sin egen kraft, och öppnar dörren för frestelser. Vid många tillfällen blir föreställningarna förtrollade av vetenskaplig forskning, och människor känner sig smickrade av medvetenheten om sina egna förståndsgåvor. Den vetenskap som har med behandlingen av människosinnet att göra, har lovprisats väldigt

mycket. Den är bra för sitt ändamål, men Satan vill använda den som ett mäktigt redskap till att vilseleda och fördärva människor. Hans knep tas emot som om de kom från himlen. På det sättet får han en tillbedjan som passar honom väl. Den världen som man menar har haft så mycket nytta av frenologi och magnetism, har aldrig varit så fördärvad som nu. Genom dessa vetenskaper ödeläggs ärbarheten, och grunden är lagd för spiritualism. – *The Signs of the Times*, den 6. november, 1884. (*Utvalda Budskap*, Band 2, sidorna 351-352.)

Hans Mening är, att han skall avleda Människans Uppmärksamhet – Satan har smugit sig in och ställt sig emellan Gud och människan. Det är hans mening, att han skall avleda människans uppmärksamhet, och således kastar han sin mörka skugga tvärs över vår stig, så att vi inte ser skillnad på Gud och det moraliska mörker och det fördärv samt de massor av ogudaktighet, som härskar i vår värld. Vad skall vi alltså göra åt detta? Skall vi lämna mörkret i fred? Nej!

Det finns en kraft till vårt förfogande, som låter himmelens ljus stråla över vår förmörkade värld. Kristus har bött i himmelen, och Han för med Sig himmelens ljus, driver undan mörkret och släpper lös solskenet från Sin härlighet. Det låter oss se, mitt uppe i fördärvet och nedsmutsningen samt förlackandet, ljuset från himmelen.

Vi får inte ge upp inför fördärvet, som härskar över mänskosläktet, och ständigt grubbla på det. Vi skall inte stirra oss blinda därpå... Vad skall vi då göra? Vad är vår uppgift? Jo, att se "vilken kärlek Fadern har skänkt oss" (Första Johannesbrevet 3:1). – *Manuskript 7*, 1888.

Listig Insinuation jämförd med öppet, djärvt Angrepp – Om Satan skulle göra ett öppet och fräckt angrepp på kristenheten, skulle de kristna genast söka den Mäktige Befriarens skydd, ty Han allena driver fienden på flykten. Fienden brukar dock inte göra så. Han är slug och vet, att han enklast förverkligar sina avsikter, genom att närma sig de arma, fallna människorna i en ljusets ängels gestalt. I denna förklädnad påverkar han deras sinnen, för att lura bort dem från den trygga och rätta vägen. Hans ständiga ambition har varit, att förfälska Kristi verk och upprätta sitt eget välde och sin egen makt. I skydd av vetenskapliga principer förmår han grundlurade, dödliga människor till, att bortförklara Kristi verk och mirakler; han får dem att framstå som utfallet av mänsklig skicklighet och kraft. Hos många kommer han till sist att ödelägga all verklig tro på

Kristus som Messias, Guds Son. – *The Signs of the Times*, den 6. november, 1884.

Ungas Sinnen hans särskilda Mål – Det är Satans särskilda målsättning i dessa sista dagar, att ta herraväldet över de ungas sinnen, att fördärva deras tankar och elda på deras lidelser. Alla är moraliska varelser med egen, fri vilja, och som sådana måste de tvinga tankarna till, att färdas i rätt ränna. – *Appeal to Mothers*, sidan 30 (1864). (*Our High Calling*, sidan 337.)

Satan kontrollerar Sinnen inte ledda av den Helige Ande – Få tror, att mänskligheten har sjunkit så djupt, som den har, eller att den är så alltigenom usel, så förtvivlat hatisk mot Gud, som den är. ”Köttets sinne är fiendskap mot Gud. Det underordnar sig inte Guds lag och kan det inte heller” (Romarbrevet 8:7).

När sinnet inte står under Guds Andes direkta inflytande, kan Satan skapa om det efter behag. Han gör alla förnuftets krafter, som han behärskar, köttsliga. Han är tvärt emot Gud, vad gäller smak, åsikter, gillande, val av saker samt intressen; han avskyr det, som Gud älskar och godkänner, och han njuter av det, som Han föraktar; alltså följer han en kurs, som retar och äcklar Gud.

Det här leder till kontroverser med dem, som håller sig till Guds vägar. De [som motsätter sig sanningen] kallar ljus för mörker, och mörker för ljus; gott för ont, och ont för gott. – *Brev 8*, 1891

Från Adams Tid till Nuet – Satan har stått vid rodret, han har vridit det, till dess han har kontrollen över sinnet på alla personer, som har godtagit lögnerna, med vilka han bedrog Eva och sedan använde henne som sitt redskap, för att förleda Adam till synd. Satan har fortsatt med sin skenfagra påverkan av mänskosinnen från den stunden till denna. – *Manuskript 19*, 1894.

De, som känner till Sanningen, är särskilda Måltavlor – I lönnedom försöker Satan, att röra till begreppen för dem, som känner till sanningen, genom att torgföra vilseledande uppfattningar och vilseförande exempel. Såvida inte de ångrar sig och blir omvända, kommer själarnas fiende att grundlura dem, som lever tvehåget – till det yttre tjänar de Herren, men samtidigt lurar de i vassen, för att genomföra sina egna planer. Dessa planer försenar just det verk, som Kristus gav livet, för att genomföra. – *Brev 248*, 1907

Satan distraherar genom omstridda Ämnen – Han [fienden] blir upprymd, när han förmår, att

styra in våra tankar på något ämne, med vars hjälp han åstadkommer förvirring och sår split ibland våra medlemmar. – *Manuskript 167*, 1897.

Ett Sinne dominerar ett annat – Satan finner ofta att den makt som en människas sinne kan utöva på en annan människas sinne, kan vara ett mäktigt redskap för det onda. Detta inflytande är så förföriskt att den person som påverkas av det, ofta inte är medveten om dess makt. Gud har sagt att jag skall varna för detta onda. – *Brev 244*, 1907 (*Uivalda Budskap*, Band 2, sidan 352.)

En Kraft för det Goda, en Kraft för det Onda – Ett sinnes inflytande över ett annat – en stark kraft för gott när den är helgad – är lika stark för ondo i händerna på dem, som motstår Gud. Satan nyttjade den kraften i sitt arbete med, att ingjuta ondska i änglarnas sinnen, och han fick det att verka som om han eftersträvade universums bästa. Som den smorde keruben hade Lucifer varit högt upphöjd; han älskades storligen av de himmelska väsendena, och hans inflytande över dem var starkt. Många av dem lyssnade till hans resonemang och trodde på hans ord. ”En strid uppstod i himlen. Mikael och hans änglar gav sig i strid med draken. Och draken och hans änglar stred, men han var inte stark nog, och det fanns inte längre någon plats för dem i himlen.” (Uppenbarelseboken 12:8.) – *Brev 114*, 1903 (*SDA Bibelkommentar, Band 7*, sidan 973.)

En enda Persons Intellekt skall inte tillåtas att avgöra – En enda persons tänkande och omdöme skulle inte fälla avgörandet, ty alltför stora intressen stod på spel, och det var behäftat med mänsklig svaghet och fel... Inget intellekt är så fulländat, att ägaren aldrig riskerar, att handla utifrån felaktiga bevekelsegrunder, eller betrakta saker och ting ur fel synvinkel. – *Brev 41*, 1891

Satan spanar efter de Ovaksamma – Satan är på sin vakt, för att överraska sinnet i ett obehäkat ögonblick, och härigenom lägga beslag på det. Vi får ej vara okunniga om hans konstgrepp, ej heller låta oss övermannas av dem. Eftersom han äger intelligens, gläder han sig åt, att bli avbildad med horn och hovar; han var ju en gång en ljusets ängel. – *Manuskript 11*, 1893.

Onda Änglar försöker, att ödelägga Människans Vilja – Om de tillåts, bearbetar [fångar in och behärskar] de onda änglarna människors sinnen, tills dessa saknar både eget sinne och egen vilja. – *Manuskript 64*, 1904.

Motstånd den enda Tryggheten – Vår enda trygghet ligger i, att inte ge Djävulen lillfingret; ty

hans maningar och avsikter går alltid ut på, att skada oss och hindra oss från, att lita på Gud. Han förvandlar sig till en ren ängel, så att han genom sina sluga frestelser lyckas, att föra fram sitt resonemang på så vis, att vi inte genomskådar hans list. Ju oftare vi ger efter, desto kraftfullare griper hans bedrägerier tag i oss. Det är farligt, att strida eller diskutera med honom. För varje fördel vi skänker fienden, fordrar han bara fler.

Vår enda säkerhet består i, att bestämt avvisa den första lockelsen till förmäthenhet. Gud har gett oss tillräckligt mycken nåd genom Kristi förtjänster, för att vi skall kunna stå emot Satan, och bli mer, än segrare. Motstånd är lika med framgång. ”Stå emot djävulen, så skall han fly bort från er.” {Jakobsbrevet 4:7.} Motståndet måste vara avgjort och stadigt. Vi förlorar allt det vi har vunnit, om vi kämpar emot i dag, bara för att ge med oss i morgon. – *The Review and Herald*, den 8. april, 1880. (*Our High Calling*, sidan 95.)

Undvik, att handla förmädet – Det finns de, som ansvarslöst utsätter sig själva för fara och risk samt kliver rakt ut i frestelser, som det skulle fordra ett Guds under att få loss dem ur oskadade och ofläckade. Här talar vi om förmätna gärningar, som Gud inte är nöjd med. Satans frestelse åt världens Frälsare, att störta Sig ned från tempelmurens utsprång, bemöttes med fasthet och motstods. Ärkefienden anförde ett trygghetslöfte från Gud, för att Kristus tack vare detta löfte visst kunde göra så. Jesus bemötte frestelsen med Skriftens Ord: ”Det står också skrivet: *Du skall inte fresta Herren, din Gud.*” {Matteusevangeliet 4:7, kursivering i *Svenska Folk-Bibeln* 98.} På motsvarande sätt lockar Satan människor ut i sådant, som Gud inte kräver av dem, varvid han citerar Skriften, för att rättfärdiga sina uppmaningar. – *The Review and Herald*, den 8. april, 1880. (*Our High Calling*, sidan 95.)

Äkta Tro och Förmäthenhet – Guds löften är inte till för, att vi skall åberopa dem obetänksamt, för att ha ett skydd, när vi lättsinnigt hastar åstad in i faran, överträder naturlagarna eller struntar i all försiktighet och det omdöme, som Gud har gett oss, för att vi skall använda det. Sådant vore inte äkta tro, utan förmäthenhet...

Satan lockar oss med världslig ära, rikedom och livets nöjen. Frestelserna varierar, för att passa människor från varje pinne på samhällsstegen och av varje typ, för att locka dem bort från Gud, så att de hellre tjänar sig själva, än sin Skapare. ”Allt detta vill jag ge dig”, sade Satan till Kristus. {Vers 9.} ”Allt detta vill jag ge Dig”, säger Satan till människan. ”Alla dessa pengar, den här marken,

all denna makt och ära samt rikedom vill jag ge Dig”; och då blir människan förtjust, förledd och förrädiskt lockad till sin undergång. I fall vi ger efter för hjärtats krav på världslighet i detta liv, blir Satan nöjd. – *Brev* 1a, 1872 (*Our High Calling*, sidan 93.)

Onda Änglar eller Guds Änglar behärskar Människornas Sinnen – Antingen låter vi Gud eller mörkrets makter styra över våra sinnen; och vi gör klokt i, att fastställa var vi står i dag – under Furst Immanuels blodstänkta banér, eller under mörkrets makters svarta banér. – *Manuskript* 1, 1890. (*SDA Bibelkommentar, Band 6*, sidan 1120.)

Med mindre vi ger efter – Satan kommer inte åt sinnet eller intellektet, med mindre vi överlåter det åt honom. – *Manuskript* 17, 1893. (*SDA Bibelkommentar, Band 6*, sidan 1105.)

Entydig Insikt behövs – Klara andliga ögon är ett måste, för att skilja mellan ogräset och vetet, mellan Satans kunskap och Sanningsordets vetenskap. Kristus, den Store Läkaren, kom till vår värld, för att skänka hälsa och frid samt en fulländad karaktär åt alla, som tar emot Honom. Hans evangelium består inte av yttre metoder och åtgärder, genom vilka tekniken hos ett ont verk införs som en stor välsignelse, som senare visar sig vara en svår förbannelse. – *Brev* 130, 1901 (*Our High Calling*, sidan 109.)

Bönen biter på Satan! – Trons bön är den kristnes stora styrka och kommer helt säkert att segra över Satan. Det är därför han antyder att vi inte har något behov av bön. Han avskyr Jesu, vår Försvarens, namn. När vi uppriktigt vänder oss till Honom för att få hjälp, är Satans härskara skrämmd. Det gagnar hans syften om vi försummar att be, för då tas hans lögnaktiga underverk lättare emot. Det som han inte lyckades utträta genom att fresta Kristus, uppnår han genom att utsätta människan för sina bedrägliga frestelser. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 1, sidan 296 (1862).

Andligt Inflytande och Sinnet

Religionen och Hälsan – Personlig tro är av yttersta vikt. Johannes skrev till Gajus: ”Älskade broder, jag hoppas att det går väl för dig i allt, och att du är frisk liksom det står väl till med din själ” (Tredje Johannesbrevet 2). Kroppens hälsa beror i hög grad på själens hälsa; gör därför allt till Guds

ära, oavsett om Du äter eller dricker, eller vad än Du gör. Personlig religion syns på uppförandet, orden och gärningarna. Den medför tillväxt, tills slutligen perfektionen nedkallar Herrens beröm: ”i honom är ni fullkomliga” (Kolosserbrevet 2:10, *Reformations-Bibeln*). – *Brev 117*, 1901

Ren Religion för med sig Frid, Fattning och Kraft – Ren och ofläckad religion är inte en känsla, utan utförandet av barmhärtighets- och kärleksgärningar. Hälsan och lyckan beror på denna tro. Den träder in i själens nedsmutsade tempel och driver ut dess syndiga inkräktare. När tron intar tronen, helgar den allt genom sin närvaro, och lyser upp hjärtat med de klara strålarna från Rättfärdighetens Sol. Tron slår upp själens fönster mot himmelen, och släpper in solskenet från Guds kärlek. I dess släptåg följer frid och fattning. Kroppslig, mental och moralisk styrka tilltar, eftersom himmelens atmosfär likt en levande, aktiv kraft fyller själen. Kristus formas på insidan, hoppet om härlighet. – *The Review and Herald*, den 15. oktober, 1901. (*Welfare Ministry*, sidan 38.)

Gud är Källan till Liv och Glädje – Gud är källan till liv, ljus och glädje för hela världsalltet. Liksom ljuset strömmar ut från solen och vattnet väller ut från källan, så flyter välsignelser ut från Gud till alla hans skapade väsen. När Guds liv finns i oss, skall det uppenbara sig i kärlek och välgärningar mot andra. – *Vägen till Kristus*, sidan 67 (1892).

Alla mottar Liv från Gud – Allt skapat lever tack vare Guds vilja och kraft. Var och en är en beroende mottagare av Guds Sons liv. Hur än kunniga och talangfulla, hur än stora deras förmågor, erhåller de fortlöpande liv från allt livs Upphov. Blott Han, som ensam äger odödlighet av naturen, och som dväljs i ljus och liv, kunde säga: ”jag ger mitt liv för att sedan ta det tillbaka.” – *Manuskript 131*, 1897. (*SDA Bibelkommentar, Band 5*, sidan 1113.)

Satan använder Inflytandet från det ena Sinnet över det andra – Sedan han hade stötts ut ur himmelen, grundade Satan sitt rike i denna värld, och allt sedan dess har han oförtröttligt eftersträvat, att förleda människorna från deras trohet mot Gud. Han använder sig av samma kraft, som han nyttjade i himmelen – inflytandet från sinne över sinne. Människor frestar sin nästa. Man sätter stort värde på Satans påfund, och dessa utövar en mästerlig, tvingande kraft. Under inflytandet från dessa påfund binder människor sig samman i sammanslutningar, i fackförbund och i hemliga samfund. I världen förekommer det

krafter, som Gud inte kommer att fördrå mycket längre. – *Brev 114*, 1903

Satans utstuderade Avsikt, att använda Krafter för själviska Syften – Satan har nät och snaror, liksom fågelfångarens snaror, liggande redo för själars snärjande. Det är hans utstuderade avsikt, att människorna skall bruka sina gudagivna krafter för själviska syften, i stället för att använda dem för Guds förhärligande. Gud önskar, att människorna skall syssla med sådant, som bringar dem frid och fröjd och bereder dem evig vinst; men Satan vill, att vi koncentrerar våra satsningar på det, som är värdelöst, på saker och ting utan bestående värde. – *The Present Truth*, den 1. september, 1910. (*Our High Calling*, sidan 200.)

Överträdelsen medförde ingen ny Sorts Energi och Lidelser – Vi skall inte inbillas oss, att Gud efter Adams överträdelse har gett mänskosläktet ett nytt slags energi och lidelser, ty då skulle det se ut, som om Gud hade lagt Sig i och inplanterat syndiga böjelser i den mänskliga naturen. Kristus inledde Sitt verk för vår omvändelse, så snart som människan hade syndat, för att hon genom lydnad mot Guds lag och tro på Kristus skulle återvinna den förlorade likheten med Gud. – *Manuskript 60*, 1905.

Var och en måste välja det ena av två Banér – Här har vi den stora stridsfrågan. Här har vi de två stora krafterna öga mot öga, Guds Furste, Jesus Kristus, och mörkrets furste, Satan. Här har vi den öppna striden. Det finns bara två klasser i världen, och varje person kommer att stå under det ena av två banér, det tillhörande mörkrets furste, eller Jesu Kristi fana. – *Brev 38*, 1894

Synden påverkar hela Personen – Synden påverkar hela personen; det gör också nåden. – *Brev 8*, 1891

Det är det vilsegångna hjärtat, som har fördärvat själens förmögenheter. Alla, som vill lära sig frälsningens teknik, måste vara lydiga elever i Kristi skola, så att själens tempel tillåts att vara den Högstes vistelseplats. Om vi har tänkt oss, att vi skall lära oss av Kristus, måste själen tömmas på alla sina dyra tillhörigheter, för att Kristus skall kunna stämpla själen med Sin bild. – *Brev 5*, 1898 (*Our High Calling*, sidan 105.)

Korset får Mänskösinnen i Balans – Vad åstadkommer jämvikt i människans sinne? Jo, Golgata kors. Genom att vi ser upp till Jesus, som är vår tros Upphovsman och Fullbordare, störtas all önskan om självförhärligande över ända. I vår nyvunna klarsyn tar vi emot en självdämpning,

som främjar saktmod och ödmjukhet. När vi grunnar på korset, låter det oss se de vidunderliga resurser det har ställt till varje troends förfogande. Gud i Kristus, ... om vi får grepp om detta, utesluts upphöjelsen av människan och hennes stolthet. Då förekommer det ej längre något självförhärligande, utan äkta ödmjukhet. – *Brev 20, 1897 (Our High Calling, 114.)*

Människan görs fullständig i Kristus – Genom att den Helige Ande verkar i en människas sinne, blir hon gjord fullständig i Kristus Jesus. Enhet med Kristus upprättar ett enhetens band med varandra. Denna enhet är det mest övertygande beviset inför världen på Kristi majestät och goda egenskaper samt förtjänster, liksom på Hans makt, att ta bort synd. – *Manuskript 111, 1903. (SDA Bibelkommentar, Band 5, sidan 1148.)*

Gud allena förmår, att höja Människans moraliska Halt – Det värde Gud sätter på en människa, kommer sig av hennes förening med Kristus, ty Gud är den Ende, som kan höja en persons moraliska halt genom Kristi rättfärdighet. Världslig ära och storhet äger exakt det värde, som människans Skapare sätter på den. Sådan visdom är galenskap, sådan styrka är svaghet. – *Brev 9, 1873 (Our High Calling, sidan 149.)*

Själviskheten och dess Frukt – Själviskheten driver all urartning, och eftersom människorna har gett efter för dess inflytande, ses motsatsen till trofasthet mot Gud i dagens värld. Nationer, familjer och enskilda är fyllda med en önskan om, att göra jaget viktigast. Människorna längtar efter, att härska över nästan. Genom att i sin själviskhet skilja sig från Gud och nästan, lyder hon sina otyglade böjelser. Hon bär sig åt, som om andras välgång skulle hänga på deras underkastelse för hennes allenarådande. – *The Present Truth, den 25. juni, 1908. (Counsels on Stewardship, sidan 24.)*

Segern går att uppnå – Genom uppodlandet av rättfärdiga principer, kan människan besegra sin fallenhet för det onda. Om hon lyder Guds lag, är hennes sinnen ej längre förvridna och snurriga; själsförmågorna är ej längre förvrängda och bortslösade på sådant, vars natur leder personen bort från Gud. Med hjälp av den av Himmelen sända nåden, går det att rena orden, tankarna och krafterna; det går att forma en ny karaktär, och urartningen genom synden går att betvinga. – *Manuskript 60, 1905.*

Tvehågsenheten bjuder in Frestelsen – Det första steget mot eftergift för frestelse tas, när tvehågsenhet tillåts, i stället för att konsekvent tro

på Gud. Den Onde spanar alltid efter en möjlighet, att måla Gud i fel dager och att locka sinnet med sådant, som är förbjudet.

Om han kan, gör han så, att sinnet fäster sig vid världsliga angelägenheter. Han gör sitt till, för att reta känslorna, för att väcka lidelserna, för att just Du skall ägna Dig åt sådant, som inte är till Ditt eget bästa; dock är det till Ditt eget bästa, att hålla varje känsla och lidelse under kontroll, i stilla underkastelse inför förnuftet och samvetet. Då går Satan miste om sin förmåga, att styra sinnet.

Det verk, till vilket Kristus kallar oss, är verket med, att stegvis besegra det andliga onda i våra sinnelag. Naturliga fallenheter skall förintas... Aptiten och lidelserna måste behärskas, och viljan måste i allt ställas på Kristi sida. – *The Review and Herald, den 14. juni, 1892. (Our High Calling, sidan 87.)*

Ingen behöver ge upp på Grund av nedärvda Böjelser – Satan står alltid redo, att bedra och vilseleda. Han använder sig av varje trollkonst, för att lura ut människor på olydnadens breda stig. Han verkar, för att förvirra deras sinnen med lögnaktiga uppfattningar, och flytta på milstolparna, genom att förse de av Gud uppställda vägskyltarna – som visar rätt riktning – med sina falska symboler. Eftersom dessa onda makter eftersträvar, att dölja varje ljusstråle för själen, utses himmelska väsen till att uträtta sitt tjänandeverk, för att vägleda, skydda och styra dem, som skall ärva frälsningen. Ingen behöver ge upp på grund av sina nedärvda böjelser för det onda, men när Guds Ande överbevisar om synd, måste den felande ångra sig och bekänna samt överge det onda. Trogna väktare är på plats, för att leda själar på rätta stigar. – *Manuskript 8, 1900. (SDA Bibelkommentar, Band 6, sidan 1120.)*

Delaktighet i Synd på Grund av Umgänget – En själ, som har letts fel genom felaktiga inflytanden och har blivit delaktig i synden genom umgänget med andra, så att han gör tvärt emot Guds sinne och karaktär, behöver inte förtvivla. ”En sådan överstepräst var det vi också behövde, en som är helig, oskyldig, obefläckad, skild från syndare och upphöjd över himlarna” (Hebréerbrevet 7:26). Kristus är inte bara präst och medlare på grund av våra synder, utan är själva syndaoffret. Han offrade Sig en gång för alla. – *Brev 11, 1897*

Satans Verk, att skapa Modstulenhets; Kristi, att väcka Hopp – Gå inte för ett ögonblick med på, att Satans frestelser skulle vara i samklang med Dina egna tankar. Vänd dem ryggen, såsom

Du skulle göra mot vedersakaren eller fienden själv. Satan är ute efter, att göra själen nedslagen. Kristus är angelägen om, att fylla hjärtat med tro och hopp. Satan försöker, att rubba vår tilltro. Han säger till oss, att vi grundar vårt hopp på falska löften, i stället för på det säkra, omutbara ordet från Honom, som inte kan ljuga. – *Manuskript 31*, 1911. (*Our High Calling*, sidan 85.)

En Bot för varje Slags Frestelse – För varje slags frestelse finns det en bot. Vi lämnas inte ensamma, att utkämpa striden mot jaget och våra syndiga naturer i vår egen, begränsade kraft. Jesus är en mäktig hjälpare, ett aldrig sviktande stöd... Ingen behöver misslyckas eller tappa modet, när så överflödande stora resurser har ställts till vårt förfogande. – *The Review and Herald*, den 8. april, 1884. (*Our High Calling*, sidan 88.)

Kristi Blod det enda Botemedlet – Herrens lag är utomordentligt omfattande. Jesus... talade klartext inför lärjungarna: Det går att överträda Guds heliga lag till och med i tanke och känsla samt önskan, liksom i ord och gärning. Ett hjärta, som älskar Gud över allt annat, har ej för vana, att begränsa Hans stadgar till minsa möjliga krav, utan en lydig, trofast själ visar glatt fullständig andlig lydnad, när lagen ses i sin andliga kraft. Då känner själen budens sanna omfattning och styrka. Synden framträder ytterligt syndig... Personen har vinkat farväl till självrättfärdighet, självhävdelse, självförhärlikande. Känslan av självsäkerhet har upphört. Det utmynnar i övertygelse om synd och själväckel, varvid själen i sin förtvivlade insikt om fara tar till Guds Lamms blod som sitt enda botemedel. – *Brev 51*, 1888 (*Our High Calling*, sidan 140.)

Möt Frestarens Utmaning – Satan kommer att träda fram inför Dig med orden: Du är en syndare. Men låt honom inte fylla sinnet med tanken, att eftersom Du är syndig, har Gud förskjutit Dig. Säg till honom: Ja, jag är en syndare, och av det skälet behöver jag en Frälsare. Jag behöver förlåtelse och tillgivelse, och Kristus säger, att om jag kommer till Honom, skall jag inte gå förlorad. I Hans brev till mig läser jag: ”Om vi bekänner våra synder, är han trofast och rättfärdig, så att han förlåter oss våra synder och renar oss från all orättfärdighet” (Första Johannesbrevet 1:9). Jag tänker tro på ordet Han har lämnat efter Sig till mig. Jag tänker lyda Hans bud. När Satan säger till Dig, att Du är förlorad, svara då: Ja, men Jesus kom, för att söka upp och rädda de förlorade. Ju värre min synd är, desto större är mitt behov av en Frälsare. – *Brev 98b*, 1896

Rikta Uppmärksamheten bort från Förvirringen till Guds Händers Verk – Gud manar Sina skapade varelser till, att rikta sin uppmärksamhet bort från den omgivande förvirringen och röran till att beundra Hans hantverk. Himlakropparna är värdiga vår begrundan. Gud har skapat dem för människans gagn, och när vi studerar Hans verk, står änglar från Gud vid vår sida, för att upplysa våra sinnen, och skydda dem mot sataniskt bedrägeri. – *Manuskript 96*, 1899. (*SDA Bibelkommentar, Band 4*, sidan 1145.)

Vad Religionen uträttar – Sann tro gör sinnet ädelt, förfinar smaken, helgar omdömet och gör ägaren delaktig av Himmels renhet och helighet. Den för änglar nära oss och skiljer oss från världens anda och inflytande. Den påverkar livets alla skeden och förhållanden samt skänker oss ”ett sunt sinnes anda”, och följderna blir lycka och frid. {Andra Timoteusbrevet 1:7, *King James Version*.} – *The Signs of the Times*, den 23. oktober, 1884. (*Counsels on Health*, sidorna 629-630.)

De intellektuella Förmågorna ökar – Såsom fallet var med Daniel, ökar de intellektuella förmågorna i exakt förhållande till den andliga karaktärens utveckling. – *The Review and Herald*, den 22. mars, 1898. (*SDA Bibelkommentar, Band 4*, sidan 1168.)

Kroppens Hälsa tilltar – Om sinnets krafter får växa till och viljan läggs på Herren sida, förbättras kroppens hälsa högst avsevärt. – *The Medical Missionary*, den 1. december, 1892. (*Counsels on Health*, sidan 504.)

Rätt Handlande är den bästa Medicinen – Medvetenheten om, att man handlar rätt, utgör den bästa medicinen för sjuka kroppar och sinnen. Guds särskilda välsignelses vilande över mottagaren innebär hälsa och styrka. Den, vars sinne har funnit ro och tillfredsställelse i Gud, befinner sig på snabbspåret till hälsa. Att vara medveten om Guds närvaro och bönhörelse, är verkligen tillfredsställande. Att känna till, att vi har en aldrig svikande vän, åt vilken vi törs anförtro själens samlade hemligheter, är en obeskrivlig lycka. – *The Signs of the Times*, den 23. oktober, 1884. (*Counsels on Health*, sidan 628.)

Kärleken till Jesus omger Själens med en väldoftande Atmosfär – Själarna åt dem, som älskar Jesus, omges av en ren, väldoftande atmosfär. Det finns de, som döljer hungern i sin själ. Dessa blir storligen hjälpta av ett ömsint ord

eller en vänlig hågkomst. Himmelens gåva, som Gud givmilt sprider, skall i sin tur fördelas ibland alla, som vi har att göra med. Härigenom uppenbarar vi en kärlek framtagen i himmelriket och som ökar, när den fritt används, för att välsigna andra. På detta vis förhårligar vi Gud. – *Manuskript 17*, 1899. (*Our High Calling*, sidan 231.)

Följden av ett Ögonblicks Tanklöshet – Ett enda steg, taget mot bättre vetande, inflytandet av en enda ond vana, ett enda försummande av heliga plikter kan bli början till en villoväg, som skall leda dig över på deras sida, som tjänar Satan, under det att du fortfarande bekänner dig älska Gud och Hans verk. Ett ögonblicks tanklöshet, ett obetydligt felsteg, kan bli den vändpunkt i ditt liv, som för dig in på en orätt väg. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidan 398 (1885).

Gud utverkar inget Mirakel, för att förhindra Skörden – Herren sänder oss varningar, råd och tillrättavisningar för att vi skall få möjlighet att rätta till våra felsteg innan de blir vanemässiga. Men om vi motsätter oss Guds tillrättavisning, så ingriper han inte för att motverka effekterna av vårt handlingsmönster. Han utför inga underverk för att den sådd, som vi har sått, inte skall växa upp och bära frukt.

Den människa som visar prov på en trolös fräckhet eller en slö likgiltighet inför gudomlig sanning får bara skörda det hon har sått. Detta har varit många människors erfarenhet. De lyssnar med stoisk likgiltighet till de sanningar som en gång rörde deras allra innersta. De sådde ringaktning, likgiltighet och motstånd mot sanningen och får skörda därefter. Isens kyla, järnets hårdhet, klippans ogenomträngliga, oemottagliga natur – allt detta finner sin motsvarighet i många bekännande kristnas karaktärer.

Det var så Herren förhårdade Faraos hjärta. Gud talade till den egyptiske kungen genom Mose mun och gav honom de mest slående bevis på gudomlig kraft, men Faraos vägrade envist att ta emot det ljus som kunde ha fört honom till ånger. Gud sände inte en övernaturlig kraft för att förhårda den upproriske kungens hjärta, men då Faraos gjorde motstånd mot sanningen drogs den helige Ande tillbaka och han överlämnades åt det mörker och den otro som han hade valt. Genom att envist förkasta Andens inflytande klipper människor av sin förbindelse med Gud. Han har inte ytterligare någon verksam kraft i reserv som kan lysa upp deras inre. Ingen uppenbarelse av hans vilja kan nå dem i deras otro. – *The Review*

and Herald, den 20. juni, 1882. (*Ni skall få Kraft*, den 20. oktober.)

Forma våra Omgivningar, i Stället för att formas av dem – Det finns ondska som människor kan lindra, men aldrig helt avlägsna. De skall övervinna hinder och forma sina omgivningar i stället för att låta sig formas av dem. De har plats för att använda sin förmåga till att få fram ordning och harmoni ur förvirring. I detta arbete kan de få gudomlig hjälp, om de ber om det. De överlämnas inte till att i egen kraft kämpa mot frestelser och prövningar. Uppgiften att hjälpa har lagts på Honom, som är mäktig. Jesus lämnade himlens kungliga salar och led och dog i en av synd fördärvad värld, för att Han skulle kunna lära människor att gå igenom livets prövningar och övervinna dess frestelser. Här har vi en förebild. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidan 312 (1885).

Gud önskar Sinnets Renovering – Skräpet från tvivelaktiga principer och vanor skall sopas undan. Herren önskar, att sinnet skall renoveras och hjärtat fyllas med sanningens skatter. – *Manuskript 24*, 1901. (*Our High Calling*, sidan 106.)

Att omdömesgillt möta olika Människor – Vi behöver alla studera sätt och metoder för att vi med omdöme skall kunna möta olika människor, samt sträva efter att på bästa sätt hjälpa dem till en korrekt förståelse av Guds ord och ett sant kristet liv. Vi kan läsa Bibeln med dem och dra deras sinnen bort från de timliga tingen till de eviga intressena. Det är Guds barns plikt att vara missionärer för dem, att se vilka som behöver hjälp. Om någon vacklar under frestelsen, borde hans sak noggrant tas upp och handhas klokt, därför att hans eviga intressen står på spel och de som arbetar för honom kan genom sina ord och handlingar antingen vara en doft av liv till liv eller en dödens lukt till död. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidan 69 (1876).

Principfasthet utmärker Jesu elever – Principfasthet utmärker deras leverne, som sitter vid Jesu fötter och inhämtar kunskap från Honom. – *The Review and Herald*, den 20. juni, 1882. (*Our High Calling*, sidan 160.)

Ett fanatiskt Sinne

[*Anm.: Webster avgränsar fanatism som "överdriven entusiasm" eller "oresonlig iver."* –

Sammanställarna.]

Fanatiker och Fanatism skall tränga sig på – Vi lever under en tid, när varje typ av fanatism kommer att tränga sig på troende och icke troende. Satan kommer att knacka på, talande lögner i sitt hycklande. Varje påfund han kan komma på, för att bedra män och kvinnor, kommer att användas. – *Brev 121, 1901*

Så lyckas Satan – I vår erfarenhet har vi funnit, att om Satan inte kan hålla själar bundna i likgiltighetens is, kommer han att försöka driva in dem i fanatismens eld. När Herrens ande kommer in bland Hans folk, griper också fienden ett tillfälle att vara verksam genom att försöka forma Guds verk genom de ohelgade drag som finns hos olika människor, som är knutna till detta arbete. Därför finns det alltid en risk för att okloka drag skall göras. Många arbetar vidare efter sin egen ingivelse, ett arbete som Gud inte har uppmanat till. – *Brev 34, 1889 (liknar Vittnesbörd för Församlingen, Band 5, sidan 644).*

Så går det, när man klänger sig fast vid negativa Fallenheter – Det finns en del, som vägrar att lyssna. Så länge har de valt, att gå sina egna vägar och rätta sig efter sin egen visdom, så länge har de gillat sina nedbrytande och uppammade sidor hos karaktären, att de är blinda och ser inte. Genom dem förvrängs principer, ett falskt standar höjs, prov framställs, som ej bär Himmelens signatur... Vissa av just dessa berömmar sig av Herren som ett folk, som utövar rättfärdighet och inte försummar sin Guds stadgar. – *Manuskript 138, 1902.*

Berövade på en hälsosam, mental Inställning – De, som sitter fast i Satans snara, har ännu inte intagit en sund, mental hållning. De är omtöcknade, självgoda, självtillräckliga. Oh, med vilken sorg Herren betraktar dem och hör deras stora, uppblåsta ord av fåfänga. De jäser av stolthet. Fienden förundrar sig över, att de har gått så lätt i fällan. – *Brev 126, 1906*

Hycklad Ödmjukhet – Man kan se mycket nyckfull och hycklad ödmjukhet bland bekännande kristna. Några, som är fast beslutna att besegra jaget, sätter sig själva så lågt som det är möjligt. De försöker emellertid bara i sin egen styrka och nästa våg av beröm och smicker sveper dem med sig upp på vågkammen och för dem utom synhåll. De är inte villiga att böja sig fullständigt för Gud och han kan inte arbeta genom dem.

Ta ingen ära till er själva vad det än må vara fråga om. Arbeta inte med en delad håg och

försök att tjäna Gud och jaget på samma gång. Håll jaget borta. Låt era ord leda de trötta och dem som bär på tunga bördor till Jesus, vår Frälsare, som är full av medlidande. Arbeta som om ni såg honom, som är vid er högra sida och som står beredd att ge er styrka för er tjänst. Er enda säkerhet finns i ett fullständigt beroende av Jesus. – *The Review and Herald, den 11. Maj, 1897.*

För mycket Avseende fästs vid Känslorus – En del är inte tillfredsställda med en sammankomst om de inte har en mäktig och härlig stund. De jobbar för detta och arbetar upp ett känslorus. Men sådana sammankomsters påverkan är inte god. När känsloruset är borta sjunker de lägre än före sammankomsten, eftersom deras lyckokänslor inte kom från den rätta källan. De mest givande sammankomsterna för andlig utveckling är de som karakteriseras av allvar och djup hjärterannsakan, då var och en försöker förstå sig själv och med allvar och djup ödmjukhet söker att lära av Kristus. – *Vittnesbörd för Församlingen, Band 1, sidan 412 (1864).*

Märkliga Övningar – Genom sådan fanatism, som vi nyligen har upplevt ibland oss i California, i form av märkliga övningar och påståendet om, att vi äger kraften, att kasta ut djävlar, försöker Satan, att bedra, om möjligt, även de utvalda. Dessa personer, som säger sig ha ett bestämt budskap till vårt folk, anklagar åhörarna för, att vara besatta av onda andar. Sedan de har bett med dem, förklarar de djävlarerna vara utdrivna. Följden av deras verk har bekräftat dess natur. Jag har blivit ombedd att säga till vårt folk, att Herren inte är i dessa underliga övningar, utan att dylika uttryck bedrar och ödelägger själar, såvida inte dessa varnas. Likaså förvrängs Bibelns sanning härav. – *Brev 12, 1909*

Stridslystna av Naturen – Somliga är stridslystna av naturen. De bryr sig inte om, huruvida de står i samklang med bröderna. De inleder gärna kontroverser och strider för sina bestämda uppfattningar; men det borde de sluta med, ty på det här viset utvecklas inte de kristna dygderna. Arbeta med all kraft, för att förverkliga Kristi bön, att Hans lärjungar skall vara ett, liksom Han är ett med Fadern. Inte en enda själ ibland oss är trygg, med mindre vi dagligen lär oss av Kristus, och lägger oss till med Hans saktmod och blygsamhet.

I arbetet skall Du inte vara diktatorisk, sträng, eller hetlevrad. Predika Kristi kärlek, så kommer hjärtan att mjukas upp och dämpas. Eftersträva enhet och samklang med bröderna och att Ni talar med en stämma. Pratet om splittring, för att alla

inte delar Dina uppfattningar, är inte Guds verk, utan fiendens. Uttala den enkla sanningen, som Ni kan enas om. Tala om enhet; bli inte trångsynt och inbilsk; vidga Dina vyer. – *Manuskript* 111, 1894.

Att följa sin egen Standard – Många, många litar på sin egen rättfärdighet. De inrättar en standard för sig själva och underkastar sig inte Kristi vilja och låter ej Honom kläda dem i Sin rättfärdighets kapp. De gestaltar karaktärer enligt sin vilja och sitt behag. Deras religion gör Satan förtjust. De framställer på felaktigt sätt Kristi fulländade sinnelag – Hans rättfärdighet. Eftersom de själva är bedragna, bedrar de, i sin tur, andra. Gud godtar dem inte. De riskerar, att föra andra själar vilse. Till slut kommer de att erhålla sin lön tillsammans med den store vilseledaren – Satan. – *Manuskript* 138, 1902.

En Fanatikers Gensvar – För några få år sedan kom en man som hette N från Red Bluff, Kalifornien, för att berätta något för mig. ... Han trodde att Gud hade gått förbi alla ledarna och gett honom budskapet. Jag försökte visa honom att han hade misstagit sig. ... När vi berättade av vilka orsaker vi anser det och lade fram saken för honom och sa att han hade misstagit sig, lät han en stor kraft komma över sig, och han gav ifrån sig ett högt rop. ... Vi hade mycket besvär med honom. Hans sinne kom ur balans och han måste föras till ett psykiatriskt sjukhus. – *Brev* 16, 1893. (*Utvalda Budskap*, Band 2, sidan 64.)

Så bör en Fanatiker bemötas – Gud uppmanar Sina tjänare, att granska Hans sinne och vilja. När så personer kommer med sina egendomligt formade teorier, skall Du inte gå i närkamp med dem, utan betona det Du vet. "Det står skrivet" skall vara Ditt vapen. Det finns individer, som kommer att försöka att spinna sina tunna trådar av falska teorier. Pris ske Gud, att det även finns sådana, som Han har undervisat och som känner till sanningen. – *Brev* 191, 1905.

Vaka över Uttryck och Inställningar – I vår tid behöver vi vara väldigt vaksamma och noga värna naturen hos det verk, som skall utföras. En del kommer att försöka, att införa falska teorier och kommer att ställa sig upp med falska budskap. Satan kommer att hetsa mänskliga sinnen, för att skapa fanatism i våra led. Vi upplevde en försmak av detta år 1908. Herren önskar, att Hans folk skall uppträda försiktigt, de skall ge akt på både uttryck och inställning. Satan kommer att utnyttja egenheter hos inställning och röstläge, för att väcka upphetsning och påverka människors intellekt, för att bedra. – *Brev* 12, 1909

Undvik Prov, som Människor har uppfunnit – Nya och egendomliga ting kommer fortgående att skjuta upp, för att förleda Guds folk till falsk upphetsning, religiösa väckelser och märkliga tilldragelser; men vårt folk skall inte utsättas för några av människor framtagna prov, som bara leder till kontroverser både här och där. – *Manuskript* 167, 1897.

Akta Er för "nytt", "fantastiskt", så kallat långt framskridet Ljus – En tung börda vilar på min själ, för jag vet, vad som väntar oss. Varje tänkbart bedrägeri kommer att sätta dem på prov, som saknar en daglig, levande förbindelse med Gud. Satans änglar vet, hur de skall åstadkomma det onda, och de kommer att skapa sådant, som en del kallar för avancerat ljus och förkunna det som något nytt och förunderligt; men samtidigt som budskapet i vissa hänseenden kan vara sant, kommer det att vara uppblandat med människors uppfattningar och innebära, att människors bud lärs ut som sanningen. Om vi någonsin har behövt vaka och be allvarligt, är det nu.

Många synbarligt goda ting kommer att behöva övervägas under mycken bön; ty de är fiendens skenfagra hjälpmedel, för att leda in själar på en stig, som ligger så nära sanningens väg, att den knappt går att skilja från denna. Dock förmår trons öga, att upptäcka avvikelser från den rätta stigen, ehuru den nästan inte märks. Till en början kan den se helt rätt ut, men så småningom inses den skilja sig markant från vägen, som leder till helgelse och himmelen. Mina bröder, jag förmanar Er, att göra raka stigar för Era fötter, så att den fot, som haltar, inte går ur led. {Jämför Hebréerbrevet 12:13.} – *Manuskript* 82, 1894.

Fanatismen vanskelig att släcka – När fanatismen först börjar, och inte hejdas, är den lika vanskelig att släcka som elden i en övertänd byggnad. De som har deltagit i och har stöttat denna fanatism, borde mycket hellre ha varit upptagna av vanligt arbete, ty genom sitt inkonsekventa sätt att handla vanärar de Gud och utsätter hans folk för fara. I en tid som vår, då Herrens verk borde framställas som upphöjt, rent och oförfalskat av övertro och fabler, kommer många sådana rörelser att uppstå. Vi behöver vara på vakt och upprätthålla en nära kontakt med Kristus, så att vi inte bedras av Satans påfund. – *The General Conference Bulletin*, den 23. april, 1901. (*Utvalda Budskap*, Band 2, sidan 35.)

Hårdragna Teorier, som behärskar Tankarna – Satan verkar på många sätt, för att just de män, som borde förkunna budskapet, skall ägna sig åt hårdragna teorier, som han får att

framstå som av sådan vikt och betydelse, att de behärskar tankarna; och medan de tror sig vinna underbara erfarenheter, avgudar de ett fåtal uppfattningar. Därmed skadas deras inflytande och Herrens verk blir lidande.

Varje förkunnare bör göra allvarligt menade ansträngningar, för att lära känna Kristi tankar. Det finns sådana, som väljer ut från Guds Ord, liksom från Vittnesbörden, lossryckta stycken eller meningar, som går att tolka till deras fördel, och vid dessa uppehåller de sig och bygger därigenom upp det egna anseendet, trots att Gud inte alls leder dem. Därmed blir fienden nöjd. Vi bör inte i onödan välja en väg, som orsakar meningsskiljaktigheter eller föranleder missämja. Vi bör inte ge intrycket, att om våra speciella uppfattningar förbises, beror det på predikanternas bristfälliga fattningsförmåga.

I Kristi lärdomar förekommer det ämnen i överflöd, som det går att predika om, och gåtor, som varken just Du eller Dina åhörare kan förstå eller uttyda och som helst bör lämnas därhän. Lämna fältet fritt för Herren Jesus Kristus, att Själv undervisa; låt Honom genom Sin Andes inflytande öppna upp den vidunderliga frälsningsplanen för förståndet. – *Manuskript* 111, 1894.

Glöm det Negativa (råd till en förkunnare) – Om Du såge följderna av, att alltid tänka på dystra saker, såsom Du mer eller mindre har gjort i årtal, skulle Du bättre förstå Frälsarens ord, som står nedtecknade i Matteus' artonde kapitel. Lärjungarna kom till Jesus med frågan: ”Vem är störst i himmelriket?” Då kallade han till sig ett barn och ställde det mitt ibland dem och sade: ’Amen {Sannerligen} säger jag er: Om ni inte omvänder er och blir som barn, kommer ni inte in i himmelriket. Den som ödmjukar sig som detta barn, han är den störste i himmelriket. Och den som tar emot ett sådant barn i mitt namn, han tar emot mig. Men den som förleder en av dessa små som tror på mig, för honom vore det bättre att en kvarnsten hängdes om hans hals och han sänktes i havets djup. Ve över världen som förför. Förförelser måste komma, men ve den människa genom vilken förförelsen kommer” (Matteusevangeliet 18:1-7).

Min broder, lägg undan allt elakt tänkande. Ödmjuka hjärtat inför Gud. När så ögonen har öppnats, kommer Du ej längre att stå på den negativa sidan. ”Om din hand eller din fot förleder dig till synd, så hugg av den och kasta den ifrån dig. Det är bättre för dig att gå in i livet stympad eller halt än att ha båda händerna och båda

fötterna i behåll och kastas i den eviga elden” (Matteusevangeliet 18:8). Hugg av Dina undermåliga personlighetsdrag, hur än smärtsamt detta må vara för den mänskliga naturen, att göra det. ”Och om ditt öga” – så skarpt, att upptäcka något att klandra eller gå emot – ”förleder dig till synd, så riv ut det och kasta det ifrån dig. Det är bättre för dig att gå in i livet med ett öga än att ha båda ögonen i behåll och kastas i det brinnande Gehenna” (vers 9). – *Brev* 93, 1901

Tron besestrar Negativismen – Vi kommer att skörda framgång, om vi tågar framåt i tro, fast beslutna, att förståndigt utföra Guds verk. Vi får inte låta oss hindras av män, som helst står på den negativa sidan, varigenom de avslöjar sin brist på tro. Guds missionsverksamhet skall bedrivas av män med mycken tro och skall stadigt tillta i styrka och verkningsgrad. – *Brev* 233, 1904

Faran av individuellt Oberoende – Det har alltid i församlingen funnits sådana som varit benägna att hävda ett individuellt oberoende. De tycks inte kunna inse att andligt oberoende har en benägenhet att leda människan till att lita för mycket på sig själv och att handla efter sitt eget omdöme, snarare än att respektera sina medtroendes råd och högt uppskatta deras omdöme, framför allt deras som bekläder de ämbeten som Gud har utsett för att leda sitt folk. Gud har beklätt sin församling med särskild auktoritet och kraft, vilken ingen kan anses ha rätt att ringakta eller avvisa, eftersom den som handlar så, avvisar Guds röst. – *Löftestiden*, sidorna 163-164 (1911).

Frid främjas av, att omhulda Ödmjukhet – Själens finner ro endast genom att uppamma ödmjukhet och saktmod. Kristi frid går aldrig att finna, där självisheten regerar. Själens växer inte till i nåden, när den är självupptagen och stolt. Jesus intog den hållning, som människan måste inta, för att Kristi frid skall stanna kvar i hjärtat. De, som har erbjudit sig att bli Kristi lärjungar, måste dagligen förneka jaget, måste lyfta korset och följa i Jesu fotspår. De måste gå dit, där Hans föredöme visar vägen. – *Brev* 28, 1888

Dygden kristen Artighet – Paulus, ehuru principfast som en klippa, bevarade alltid sin artighet. Han ivrade starkt för viktiga läropunkter, men struntade inte i umgängeslivets gracer och hövlighet. Guds man svalde inte upp mänsklighetens man. – *Brev* 25, 1870 (*Our High Calling*, sidan 236.)

Somliga talar på ett kärvt, ohövlighets sätt, som sårar andras känslor, och sedan rättfärdigar de sig,

genom att säga: ”Det är mitt sätt; jag ger alltid ord åt tankarna”; och så upphöjer de denna usla karaktärsegenskap till dygd. De borde strängt åthugas för sitt oartiga uppförande. – *The Review and Herald*, den 1. september, 1885. (*Our High Calling*, sidan 229.)

Författarinnan kallad, att bemöta varje Slags Fanatism – År 1844 måste vi bemöta fanatism till höger och vänster, och ständigt ringde dessa ord i öronen: En stor våg av upphetsning skadar verket. Följ i Kristi fotspår. Jag fick ett budskap, att bemöta varje slags fanatism med. Jag fick i uppgift, att visa folket faran för verket genom en våg av upphetsning. Det finns de, som nyttjar tillfället, att föra in vidskepelse. Därmed stängs dörren för förkunnandet av sund lära. – *Brev 17*, 1902

En överhängande Fara – När slutet närmar sig, kommer fienden att verka med all sin makt för att föra in fanatism ibland oss. Det skulle glädja honom, att se sjundedags-adventisterna gå till sådana ytterligheter, att världen skulle stämpla dem som en grupp fanatiker. Jag har blivit uppmanad att varna predikanter och församlingsmedlemmar för denna fara. Vår uppgift är att lära människorna att bygga på en fast grundval, att ta sin ståndpunkt för ett tydligt ”Så säger Herren”. – *Evangeliets Tjänare*, sidan 236 (1915).

Sinnesstyrning ett Slags Fanatism – Jag har talat i klara ordalag om den farliga teknik, varigenom en person överlämnar sinnet i en annans herravälde. Den här tekniken har Djävulen utvecklat.

Så här funtad var fanatism vi måste möta 1845. Då visste jag inte, vad den innebar, men jag kallades, att avlägga det entydigaste vittnesbörd mot allt av detta slag. – *Brev 130a*, 1901.

Låt Dig besjålas av en opartisk, optimistisk Inställning – Vi har ingen anledning, att stirra oss blinda på lögnen, att sucka och vändas samt förlora tid och tillfällen, genom att sörja över andras snedsteg... Skulle det inte vara trevligare för Gud, att vi blickar oss opartiskt omkring och ser, hur många själar det är, som tjänar Honom och står emot frestelse samt förhärliigar och ärar Honom med sina talanger, medel och intellekt? Skulle det inte vara bättre, att förundras över Guds mirakulösa makt i, att förvandla arma, urartade syndare, som har varit moraliskt nedsölade, men som har blivit så förvandlade, att de är lika Kristus till karaktären? – *Brev 63*, 1893 (*Our High Calling*, sidan 248.)

En hälsosam Normalitet

Källan till verklig Lycka – Det finns personer med en sjuklig fantasi, för vilka religionen är en tyrann som härskar över dem med järnspira. Sådana människor sörjer ständigt över sitt syndiga liv och de suckar över all förmodad ondska. Kärlek existerar inte i deras hjärtan. De har alltid en bister uppsyn. De ryser när de hör oskyldiga skratt från de unga, eller från vem som helst. De betraktar all rekreation eller förströelse som synd, och menar att man alltid måste vara allvarlig och sträng. Det är den ena ytterligheten.

Andra däremot tycker att man ständigt måste anstränga sig för att hitta på nya nöjen och förströelser för att hålla sig frisk. De lär sig att bli beroende av spännande upplevelser och känner sig rastlösa utan dem. Sådana människor är inte sanna kristna. De går till den andra ytterligheten.

Kristendomens sanna principer öppnar en källa till lycka för alla, vars höjd och djup, längd och bredd inte kan mätas. Kristus blir en källa i oss, med vatten som flödar fram till evigt liv. Den är ett ständigt källsprång som den kristne kan dricka fritt ur, utan att någonsin tömma källan. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 1, sidorna 565-566 (1867).

Iver, som snabbt slocknar – Vi skall inte uppmuntra till en entusiasm som utlöser iver för ett tag, men snabbt dör ut, och lämnar modlöshet och depression efter sig. Vi behöver Livets bröd som kommer ned från himlen ger själen liv. Studera Guds ord. Låt dig inte styras av känslor. Alla som arbetar i Herrens vingård måste lära sig att känslor inte är tro. Det är inte alltid nödvändigt att vara i ett exalterat tillstånd. Men det är nödvändigt att ha en fast tro på Guds ord som Kristi kött och blod. – *Brev 17*, 1902 (*Evangelisation*, sidan 138.)

Varken kall Ortodoxi eller nonchalant Liberalism – För att få framgång när det gäller alla slags reformer är det nödvändigt att ha en klar förståelse av grundläggande sanningar. Medan det å ena sidan finns en fara i att vara trångsynt, hård, kall och dogmatisk, finns det å andra sidan en stor fara i att vara likgiltig och alltför vidsynt. Grunden för alla bestående reformer är Guds lag. Vi borde klart och tydligt förklara hur nödvändigt det är att man lyder denna lag. Dess principer borde ständigt framhållas för människorna. De är

lika eviga och orubbliga som Gud själv. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 99 (1905).

Behov av välbalanserade Sinnen – Mycket sägs i epistlarna om, att vara sunt troende. Detta borde lära oss, att försiktighet är ett måste. Vi får inte fläta in våra egna böjelser och starka karaktärsdrag i vår erfarenhet. Annars ger vi en fel bild av sanningens dyrbara, upphöjande, förädlade grundsatser och leder vi andra vilse. En sund tro betyder mera, än många inser. Den innebär, att rätta till varje fel, som förekommer hos våra tankar och gärningar, så att vi inte förstör Guds Ord.

I vår tid behövs det välbalanserade sinnen, hälsosamma, starka kristna. Många av Kristi bekännande efterföljares erfarenhet är nedslående. De stupar inför minsta motgång. De tappar modet, om de tror sig bli i det minsta förbigångna eller sårade, när bröderna inte har visat dem den uppskattning de menar sig vara förtjänta av. Med Sin obegränsade skicklighet skulle den Store Läkaren gärna återställa deras moraliska hälsa; men patienten tar icke emot det erbjudna receptet. De här personerna tillämpar måhända Guds Ord på sig själva för en kort tid, men de blir inte görare av Ordet. Snart nog grips de av inflytanden, som sammanfaller med deras naturliga smak och kullkastar allt de har vunnit. – *The Review and Herald*, den 28. juli, 1896.

Alla Sinnesförmögenheter skall uppodlas – Om vissa själsgåvor används på så sätt att de andra försummas, har Guds avsikt inte till fullo förverkligats, ty alla själsgåvor har ett inte samband och är därför i mycket hög grad beroende av de andra. En sådan själsgåva kan inte effektivt användas utan alla de övrigas funktion, för att balansen skall bli noggrant bevarad. Om all uppmärksamhet och kraft ägnas en enda gåva, när på samma gång de övriga är helt oanvända, kommer utvecklingen att bli stark i denna enda och leda till ytterligheter, därför att alla själens krafter inte har tränats. En del sinnen är förtvinade och inte rätt avvägda. Alla människor är inte av naturen lika. Våra sinnen är olika. En del är starka på en punkt, men mycket svaga på andra. Dessa defekter, som är så synliga, behöver inte och borde inte få förbli så.

Om de som har dem skulle stärka de svaga punkterna i sin karaktär genom att träna och öva dem skulle de bli starka. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidan 33 (1872).

Använd alla intellektuella Förmågor – Alla intellektuella förmågor borde användas och

utvecklas för att män och kvinnor ska bli mentalt välbalanserade. Världen är full av ensidiga män och kvinnor som blivit sådana eftersom bara vissa av deras förmågor har kultiverats medan andra blivit förkrympta av överksamhet.

De flesta ungdomars utbildning är misslyckad. De studerar för mycket medan de försummar det som har med praktiskt yrkesliv att göra. Män och kvinnor blir föräldrar utan att fundera på sitt ansvar och deras avkomma får ännu större brister än de själva. På så sätt degenererar mänskligheten snabbt.

Det ständiga studerandet, så som skolorna nu drivs [1872], gör ungdomarna oförmögna till ett praktiskt liv. Det mänskliga sinnet vill ha aktivitet. Om det inte är aktivt i rätt riktning kommer det att bli aktivt i fel riktning. För att bevara den mentala balansen borde arbete och studier förenas i skolorna. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidorna 152-153 (1872).

Medel till Förbättring inom Räckhåll för alla – Önskas: Unga män med insikt, som uppskattar de intellektuella förmågor, som Gud har gett dem och uppodlar dem ytterst noggrant. Förmågorna stärks genom användning, och bara hjärtats förbättring inte försummas, blir karaktären välbalanserad. Medlen till förbättring finns inom allas räckhåll. Alltså skall ingen behöva göra Mästaren besviken, när Han kommer och letar efter frukt, genom att bara uppvisa löv. En resolut föresats, helgad genom Kristi nåd, gör underverk. – *Manuskript* 122, 1899.

Kropp, Sinne, Hjärta under Guds Kontroll – Den, som i sanning älskar och vördar Gud samt helhjärtat eftersträvar, att göra Hans vilja, tjänar Honom med kropp, sinne, hjärta, själ och styrka. Så var det med Henok. Han vandrade med Gud... De, som avgjort vill dela Guds vilja, måste tjäna och behaga i allt. Då blir sinnelaget harmoniskt och välbalanserat, konsekvent lagt, glatt och äkta. – *Brev* 128, 1897. (*In Heavenly Places*, sidan 190.)

Sinnesförmögenheterna skall styra Kroppen – En sann utbildning omfattar hela människan. Den lär oss hur vi skall använda hela vår varelse på rätt sätt. Den hjälper oss att använda hjärna, ben och muskler, kropp, sinne och hjärta på bästa sätt. Sinnets förmågor, som är de högre krafterna, bör råda över kroppens domäner. De naturliga begären och lidelserna bör styras av samvetet och de andliga bevekelsegrunderna. Kristus visar vägen för mänskligheten, och det är hans avsikt att leda oss in på ädla, heliga och rena vägar i

arbetet för honom. Genom sin nåds underbara verk kommer han att göra oss fullkomliga i honom. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 346 (1905).

Välutvecklade Sinnena och Bredd till Karaktären – Guds folk måste arbeta på att bli mångsidiga människor, d.v.s. att ha en bredd i sin karaktär, och inte vara snävt tänkande människor som endast tänker på en enda arbetsmetod, och tar sig fram i ett hjulspår, och är oförmögna att se och förnimma att deras ord och deras försvar för sanningen måste variera efter vilka slags människor de umgås med och vilka förhållanden de skall arbeta under. Alla bör ständigt söka, att uppnå välutvecklade sinnena och att avhjälpa dåligt balanserade karaktärer. Detta måste vara Ditt fortgående studium, om Du skall bli en användbar, framgångsrik medarbetare. – *Brev 12*, 1887. (*Evangelisation*, sidan 106.)

Ovidkommande, tramsiga Saker förtvinar Sinnet – I varje studerandes sinne bör tanken inpräntas, att en utbildning är ett fiasko, med mindre förståndet har fått grepp om Guds uppenbarade sanningar och med mindre hjärtat har godtagit lärdomarna från Kristi evangelium. Den studerande, som, i stället för de vittomfattande grundsatserna hos Guds Ord, tar till sig allmänna uppfattningar och lägger ned sin tid och uppmärksamhet på ovidkommande och tramsiga saker, kommer att känna av sinnets förtvinning och försvagning. Han har förlorat sin andliga växtkraft. Sinnet måste vänjas vid, att förstå de viktiga sanningar, som berör det eviga livet. – *The Review and Herald*, den 11. november, 1909. (*Grundsatser för Kristen Utbildning*, sidan 536.)

Översvämma inte Intellectet med Skräp – Såsom utbildningen bedrivs i dag [1897], är den enkelspårig, och därigenom ett misstag. I egenskap av Guds Sons köpta egendom, är vi Hans ägodelar, och var och en bör få en utbildning i Kristi skola. Kloka lärare bör utses vid våra skolor. Lärare har att skaffa med mänskliga sinnena, och det är deras skyldighet inför Gud, att i dessa sinnena inpränta behovet av, att lära känna Kristus som en personlig Frälsare. Dock förmår ingen, att riktigt undervisa Guds lossköpta egendom, såvida inte han själv har utbildats i Kristi skola.

Jag måste få säga Er, att utifrån det ljus Gud har gett mig, vet jag, att studenter satsar mycken tid och pengar på säkrandet av en utbildning, vilken är som agnar för dem; den gör det nämligen inte möjligt för dem, att bidra till nästans danande av

en karaktär, som gör dem lämpliga, att ansluta till helgon och änglar i den högre skolan. I stället för att belamra unga sinnen med en massa saker, som är motbjudande och som i många fall aldrig blir dem till någon nytta, bör en praktisk utbildning ges. Tid och pengar läggs ned på, att vinna värdelöst vetande. Intellectet bör nogsamt och på ett klokt sätt vänjas vid, att uppehålla sig vid biblisk sanning. Det huvudsakliga målet med utbildning bör vara, att få kunskap om, hur vi förhärligar Gud, vilken vi tillhör genom skapelse och återlösning. Utbildningens frukt bör låta oss förstå Guds röst...

Liksom grenarna på det Sanna Vinträdet, framställer Guds Ord enhet i mångfald. Ordet är hemvist åt fullkomlig, övermänsklig, gåtfull enhet. Det innehåller gudomlig visdom, och denna utgör grundvalen åt all egentlig utbildning; men denna Bok har bemötts med likgiltighet.

Nu, som aldrig tidigare, behöver vi förstå oss på utbildningens sanna vetenskap. Om vi misslyckas med det, kommer vi aldrig att få en plats i Guds rike. ”Detta är evigt liv att de känner dig, den ende sanna Guden, och den som du har sänt, Jesus Kristus” (Johannesevangeliet 17:3). Om detta är priset för himmelen, bör då inte vår utbildning bedrivs enligt dessa riktlinjer? – *The Christian Educator*, den 1. augusti, 1897, stycke 4.

Stiftandet av järnhårda Regler för andra vanäror Gud – Gud försvarar aldrig ett medel, varigenom en person på minsta vis styr över eller förtrycker sin nästa. Så snart som en person börjar att upprätta järnhårda regler för andra, vanäror han Gud och riskerar sin egen själ och brödernas själar. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 7, sidan 181 (1902).

Balans mellan olikt tänkande Individer nödvändig – Här har vi förts samman – personer med olika intellekt, olika utbildning och olika träning – och vi väntar oss inte, att allas tankar kommer att färdas längs samma kanal; men frågan är: Har vi, de skilda grenarna, blivit inympade i det verkliga Vinträdet? Den frågan bör vi allt ställa oss, och vi bör föra den vidare till både lärare och elever. Vi behöver inse, huruvida vi sannerligen har inympats i Guds Vinträd. Om svaret är ”ja”, må vi äga olika manér, olika röstlägen och olika uttal. Ni må betrakta saker och ting ur en synvinkel, och vi ha andra uppfattningar sinsemellan beträffande Skrifterna, fast inte stridande mot Skrifterna, utan tankarna därom må skilja sig åt. Mina tankar må färdas i välkända kanaler, och en annan må tänka och hysa en inställning enligt sina karaktärsdrag, vilket ger

honom ett djupgående intresse för en sida av saken, som andra inte har uppfångat. – *Manuskript 14*, 1894.

Isopen, Cedern och Palmerna – I alla Herrens planer finns det inget så skönt som Hans plan att ge män och kvinnor olika gåvor. Församlingen är Hans trädgård, smyckad med olika träd, växter och blommor. Han förväntar sig inte att isopen skall få cederträdets storlek, och inte heller att oliven skall nå den ståtliga palmens höjd. Många har endast fått en begränsad religiös och förståndsmässig uppfostran, men Gud har en uppgift för denna grupp, om de vill arbeta ödmjukt och lita på Honom. – *Brev 122*, 1902 (*Evangelisation*, sidorna 98-99).

Karaktärer lika varierande som Blommorna – Vi måste lära oss en viktig läxa från de oerhört olika växterna och blommorna. Alla blommor har inte samma form och färg. Några har läkande effekt. Somlig doftar alltid. Det finns bekännande kristna, som anser det som sin plikt att göra alla kristna lika dem själva. Det är människornas plan, inte Guds plan. I Guds församling finns det plats för lika olika karaktärsdrag, som hos blommorna i en trädgård. I Hans andliga trädgård finns det många varianter av blommor. – *Brev 95*, 1902 (*Evangelisation*, sidan 99.)

Sinnets och Kroppens Krafter – Guds Gåva – Guds krav måste göras tydliga för samvetet. Män och kvinnor måste väckas till insikt om sin plikt att leva ett liv i självbehärskning, och förstå hur nödvändigt det är att bevara livet rent från alla nedbrytande laster och förorenande vanor. De behöver få klart för sig att alla deras mentala och kroppsliga krafter är en Guds gåva, som de bör bevara i bästa möjliga tillstånd för att användas i hans tjänst. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 100 (1905).

Gud önskar licsidiga Karaktärer – Gud sänder varningar och tillrättavisningar till människor för att han älskar dem. Han önskar att de skall bli delaktiga av den kraft han kan ge, för att de skall ha sunda sinnen och en god karaktär. Då kommer de att kunna vara ett exempel för Guds folk och leda dem närmare himlen. Då kommer de att kunna vara med och bygga ett heligt tempel för Herren. – *Manuskript 1*, 1883. (*Utvalda Budskap*, Band 1, sidan 48.)

Sektion 2 - Grundläggande inbördes Förhållanden

Sjukdom, som börjar i Sinnet

[*Se Kapitel 75, "Fantasin och Sjukdom".*]
Orsaksförhållanden beaktas för litet – Det görs alldeles för lite för att försöka förstå orsakerna till den dödlighet, sjukdom och degeneration som finns i dag, till och med i de mest civiliserade och gynnade länderna. Människligheten håller på att försvagas. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 328 (1905).

Nio Tiondelar av Sjukdomar har sitt Ursprung i Sinnet – Sinnets sjukdomar får alltmer överhanden. Nio tiondelar av alla sjukdomar är psykiskt betingade. Kanhända något bekymmer i hemmet, likt cancer äter sig in i själen och försvagar livskrafterna eller samvetskval för någon synd undergräver motståndskraften och sätter sinnet ur balans. Det finns också villoläror, t.ex. om ett evigt brinnande helvete och de ogudaktigas ändlösa pina, som genom att ge en förvrängd och missvisande bild av Gud, påverkar känsliga sinnen. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidan 444 (1885).

Sinnet påverkar Kroppen – Ett mycket fint samspel finns mellan sinne och kropp. När det ena är påverkat reagerar också det andra. Sinnets tillstånd har mycket att göra med det fysiska systemets hälsa. Om människans sinne är fritt och lyckligt, och hon har ett gott samvete och en tillfredsställelsens känsla därför att hon försöker att göra andra lyckliga, kommer detta att skapa glädje som påverkar både kropp och själ. Guds välsignelser är en helbrägdagörare. De som har lärt sig att göra andra lyckliga kommer att förstå denna underbara välsignelse i sina hjärtan och liv. – *Christian Temperance and Bible Hygiene*, sidan 13, 1890. (*Counsels on Health*, sidan 28; se även *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidorna 60-61 [1876].)

En välnärd och sund Hjärna – Hjärnan utgör sinnets organ och redskap, och styr över hela kroppen. För att andra delar av systemet skall hållas friska, måste hjärnan vara det. Och för att hjärnan skall vara frisk, måste blodet vara rent. Hjärnan erhåller tillräcklig näring, om blodet hålls rent genom sunda mat- och dryckesvanor. – *Manuskript 24*, 1900. (*Medical Ministry*, sidan 291.)

Fantasins vidsträckta Inflytande – Sjukdom orsakas ibland av, och förvärras ofta mycket genom, inbillning. Många som är långvarigt sjuka

skulle kunna bli friska om de bara trodde att de kunde bli det. Många tror att de kommer att bli sjuka av det minsta lilla de utsätts för, och den skadliga effekten kommer därför att den är förväntad. Många dör av sjukdom som helt och hållet orsakats av inbillning. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 205 (1905).

Hjärnans elektriska Kraft ger Liv åt hela Systemet – Vi bör betona hur tankarna påverkar kroppen, liksom hur kroppen påverkar tankarna. Hjärnans elektriska kraft aktiveras av tankeverksamheten och ger liv åt hela systemet. Den är därför av ovärderlig hjälp för att vi ska få motståndskraft mot sjukdomar. Det bör vi göra helt klart. Vi ska också visa på viljekraften och hur viktig självbehärskning är både för att bevara och återfå hälsan och på vilka deprimerande och fördärvande följder ilska, missnöje, själviskhet eller orenhet kan få. Samtidigt får vi inte glömma att peka på den underbara, livgivande kraft som kommer av gladlynthet, osjälviskhet och tacksamhet. – *Vägen till Mognad*, sidan 215 (1903).

Somliga blir sjuka, därför att de saknar Viljekraft – Under mina resor har jag träffat många, vars lidanden berott på deras inbillning. De har saknat viljekraft, för att resa sig över och strida mot sjukdom hos kropp och sinne; och därför har de hållits i lidandets trældom...

Jag har ofta lämnat dessa självförvållade sjuklingars sängar, medan jag har sagt till mig själv: Gradvis döende, döende på grund av lojhet, en sjuka, som endast vederbörande själv kan bota. – *The Health Reformer*, januari, 1871. (*Medical Ministry*, sidorna 106, 107.)

Betydelsen av friska Sinnen i friska Kroppar – Mental och moralisk kraft beror på kroppens hälsa. Vi bör lära våra barn, att de skall överge alla nöjen och njutningar, som påverkar hälsan. Om barnen lär sig självförnekelse och självbehärskning, blir de betydligt lyckligare, än om de får ge efter för sina önskningar om nöjen och dyra kläder...

God hälsa, sunda sinnen och rena hjärtan står inte i främsta rummet i alla hushåll. Många föräldrar uppfostrar inte sina barn till att bli nyttiga och pliktuppfyllande medborgare. De skäms bort och gullas med, tills självförsakelse nära nog blir en omöjlighet för dem. De får aldrig lära sig, att ett framgångsrikt liv som kristen hänger på utvecklandet av ett sunt sinne i en sund kropp. – *The Review and Herald*, den 31. oktober, 1871.

Barn, som pressas för hårt för tidigt – I skolsalen har grunden verkligen lagts för sjukdomar av alla de slag. Närmare bestämt har det känsligaste organet av alla, hjärnan, ofta skadats för alltid genom för flitigt användande... Och härigenom har många liv offrats av äregiriga mödrar. Av de barn, som uppenbarligen har haft tillräckligt stark fysik, för att överleva behandlingen, är det många, som är märkta för livet. Nervenergin i hjärnan blir så svag, att väl de har nått vuxen ålder, är det omöjligt för dem, att klara av nämnvärd mental ansträngning. Kraften hos vissa känsliga delar i hjärnan tycks vara uttömd. Och förutom att barns kroppsliga och mentala hälsa har äventyrats genom för tidig skolgång, har de också förlorat ur moralisk synvinkel. – *Healthful Living*, sidorna 43-44, 1865. (*Urvalda Budskap*, Band 2, sidan 436.)

Sjukdom kan uppkomma genom Självupptagenhet – Många är fysiskt, andligt och moraliskt sjuka därför att deras uppmärksamhet är riktad nästan helt mot dem själva. De skulle kunna räddas från stagnation genom den sunda spänsten hos yngre och skiftande tankar och barns rastlösa energi. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidan 647 (1871).

Mycket få inser fördelarna med den omsorg, ansvars känsla och erfarenhet som barn för med sig till familjen... Men ett barnlöst hem är en tröstlös plats. Dessa makars hjärtan riskerar att bli själviska, bevara en kärlek till sin egen bekvämlighet och rådgöra utifrån sina egna önskningar och vad som är bekvämt för dem. De samlar förståelse för sig själva, men har endast liten förståelse för andra. Omsorg och kärlek mot barn som är beroende av dem tar bort råheten från vår natur, gör oss ömma och förstående och har ett inflytande som utvecklar vår karaktärs ädlare delar. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidan 647 (1871).

Nedstämdhet ödelägger Hälsan – Det är vars och ens skyldighet, att uppamma ett glatt humör, i stället för att hänge sig i tankarna åt sorger och bekymmer. Det är många, som både gör sig förtvivlade och offerar hälsa och lycka åt en sjuklig fantasi. De må omges av sådant, som är otrevligt, men så uttrycker de också den saken med sina ständigt rynkade ögonbryn. Denna nedstämdhet skadar hälsan allvarligt, ty genom att hindra matsmältningen, försvåras upptaget av näringsämnen. Samtidigt som sorg och ängslan inte råder bot på ett enda elände, kan de orsaka betydande skada; men en positiv inställning och hopp i hjärtat innebär två saker: De lyser upp vandringsstigen för andra, och "är liv för var och

en som finner dem och läkedom för hela hans kropp” (Ordspråksboken 4:22). – *The Signs of the Times*, den 12. februari, 1885.

Studera Sinnet vid Behandling av de Sjuka [se Kapitel 42, ”Sinne och Hälsa”] – När man behandlar de sjuka borde man inte förbise sinnets inflytande. Rätt använt kan detta inflytande bli ett av de mest effektiva medlen för att bekämpa sjukdom. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 241 (1905).

Sjuklighet har delvis sitt Ursprung i Sinnet – En stor del av den sjuklighet som plågar mänskligheten har sitt ursprung i sinnet och kan bara botas genom att sinnets hälsa återupprättas. Det är många fler än vi kan föreställa oss som är sjuka mentalt. Hjärtesorger ger många människor dålig matsmältning för mentala problem har en förlamande inverkan på matsmältningsorganen. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidan 184 (1872).

Kristus helar – Det finns själslig sjukdom, som ingen balsam rår på, som ingen medicin botar. Be för dessa lidande, och för dem till Jesus Kristus. – *Manuskript 105*, 1898. (*Welfare Ministry*, sidan 71.)

Atmosfär skänker Hälsa och Vigör – Framför allt annat, bör föräldrar omge sina barn med en atmosfär av glädje, artighet och kärlek. Ett hem, där kärlek förekommer och där denna kommer till uttryck i ögonkast, i ord, i handlingar, är en plats, där änglar gärna vistas. Föräldrar, släpp in kärlekens, gladlynthetens och den barnliga nöjdhetens solsken i Era egna hjärtan, och låt dess ljuva inflytande strömma genom hemmet. Uppvisa en snäll, överseende anda, och uppmuntra densamma hos Era barn, ja, gynna alla angenäma sidor hos karaktären, som lyser upp hemmalivet. Den härigenom skapade stämningen blir då för barnen det, som luften och solskenet innebär för växtligheten, den främjar sinnets och kroppens hälsa och vigör. – *Counsels to Parents, Teachers, and Students*, sidan 115 (1913).

Tron och Sinnet

[Se Kapitel 43, ”Sinnet och andlig Hälsa”.]
Kristi Kärlek ger Liv åt hela Varelsen – Den kärlek som Kristus låter flöda genom hela varelsen är en livgivande kraft. Den har en helande inverkan på varje livsviktigt organ – hjärnan, hjärtat och nerverna. Den stimulerar de

högsta krafterna hos människan till aktivitet. Den befriar själen från skuld, sorg, oro och bekymmer som förstör livskrafterna, och för med sig inte ro och balans. Den ger en glädje till själen som ingenting här på jorden kan förstöra – en glädje i den helige Ande – en glädje som ger hälsa och liv. – *Hälsa för Hela Människan*, 84 (1905).

Kristi Uppgift är, att hela den Förtvivalade – Guds helande kraft finns överallt i naturen. Om ett träd knäcks eller om en människa skadas eller bryter benet, börjar naturen genast att reparera skadan. Till och med innan behovet uppstår finns botemedlen där, och så snart något är skadat sätts all energi in på att förnya och läka. Det är likadant på det andliga området. Redan innan synden skapade ett behov hade Gud funnit ett botemedel. Alla som ger efter för frestelser blir skadade och förtryckta av fienden, men överallt där synden finns, finns också Jesus som räddar från synd. Han har fått i uppdrag att ”frambära ett glädjebud till de fattiga... att förkunna befrielse för de fångna och... ge de förtryckta frihet.” Luk 4:18. – *Vägen till Mognad*, sidan 129 (1903).

Frälsarens Ordination för mentala och andliga Åkommor – Vår Frälsares ord ”Kom till mig ... så skall jag ge er vila”, är en ordination som kan bota fysiska, mentala och andliga åkommor. Matt 11:28. Jesus ömmar för människor fastän de har dragit lidande över sig själva genom sitt felaktiga sätt att leva och handla. Hos honom kan de få hjälp. Han kommer att göra stora ting för dem som förtröstar på honom. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 85 (1905).

Evangeliet kontra Vetenskap och Litteratur – Vetenskap och litteratur kan inte sprida samma ljus i människors förmörkade sinnen, som det härliga evangeliet om Guds Son kan bringa. Endast Guds Son klarar av det mäktiga arbetet med själens upplysning. Inte att undra på, att Paulus utbrister: ”Jag skäms inte för evangelium. Det är en Guds kraft som frälser var och en som tror, först juden och sedan greken.” {Romarbrevet 1:16.} Kristi evangelium blir personligt för de troende, och gör dem till levande brev, kända och lästa av alla människor. På detta sätt tränger gudsvörnadens surdeg igenom hela baket. De himmelska förnuftsvesendena blir i stånd till, att se storhetens sanna element i karaktären, ty endast godhet värdesätts som ett verksamt medel hos Gud. – *The Review and Herald*, den 15. december, 1891 (*Grundsatser för Kristen Utbildning*, sidorna 199-200).

Endast Evangeliet förmår, att mota bort det Onda, som är en Förbannelse i Samhället – Det

är bara Kristus som kan råda bot på människans synder och sorger, och det är bara evangeliet om hans nåd som kan upphäva den förbannelse som vilar över samhället. Den orättvisa som den rike visar den fattige och den fattiges hat mot den rike har sin grund i själviskheten. Det enda som kan utrota detta är att man underkastar sig Kristus. Ingen annan än han kan ge ett nytt, kärleksfullt hjärta till det av synd själviska hjärtat. Må Kristi tjänare predika evangeliet genom den Ande som sänts ner från himlen och arbeta på samma sätt som han för människans bästa. Resultatet av detta kommer att visa sig i välsignelse och upphöjelse av människan av ett slag som mänsklig makt omöjlig kan åstadkomma. – *Såningsmannen*, sidan 200 (1900).

Bara genom harmonisk Utveckling går det att uppnå Perfektion – Sinnets förbättring är en plikt, som vi är skyldiga oss själva, samhället och Gud att utföra. Dock bör vi inte uppfinna metoder för intellektets främjande på bekostnad av moralens och andlighetens sundhet. Och det är bara genom den harmoniska utvecklingen av både de mentala och moraliska förmögenheterna, som den högsta perfektionen av endera går att åstadkomma. – *Counsels to Parents, Teachers, and Students*, sidan 541 (1913).

Den himmelska Surdegen gör om Sinnet – I liknelsen lade kvinnan surdegen i mjölet. Detta var nödvändigt, för att tillfredsställa ett behov... Den himmelska surdegen utför sitt verk på motsvarande sätt... Sinnet blir förändrat; själsförmögenheterna sätts i arbete. Människan förses ej med nya själsförmögenheter, utan de befintliga helgas. Det hittills döda samvetet väcks. Men människan är inte i stånd till, att åstadkomma denna förändring på egen hand. Det klarar bara den Helige Ande av...

När våra sinnen styrs av Guds Ande, förstår vi lärdomen, som vi får genom liknelsen om surdegen. De, som öppnar sina hjärtan, för att ta emot sanningen, inser, att Guds Ord är det huvudsakliga redskapet vid karaktärens förvandling. – *The Review and Herald*, den 25. juli, 1899.

Evangeliseringen gör oss fasta – Var och en av oss behöver en djup insikt i Guds Ords undervisning. Våra sinnen måste vara förberedda för att bestå varje prövning, och motstå varje frestelse, utifrån eller inifrån. Vi måste veta varför vi tror som vi gör, varför vi är på Herrens sida. Sanningen måste hålla vakt i våra hjärtan, redo att ge varningssignal och samla oss till verksamhet mot varje fiende. Mörkrets krafter kommer att

öppna eld mot oss, och alla som är likgiltiga och obekymrade, som har vänt sin kärlek mot jordiska skatter, och som inte har brytt sig om att förstå hur Gud handlar med sitt folk, kommer att bli lätta offer. Ingen kraft utom kännedom om sanningen som den är i Jesus, kommer någonsin att göra oss fasta, men med den kan en man driva bort tusen, och två man kan jaga tio tusen på flykten. – *The Review and Herald*, den 29. april, 1884. (*Our High Calling*, sidan 332.)

När vi överlämnar oss åt Kristus, finner vi Frid – Hela vår framtid beror på, om vi personligen öppnar hjärtats portar, för att ta emot Fridsfursten. Våra sinnen finner frid och vila, när vi överlämnar oss till Kristus, i vilken finns kraftens hela verkningsgrad. Väl just Du har funnit den friden, den trösten, det hoppet, som Han erbjuder åt Din själ, kommer hjärtat att fröjdas åt Gud vår Frälsare för det storslagna och förunderliga hopp, som framställs för Dig som person, vilken känns vid den Stora Gåvan. Då kommer Du att bli så tacksam, att Du kommer att prisa Gud för den omfattande kärlek och nåd, som Han har visat Dig.

Betrakta Din Hjälpare, Jesus Kristus. Välkomna Honom, och bjud in Hans nåderika närvaro. Du kan få sinnet förnyat dagligen, och det är Din förmån, att ta emot frid och vila, att höja Dig över bekymren och tacka Gud för Hans välsignelser. Bygg inga barriärer av motbudande vanor, som håller Jesus ute ur själen. Ändra tonläge; klaga ej; uttryck Din tacksamhet för Kristi stora kärlek, som har visats och fortsatt blir visad Dig. – *Brev 294*, 1906

Fokusering på Kristus är en Stimulans – Om vi skulle låta sinnet koncentrera sig mera på Kristus och den himmelska världen, skulle vi finna en kraftig stimulans och stöd i utkampandet av Herrens strider. Stolthet och kärlek till världen kommer att mista sin kraft, när vi betänker härligheten i det bättre landet, som så snart kommer att vara vårt hem. I jämförelse med Kristi älsklighet kommer alla jordiska lockelser att te sig av ringa värde. – *The Review and Herald*, den 15. november, 1887.

Kunnande stärker Sinne och Själ – Vad vi behöver är en kunskap som stärker sinnet och själen, och som gör oss till bättre män och kvinnor. Hjärtats utbildning är mycket viktigare än enbart bokkunskap. Det är bra, ja, till och med nödvändigt, att ha kunskap om den värld vi lever i, men om vi inte räknar med evigheten kommer vi att misslyckas på ett sätt som inte går att

reparera. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 393 (1905).

Intellettet och den andliga Krigföringen – Vår tilltagande andliga renhet beror på rätt tänkande och rätt handlande. ”Det som kommer in i munnen gör inte människan oren. Men det som går ut ur munnen, det orenar henne.” ”Ty från hjärtat kommer onda tankar, mord, äktenskapsbrott, otukt, stöld, falskt vittnesbörd och hädelser. Sådant orenar människan” (Matteusevangeliet 15:11, 19-20).

Ont tänkande ödelägger själen. Guds omvändelsekraft förändrar hjärtat, förfinar och renar tankarna. Med mindre man bestämt anstränger sig, för att hålla tankarna riktade på Kristus, kan nåden inte uppenbaras i levernet. Sinnet måste ta del i den andliga krigföringen. Varje tanke måste läggas under Kristi lydnad. Alla vanor måste föras in under Guds herravälde. – *Brev 123*, 1904

Håll Sinnet sysselsatt som Skydd mot Ondo – Lättja gör att man får bristande självdisciplin och därmed ett tomt och innehållslöst liv där allt slags ont får lov att växa. – *Vägen till Mognad*, sidan 233 (1903).

En förvrängd Fantasi alstrar Mörker – Om sinnets öga betraktar det fantastiska hos gudaktighetens hemlighet, de andliga rikedomarnas fördel över världsliga rikedomar, fylls hela kroppen med ljus. I fall fantasin hamnar i oreda genom fascinationen för jordisk pompa och ära, tills vinning ter sig som gudaktighet, blir hela kroppen ett enda mörker. När hela intellektet inriktas på jordiska skatter, spårar dess krafter ur. – *The Review and Herald*, den 18. september, 1888.

Sinnet skall riktas mot Skaparen, inte underlätta Själupphöjelse – Om man ägnade denna grundsats [att verka för Guds härlighet] den uppmärksamhet, som dess betydelse fordrar, skulle en grundlig förändring äga rum i några av de allmänna uppfostringsmetoderna. I stället för att vädja till stolthet och självisk äregirighet och därigenom framkalla tävlan, skulle lärarna bemöda sig om, att uppväcka kärlek till rättfärdighet, sanning och skönhet samt att uppmuntra begär efter värdighet. Studenten skulle söka, att utveckla de själsgåvor, som Gud givit honom, fast inte för att överträffa andra, utan för att verkställa Skaparens avsikt och bli lik Honom. – *Patriarker och Profeter*, sidan 649 (1890).

Levande Vatten kontra uttorkade Brunnar – Jesus känner vårt andliga behov. Prakt, rikedom och ära kan inte tillfredsställa det. ”Om någon törstar, så kom till mig och drick.” Rika, fattiga, upphöjda, undertryckta, alla är lika välkomna. Han lovar att befria de undertryckta, att trösta de sörjande och att ge de modfällda nytt hopp.

Många av dem som lyssnade till Jesus sörjde över grusade förhoppningar. Många bar på hemliga sorger, många sökte tillfredsställa sin rastlösa längtan med materiella tillgångar och berömmelse, men när de vunnit allt detta fann de att de arbetat bara för att finna en uttorkad brunn, där de inte kunde släcka sin törst. Mitt i dessa glada festsceners glans stod de otillfredsställda och sorgsna.

Det plötsliga ropet ”om någon törstar” väckte dem ur deras dystra betraktelser. Och då de lyssnade till de ord som följde, tändes ett nytt hopp i deras trötta sinnen. Den helige Ande klargjorde symbolen för dem, tills de däri såg ett erbjudande om den oskattbara frälsningens gåva. – *Vändpunkten*, sidan 452 (1898).

Föreningen mellan det Gudomliga och mänsklig Satsning är nödvändig – Anden tillhandahåller styrkan, som håller strävande, brottande själar uppe i varje nödläge – mitt ibland släktingars ovänlighet, världens hat och insikten om de egna felen och misstagen. En förening mellan gudomlig och mänsklig ansträngning, ett nära band i alla lägen till Gud, källan till all kraft – denna är absolut nödvändig. – *The Review and Herald*, den 19. Maj, 1904. (*Our High Calling*, sidan 151.)

Sinnet, ett Citadell

Kroppens Överhuvud – Kroppens alla organ skapades för att tjäna sinnet. Sinnet är kroppens huvud. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidan 136 (1872).

Sinnet kontrollerar hela människan. Alla våra handlingar, goda så väl som dåliga, har sitt källsprång i sinnet. Det är sinnet som tillber Gud, och allierar oss med himmelska väsen. Likväl är det många, som går igenom hela livet, utan att bli kloka på det smyckeskrin, som innehåller denna skatt. – *Special Testimonies On Education*, den 11. Maj, 1896, sidan 33. (*Grundsatser för Kristen Utbildning*, sidan 426.)

Hjärnan styr över Kroppen – Det finns många handikappade i dag som alltid kommer att förbli det, eftersom de inte kan övertygas om att deras erfarenhet inte är pålitlig. Hjärnan är kroppens huvudstad, sätet för all nervkraft och mental funktion. Nerverna som går ut från hjärnan kontrollerar kroppen. Via hjärnnerverna förs alla själsliga intryck till alla kroppens nerver som genom telegrafrådar. De behärskar den livsnödvändiga funktionen hos varje del av systemet. Alla rörelseorgan styrs av den överföring som kommer från hjärnan. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidan 69 (1872).

Hjärnans nerver som förmedlar impulser till hela systemet är de enda kanaler genom vilka himmelen kan överbringa budskap till människan och påverka hennes inte liv. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidan 347 (1870).

Satan slår till mot Sinnesförmågorna [se kapitel 35, "Förnimmelsens Inflytande"] – Satan kommer till människan med sina frestelser som en ljusets ängel. Det var så Han kom till Kristus. Han har arbetat för att föra människan in i ett tillstånd av fysisk och moralisk svaghet. På det sättet kan han övervinna henne med sina frestelser och sedan triumfera över hennes fall. Han har haft framgång, när det gäller att fresta människan att ge efter för aptiten utan hänsyn till följderna. Han vet mycket väl att det är omöjligt för människan att uppfylla sina förpliktelser till Gud och sina medmänniskor, när hon försvagar de förmågor som Gud har gett henne. Hjärnan är kroppens styrande centrum. Om sinnesförmågorna blir okänsliga på grund av omåttlighet av ett eller annat slag, kan vi inte förstå och bedöma andliga ting. – *The Review and Herald*, den 8. september, 1874. (*Budskap till Unga*, sidan 236.)

Sedernas Tyranni – Sinnets styrka eller svaghet har nämligen väldigt mycket att göra med vår användbarhet i denna världen och med vår slutliga frälsning. Att människor i så hög grad är ovetande om Guds lag i vår fysiska natur är djupt beklagligt. Varje slags omåttlighet är en överträdelse av de lagar som finns nedlagda i oss. Dårskap och dumhet breder ut sig på ett fruktansvärt sätt. Satan gör synden tilldragande genom att omge den med ett ljusskimmer och han är mycket nöjd när han kan hålla den kristna världen fången i dagliga vanor, under tyranni av dess seder och bruk. Då lever dessa kristna som hedningarna och låter sig styras av lusten. – *The Review and Herald*, den 8. september, 1874. (*Budskap till Unga*, sidan 237.)

Vaka över Citadellet – Alla bör förnimma behovet av, att hålla den moraliska naturen i strama tyglar genom ständig vaksamhet. I likhet med trofasta vaktposter, bör de bevaka själens citadell, och känna, att de aldrig törs slappna av för en sekund. – *Testimony for the Physicians and Helpers of the Sanitarium*, 1879, sidan 65. (*Counsels on Health*, sidan 411.)

Ett rätt tränat Sinne vacklar ej – Genom att sättas på dagliga prov måste sinnet tränas till trohetens vanor, till en känslighet för rättfärdighetens krav och till den plikt som står högre än våra böjelser och vår njutning. Sinnens som tränats på detta sätt vacklar inte mellan rätt och orätt och vajar med vinden som sävstrån, men så snart en sak dyker upp urskiljer de den princip som är berörd och väljer instinktivt det rätta utan längre övervägande. De är lojala eftersom de har tränat sig i sanningens och trofasthetens vanor. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidan 22 (1872).

Ett obevakat Citadellet – Vi förvandlas genom att se. Trots att hon är skapad till Guds avbild, kan människan uppfostra sitt sinne så att den synd tilltalar henne som hon en gång inte ville begå. När hon upphör att vaka och be, slutar hon att vaka sitt sinnes borg, sitt hjärta, och ger sig in i synd och överträder Guds bud. Vårt tankeliv förnedras och det är omöjligt att höja detta över moralisk förvillelse, eftersom det uppfostras till att göra de moraliska och intellektuella krafterna till slavar, och leder dem till underkastelse under starka lidelser. Vi måste hela tiden föra en kamp mot vår syndiga natur. Gud kommer att hjälpa oss och lyfta oss upp genom Sin nåd. Han kommer ständigt att försöka vända våra sinnen uppåt och lära oss att tänka på rena och heliga ting. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidan 479 (1870).

Källan till Liv och Död – "Ja, haven edert sinne vänt till det som är därovan, icke till det som är på jorden." (Kol. 3:2.) Hjärtat är människans fästning. Från det utgår liv och död. En människa med ett orent hjärta är inte passande att umgås med de heliga. Vet inte den store Hjärterannsakaren vilka som dröjer kvar i synden utan att tänka på sin själ? Finns inte ett vittne till de mest hemliga ting i varje människas liv?

Jag tvingades att lyssna till något som några män sade till kvinnor och unga flickor – smickrande ord, ord till att förleda och bedåra. Satan brukar alla dessa medel för att fördärva. En del av er har kanske på detta sätt varit hans redskap. Om så är fallet kommer ni att möta dessa ting i domen.

Ängeln sade om dessa människor: ”De har aldrig gett sina hjärtan åt Gud. Kristus bor inte i dem. Sanningen finns inte där, dess plats är upptagen av synd, svek och falskhet. De tror inte Guds ord och aktar inte på det.” – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidorna 536-537 (1889).

Bekvämlighet, Njutningar, Självsäkerhet – Förrädare inom Murarna – Israeliterna blev förledda till synd, när de var i ett tillstånd av yttre ro och säkerhet. De uraktlät, att hålla Gud i sina tankar, de försummade bön och hyste en självsäker anda. Bekvämlighet och njutningar lämnade själens fäste obevakat, och onda tankar fick inträde. Det var förrädarna inom murarna, som omstörtade grundsatsernas fästen och lämnade Israel i Satans händer.

Satan går fortfarande till väga på samma sätt, för att kunna fördärva själen. En lång förberedelse, okänd för världen, äger rum i hjärtat, innan den kristne begår en öppen synd. Själven stiger ej med ens ned från renhet och helighet till fördärv och brott. Det fordras tid, för att göra dem, som blivit skapade till Guds avbild, djuriska eller sataniska. Man blir förtrolig med synden, genom att ständigt se den begås. Genom att hysa orena tankar, kan människan så grundligt fördärva sitt sinne, att synden, som hon en gång avskydde, blir behaglig för henne. – *Patriarker och Profeter*, sidan 494 (1890).

Tobaken avtrubbar Sinnesförmögenheterna – Tobak, i vilken som helst form den används, frestar på fysiken och sinnet. Den är ett långsamt verkande gift. Den påverkar hjärnan och avtrubbar dess krafter, så att sinnet inte tydligt urskiljer andliga angelägenheter, i synnerhet de sanningar, som annars skulle kunna rätta till denna snuskiga njutning.

De, som använder tobak av något som helst slag, står skyldiga inför Gud. Genom en så snuskig vana är det omöjligt för dem, att förhålliga Gud i sina kroppar och andar, vilka är Hans. Och så länge som de använder långsamt verkande och träffsäkra gifter, som ödelägger deras hälsa och vanställer sinnets förmögenheter, kan inte Gud godkänna dem. Han kan visa dem förbarmande, medan de av ovetande hänger sig åt denna ytterst skadliga vana och inte inser den ödeläggelse denna utsätter dem för, men när saken belyses för dem i sitt sanna ljus, då står de som överträdare inför Gud, om de fortsätter med denna vederstygglighet. – *Spiritual Gifts*, Band 4a, sidan 126 (1864).

Trälrar under Alkohol och Droger – Från alla håll och kanter försöker Satan, att locka in de unga på stigen ledande i fördärvet; och väl han lyckas med det, får han dem att skynda på stegen utför, varvid han tar dem från den ena utsvävningen till den andra, till dess hans offer förlorar samvetets känslighet och tappar all gudsfruktan. De lägger allt mindre band på sig själva. De blir fångna av bruket av vin och alkohol, tobak och opium, och går från ett stadium av förnedring till ett annat. De blir aptitens slavar. De lär sig, att le åt råd, som de en gång i tiden respekterade. De anlägger en kaxig min och skryter om sin frihet, när de i själva verket är fördärvets hantlangare. Med frihet menar de, att de är trälrar under själviskheten, en förvrängd aptit och tygellösheten. – *The Signs of the Times*, den 22. juni, 1891. (Temperance, sidorna 273-274.)

Satans Vapen – Lösfläppandet av köttets lustar innebär krig mot själen. På det mest eftertryckliga sätt vänder aposteln sig till de kristna: ”Så förmanar jag nu er, bröder, vid Guds barmhärtighet, att frambära era kroppar som ett levande och heligt offer som behagar Gud” (Romarbrevet 12:1). I fall kroppen mättas med sprit och smutsas ned med tobak, är den inget levande och heligt offer åt Gud. Satan vet om, att ekvationen inte går ut, och därför envisas han med, att fresta människornas aptit, för att binda dem vid denna njutning och härigenom åstadkomma deras ruin. – *The Review and Herald*, den 8. september, 1874.

Den avgörande Detaljen rörande Lidelse och Aptit – Om män och kvinnor med gott förstånd låter sina moraliska krafter bli förlamade genom någon form av omåttlighet, står de på grund av sin livsföring inte mycket högre än hedningarna. Satan drar hela tiden bort människor från det frälsande ljuset till vanor och moden, som inte tar hänsyn till fysisk, psykisk och moralisk hälsa. Den store fienden vet att om lusten och lidelserna får lov att ta kontrollen kommer människan att offra kroppens hälsa och förståndets styrka för att tillfredsställa sig själv. Hon förs snabbt mot sin undergång. Om ett upplyst förstånd håller i tyglarna, vet Satan mycket väl att hans kraft att vinna seger genom sina frestelser är mycket liten. – *The Review and Herald*, den 8. september, 1874. (*Budskap till Unga*, sidan 226.)

Vad, som kunde ha varit – Om flydda mansåldrars föräldrar bestämt hade sett till, att kroppen hade tjänat sinnet och ej låtit intellektet slava under djuriska lidelser, skulle det i våra dagar finnas ett annat slags personer på jorden. –

Healthful Living, sidan 38, 1865 (Del 2).
(*Utvalda Budskap*, Band 2, sidorna 431-432.)

Antingen styr Tankarna eller Kroppen – Alla behöver förstå förhållandet mellan ett enkelt liv och djup tankeverksamhet. Varje enskild människa måste avgöra om livet ska styras av tankarna eller av kroppen. Alla ungdomar måste själva välja det som ska forma deras liv, och vi behöver lägga ner stor möda på att de ska förstå de krafter de har att göra med och vilka inflytanden som formar karaktären och framtiden. – *Vägen till Mognad*, sidan 220 (1903).

Lär Folket – Framställ inför folket behovet av, att motstå frestelsen att ge efter för aptiten. Det är på den här punkten, som många felar. Förklara det nära förhållandet mellan kropp och sinne och visa behovet av, att hålla båda i bästa skick. – *Rundskrivelse till Läkare och Evangelister*, 1910. (*Counsels on Health*, sidan 543.)

Förståelse

Ett Arbete, som kräver Urskiljning och Omdöme – Det är det känsligaste och mest riskfyllda arbete, som någonsin har getts åt dödliga människor, att behandla själar. De som sysselsätts med detta arbete borde ha säkert omdöme och god urskillningsförmåga.

Sinnets sanna oberoende är något helt annat än överilade tankar. Den egenskap hos oberoendet som leder till en försiktig och noga övervägd uppfattning som man ber över, skulle man inte uppe utan vidare, inte förrän det ges tillräckligt starka bevis för att den är felaktig. Denna självständighet kommer att hålla sinnet lugnt och oföränderligt mitt bland de många villfarelser som råder. Den kommer att leda dem som har ansvarsfulla ställningar att noggrant se på bevisen från alla håll. De vacklar inte på grund av inflytande från andra eller från omgivningarna. De leds inte att dra slutsatser utan förnuftig och grundlig kunskap om alla omständigheter. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidorna 104-105 (1872).

En krävande Uppgift – Eftersom människor kostar himlen så mycket, nämligen priset av Guds dyrbara Son. Det är en fin uppgift att ha med andra människor att göra. Den borde utföras under fruktan och bavan.

De ungas lärare borde bevara en fullständig självbehärskning. Ödelägger man sitt inflytande över en människa genom att bli otålig eller genom att hålla fast vid en opassande värdighet och överlägsenhet, är detta ett fruktansvärt misstag, eftersom det kan leda till att denna själ går förlorad för Kristus. Ungas tankar kan bli så skeva och felaktiga på grund av skadlig vägledning, att skadan aldrig helt kan övervinnas. Kristi religion borde ha ett styrande inflytande på ungas uppfostran och undervisning.

Frälsarens självförnekande föredöme, universella godhet och långmodiga kärlek är en tillrättavisning för otåliga predikanter och lärare. Han frågar dessa impulsiva lärare: "Är detta det sätt på vilket du behandlar de själar, som Jag gav mitt liv för? Har du ingen större förståelse för det gränslösa, som Jag betalade för deras återlösning?" – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidan 419 (1880).

Läkaren stöter på alla Slags Intellect – Doktor B borde dagligen försöka öka sin kunskapsbank och kultivera vänlighet och ett förfinat sätt. ... Han bör hålla i minnet att han umgås med olika sorters människor och att det intryck han gör kommer att sträcka sig till andra stater och återspeglas på institutet [Battle Creek Sanitarium]. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidorna 183-184 (1872).

Tålmod och Visdom fordras – Predikanter bör vara försiktiga så att de inte förväntar sig för mycket av dem som ännu famlar i villfarelse och mörker. De bör utföra sitt arbete väl och lita på att Gud genom Sin Helige Andes hemlighetsfulla, livgivande inflytande kommer att låta själar med obesvarade frågor bli medvetna om att utan detta kommer deras gärning att misslyckas. I behandlingen av själar måste de visa tålmod och vishet och minnas hur mångskiftande de omständigheter är, som har utvecklats så olika egenskaper hos olika individer. De bör också vara strängt uppmärksamma på sig själva, så att inte jaget får övertaget och Jesus lämnas utanför frågan. – *Evangeliets Tjänare*, sidan 381 (1915).

Kristi Kärlek öppnar Dörrar – Bara han som läser människors hjärtan vet hur man skall leda människor till omvändelse. Bara hans visdom kan ge oss framgång när det gäller att nå de förlorade. Du kan stå där stram och tycka: "Jag är heligare än du." Det hjälper inte hur rätt du då resonerar eller hur sanna dina ord är, de kommer aldrig att röra vid hjärtan. Men Kristi kärlek, när den kommer till uttryck i ord och handlingar, kommer att öppna dörrar till människors hjärtan, när

upprepande av lagar och argument inte kan uträtta någonting. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 133 (1905).

Med Förbarmande och Kärlek – Alla är inte lämpliga för att tillrättavisa den som handlar fel. De har inte vishet till att handla rättfärdigt, trots att de älskar barmhärtighet. De kan inte se behovet av att blanda kärlek och öm medkänsla med verklighetstrogn tillrättavisningar. Några är alltid onödigt stränga och känner inte behovet av apostelns förmaning: ”Sådana som tvivlar skall ni vara barmhärtiga mot och frälsa genom att rycka dem ur elden. Mot andra skall ni också vara barmhärtiga, dock med fruktan, så att ni till och med avskyr deras livklädnad som är nedsmutsad av köttet.” (Judas vers 22-23.) – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidorna 269-270 (1873).

En lidelsefull Person bör inte få bemöta Människors Sinnen – En brist på fast tro och på urskiljningsförmåga rörande heliga angelägenheter borde betraktas som tillräcklig, för att utestänga sådana personer från förbindelse med Guds verk. Således visar också böjelsen för snara vredesutbrott, liksom en hård, överlägsen anda, att innehavaren inte skall sättas där han kan komma att bli kallad att avgöra viktiga frågor, som berör Guds arv.

En lidelsefull person bör icke få bemöta människors sinnen. Han kan inte bli betrodd med, att gestalta saker och ting, som berör dem, som Kristus har köpt till ett oändligt pris. Om han åtar sig, att leda människor, kommer han att såra och stöta deras själar; för han saknar den fina kontaktförmåga, den finkänsliga medkänsla, som Kristi nåd tilldelar. Hans eget hjärta behöver mjukas upp, ja, kuvas av Guds Ande; stenhjärtat har inte blivit ett köthjärta. – *Special Testimonies, Serie A*, Band 5, sidan 18, 1896. (*Vittnesbörd för Predikanter och Bibelarbetare*, sidan 261.)

Erforderliga Egenskaper, för att förstå Sinnen (råd till en litteraturevangelist) – I detta yrke förekommer det flera vanskligheter, än inom många andra branscher; men de lärda läxorna, den vunna taktfullheten och disciplinen, kommer att göra Dig lämplig för insats inom andra fält, där Du kan tjäna själar. De, som inte lär sig sina läxor och är nonchalanta och tvära i umgänget med andra, skulle visa samma brist på takt och skicklighet i bemötandet av sinnen, i fall de börjar som pastorer. – *Manual for Canvassers*, sidorna 41-42, 1902. (*Colporteur Ministry*, sidan 34.)

Att behöva bemöta Impulsivitet, Otålighet, Stolthet och överdriven Självkänsla – Att ha att

göra med människors sinnen, är det mest grannliga arbete, som någonsin har anförtrotts åt dödliga, och lärare är i ständigt behov av hjälp från Guds Ande, för att uträtta det korrekt. Stora variationer beträffande karaktär och utbildning står att finna ibland ungdomarna, som går på skolan. En lärare kommer att stöta på impulsivitet, otålighet, stolthet, själviskhet, opåkallad självkänsla. Somliga av de unga har levt i en bubbla av godtycklig stränghet och hårdhet, som i dem har väckt en anda av tjurighet och trots. Andra har behandlats likt husdjur, och av sina överdrivet kärleksfulla föräldrar tillåtits, att följa sina böjelser. Karaktärens brister har ursäktats, tills sinnelaget har blivit deformerat. – *Counsels to Parents, Teachers, and Students*, sidan 264 (1913).

Tålmod, Takt och Klokhet krävs – För att framgångsrikt hantera dessa olika intellekt, behöver lärare visa stor takt och finkänslighet vid bemötandet, liksom bestämdhet i styrandet. Ogillande, ja, rent av hån mot sunda regler ges ofta prov på. En del tar till knep, för att undgå bestraffning, medan andra ger prov på vårdslös likgiltighet för överträdelsens följder. Allt detta påkallar tålmod och fördragsamhet samt klokskap från dem, som är anförtrodda med de ungas utbildning. – *Counsels to Parents, Teachers, and Students*, sidan 264 (1913).

Ett Förfaringssätt, som kan lämna ohelbara Ärr och Blåmärken efter sig – En lärare kan äga tillräcklig skolning och vetande om ämnena, för att lära ut dem, men har det fastslagits, att han äger takt och klokhet, för att bemöta mänskliga sinnen? Om undervisare saknar Kristi kärlek i hjärtat, är de inte lämpliga, att bära det allvarsmättade ansvar, som har ålagts dem, som utbildar de unga. Eftersom de saknar den högre utbildningen själva, vet de inte, hur de skall hantera mänskliga intellekt. Deras egna uppstudsiga hjärtan kämpar om herraväldet; och att utsätta barnens formbara sinnen och karaktärer för så hård disciplin, innebär att åsamka deras intellekt ärr och blånader, som aldrig kommer att försvinna. – *Counsels to Parents, Teachers, and Students*, 193 (1913).

Den största individuella Behandling ett Måste – Herren har på många sätt och på olika tider framställt för mig, med vilken omsorg vi bör behandla de unga – att det krävs den största individuella behandling då vi har med människosinnen att göra. Var och en som sysslar med de ungas undervisning och utbildning, behöver leva mycket nära den store Läraren för att kunna tillägna sig Hans ande och Hans sätt att

arbete. Det måste förmedlas undervisning, som kommer att påverka deras karaktär och livsgärning. – *Evangeliets Tjänare*, sidan 333 (1915).

Personlig Kontakt avgörande – I all undervisning är personlig kontakt av avgörande betydelse. När Jesus undervisade talade han individuellt till olika människor. Det var genom direkt kontakt och personligt umgänge som han utbildade sina tolv lärjungar. Han gav sin mest värdefulla undervisning i enskildhet och ofta bara till en enda person. Han erbjöd sina dyrbaraste skatter åt den förnäma rabbin han träffade på natten på Olivberget och åt den förkastade kvinnan vid brunnen i Sykar. De kunde påverkas, för de hade ett öppet och mottagligt sinnelag. Inte ens mängden som så ofta trängdes vid hans fötter var för Jesus en sammanhängande massa. Han talade direkt till varenda en och vädjade till det inte hos allihop. När han talade till dem, såg han dem i ögonen och lade märke till hur ansiktet lyste upp, han såg deras snabba svarande blick, som visade honom att de hade förstått det han sagt, och inom sig kände han gemenskap och välvillig glädje. – *Vägen till Mognad*, sidan 252 (1903).

Överansträngning gör en oduglig till, att bemöta andra – Lärarna själva bör skänka hälsans lagar rätt uppmärksamhet, så att de bevarar sina egna krafter i bästa möjliga tillstånd, och kan, genom exempel såväl som genom föreskrift, utöva inflytande över sina elever. Den lärare, vars kroppsliga krafter redan försvagats av sjukdom eller överarbete, bör vara särskilt uppmärksam på livets lagar. Han bör ta sig tid till rekreation. Han bör inte ta på sig ansvar utöver sitt skolarbete, som belastar honom fysiskt eller mentalt, så att hans nervsystem kommer ur balans; ty därigenom blir han oförmögen till, att ha med mänskossinnen att göra, och kan inte göra sig själv eller eleverna rättvisa. – *Christian Temperance and Bible Hygiene*, sidan 83 (1890). (*Grundsatser för Kristen Utbildning*, sidan 147.)

Att förstå olika Behov – Jag blev visad att vårt instituts läkare ska vara troende och andliga män och kvinnor. De ska förlita sig på Gud. Det finns många som kommer till institutet som genom sin egen syndiga njutningslystnad har dragit nästan alla slags sjukdomar på sig.

Denna grupp är inte förtjänt av den sympati som de ofta får. Och det är smärtsamt för läkaren att ägna tid och kraft åt denna grupp som är så fysiskt, mentalt och moraliskt förfallen.

Men det finns en grupp som genom okunnighet har levt i överträdelse av naturens lagar. De har arbetat för mycket och ätit omätligt eftersom det var tradition att göra så. En del har genomgått mycket lidande hos många läkare men har inte blivit friskare utan mycket sämre.

Till slut slits de från arbetet, från samhället och från sina familjer och som sista utväg kommer de till hälsoinstitutet med en svag förhoppning om att de ska få hjälp. Denna grupp behöver sympati. De ska behandlas med största ömhet och ansträngningar ska göras för att få dem att förstå sin kropps lagar, så att de genom att sluta bryta mot dem och genom att behärska sig själva kan undgå lidande och sjukdom, straffet för brott mot naturens lag. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidan 178 (1872).

Sanningen skall inte sägas alla Gånger – Det är inte många av dem som rört sig i världsliga kretsar och som ser saker utifrån ett världsligt perspektiv, som är beredda att få fakta om sig själva framförda inför sig. Man bör inte ens uttala sanningar när som helst. Det finns rätta tidpunkter och tillfällen att tala, när ord inte verkar stötande. Läkarna borde inte vara utarbetade och stressade, för detta tillstånd främjar inte sinnesro, stabila nerver och en uppmuntrade, glad anda. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidan 182 (1872).

Kristus förstår – Han som tog på sig mänsklig natur vet hur man visar sympati för människor som lider. Kristus känner inte bara till varje människa och hennes särskilda behov och prövningar, utan han känner också alla de omständigheter som upprör och förvirrar vårt inre. Hans hand är utsträckt i öm medkänsla till varje barn som lider. De som lider mest är föremål för hans ömmaste medkänsla och sympati. Han känner med oss i våra svagheter, och han önskar att vi skall lägga våra bekymmer och problem vid hans fötter och lämna dem där. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 213 (1905).

Förbarmande för en i närmare Beröring med Kristus – Goda gärningar är de frukter som Kristus kräver, att vi skall bära: vänliga ord, goda gärningar, hänsyn till den fattige, den behövande, den lidande. När hjärtan visar medkänsla för hjärtan som tyngs av modlöshet och sorg, när händerna sträcks ut till den behövande, när den nakna kläds och främlingen hälsas välkommen att sitta ned i ditt vardagsrum och får en plats i ditt hjärta, kommer änglar mycket nära och en ansträngning som reagerar på detta besvaras i himlen.

Fadern ser från sin tron dem som utför dessa barmhärtiga gärningar och räknar dem till Sina dyrbaraste rikedomar. ”De skall vara mina, säger HERREN Sebaot, min egendom på den dag då jag utför mitt verk.” (Mal. 3:17) Varje barmhärtig gärning mot den behövande och den lidande betraktas som om den görs för Jesus. När du hjälper den fattige, visar medkänsla med de lidande och förtryckta och är vän med föräldralösa, för du dig själv in i en närmare kontakt med Jesus. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidan 25 (1868).

Kristus uppmanar till Ömsinnet och Barmhärtighet – Sann medkänsla mellan medmänniskor är den egenskap, som skall känneteckna dem, som älskar och vördar Gud, jämförda med dem, som inte ger akt på Hans lag. Hur stor medkänsla uttryckte ej Kristus, genom att anlända till denna värld och ge Sitt liv som ett offer för en döende värld! Hans religion kom Honom, att uträtta äkta hälsomissionsarbete. Hela Han var en helande kraft. ”*Jag vill se barmhärtighet, inte offer*”, sade Han. {Matteusevangeliet 9:13, kursivering i *Svenska Folk-Bibeln* 98.} Detta är det prov, som sanningens Store Upphovsman använde Sig av, för att skilja mellan sann och falsk religion. Gud önskar, att Hans hälsomissionärer skall uppträda med sann ömsinnet och barmhärtighet, som Kristus skulle visa, i fall Han vore i vår värld. – *The Medical Missionary*, den 1. augusti, 1893. (*Medical Ministry*, sidan 251.)

Summan av Lycka – Ett utvecklat intellekt är en stor rikedom, men utan en förstående och helgad kärleks uppmjukande inflytande, är det inte det mest värdefulla. Vi bör ha hänsynsfulla ord och handlingar mot andra. På tusen olika sätt kan vi visa andra uppmärksamhet i form av vänliga ord och blickar, som kommer att reflekteras tillbaka på oss själva. Det är många tanklösa kristna som genom att försumma andra visar, att de inte har någon gemenskap med Kristus. Det är omöjligt att ha gemenskap med Kristus och att trots detta vara ovänlig och glömma andras rättigheter. Många längtar intensivt efter vänlighet och sympati.

Gud har gett var och en av oss en egen identitet, som inte kan slås samman med andras. Emellertid kommer våra individuella personlighetsdrag att vara mycket mindre framträdande om vi verkligen tillhör Kristus och Hans vilja är vår. Våra liv bör helgas till andras bästa och deras lycka, som vår Frälsares liv blev. Vi bör glömma oss själva och alltid söka efter tillfällen till att visa tacksamhet för all den godhet som andra har visat mot oss. Vi

bör använda alla möjligheter till att uppmuntra andra, mildra deras sorger och befria dem från deras bördor genom vänliga handlingar och små bevis på kärlek och omtanke. Denna form av vänlighet och uppmärksamhet som börjar i hemmet och efterhand sträcker sig utanför familjekretsen, utgör tillsammans livets summa av lycka. När dessa saker försummas, leder det till bitterhet och sorg. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidorna 539-540 (1875).

Sektion 3 - Sinnets Utveckling Bibelstudium och Sinnet

Grunden för allt Studerande – Guds Ord skall utgöra grundvalen för allt studium, och uppenbarelsens ord kommer, om det nogsamt går igenom, att vädja till och stärka intellektet, liksom hjärtat. Intellektets uppamning behövs, för att vi skall förstå uppenbarandet av Guds vilja gällande oss. De, som lyder Hans bud, kan inte försumma den saken. Gud har inte gett oss sinnets förmögenheter, för att de skall ägnas åt lättsinniga och tramsartade saker och ting. – *Manuskript* 16, 1896.

Principfasthet – När man tar emot Bibelns sanningar kommer detta att ha en upplyftande inverkan på sinnet och själen. Om Guds ord uppskattades som det borde, skulle både unga och äldre ha en inte rättskaffenhet och principfasthet som skulle göra det möjligt för dem att stå emot frestelser. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 403 (1905).

Den ende egentlige Vägledaren – Ingående kännedom om Skrifterna vässar förståndskrafterna och befäster själen mot Satans angrepp. Bibeln utgör Andens svärd, vilket alltid kommer att betvinga vedersakaren. Den utgör den enda riktiga vägledningen för tro och praxis. Orsaken till, att Satan äger så stor makt över människors sinnen och hjärtan, är att de inte gör Guds Ord till sin vägvisare, och de prövar inte alla sina vägar med detta Ord. Bibeln visar oss, vilken väg vi måste följa, för att ärva härligheten. – *The Review and Herald*, den 4. januari, 1881. (*Our High Calling*, sidan 31.)

Så avgränsas högre utbildning – Det finns ingen högre utbildning att tillgå, än den, som de tidiga lärjungarna fick, och som uppenbaras för oss genom Guds Ord. Att säkra sig den högre utbildningen, innebär att i allt följa detta Ord; det innebär, att vandra i Kristi fotspar, att utöva Hans

dygder. Det innebär, att ge avkall på själviskheten och ägna livet åt, att tjäna Gud.

Högre utbildning fordrar någonting större, någonting mera gudomligt, än kunskapen förborgad mellan bokpärmar. Den innebär personlig, praktisk kännedom om Kristus; den innebär befrielse från uppfattningar, från vanor och handlingar, som man har lagt sig till med i mörkrets furstes skola och som strider med troheten mot Gud. Den innebär, att betvinga tjurskalligheten, stoltheten, själviskheten, den världsliga äregirigheten och otron. Här finner vi budskapet om befrielse från synd. – *Counsels to Parents, Teachers, and Students*, sidorna 11-12 (1913).

Inspirerar Sinnet – I Guds Ord finner sinnet ämnen för djupaste eftertanke, de mest högtflygande strävanden. Här kan vi samtala med patriarker och profeter och lyssna till den Eviges röst, när Han tilltalar människor. Här betraktar vi himmelens Majestät, då Han ödmjukade Sig, för att bli vår ersättare och borgensman, för att på egen hand gå i närkamp med mörkrets makter, och vinna segern åt oss. En andäktig betraktelse av ämnen som dessa kan inte undgå, att mjuka upp, rena och förädla hjärtat, och samtidigt att skänka sinnet ny styrka och vigör. – *Counsels to Parents, Teachers, and Students*, sidorna 52-53 (1913).

Uppenbarar Meningen med Livet – Men det, som framför allt annat bör få oss till, att sätta värde på Bibeln, är att i den uppenbaras Guds vilja. Här ser vi meningen med vår skapelse och de medel, varigenom denna avsikt går att uppnå. Vi lär oss, hur vi gör det bästa av det nuvarande livet och hur vi säkrar det framtida livet. Ingen annan bok kan möta intellektets frågor, eller tillfredsställa hjärtats längtan. Genom att skaffa sig kunskap om Guds Ord och ta hänsyn till det, kan människor häva sig upp ur den djupaste dypöl och bli Guds söner, och få umgås med syndfria änglar. – *Counsels to Parents, Teachers, and Students*, sidorna 53-54 (1913).

Liknelser, som gör Intryck på och väcker Sinnet – Gud avser, att Hans heliga liknelser skall göra intryck på, väcka och instruera våra sinnen. Han skulle vilja, att naturen motverkade de gjorda försöken, att skilja vetenskapen från Bibelns kristna tro. Han önskar, att naturens företeelser, som strömmar mot våra sinnen, skall vinna vår uppmärksamhet och inpränta himmelska sanningar på våra sinnen. – *The Youth's Instructor*, den 6. Maj, 1897.

Bibeln är utan Motstycke – Som en utbildande kraft är Bibeln utan motstycke. Inget kommer att ge kraft åt alla förmågor på samma sätt som om man begär av eleverna att de ska greppa uppenbarelsens förbluffande sanningar. Sinnet anpassar sig gradvis till de ämnen det tillåts att uppehålla sig vid. Om det endast upptas av banala ting på bekostnad av stora och upphöjda ämnen, kommer det att bli förkrympt och försvagat. Om det aldrig behöver kämpa mot svåra problem eller ansträngas för att förstå viktiga sanningar, kommer det efter en tid nästan att förlora förmågan att växa. – *Vittnesbörd för Församlingen* 5:24 (1882).

Ta emot det hela med barnlig Tro – Gud önskar att människan skall uppöva sina intellektuella förmågor, och studiet av Bibeln stärker och upphöjer sinnet så som inga andra studier kan göra. Det är den bästa såväl intellektuella som andliga övningen för mänskligt sinne. Men vi måste ta oss i akt för att dyrka förnuftet, som är underkastat mänsklig svaghet och ofullkomlighet.

Om vi önskar att Bibelns ord inte skall förmörkas för vårt förstånd, så att vi inte ens kan förstå de enklaste sanningar, måste vi äga ett litet barns enkelhet och tro, villiga att lära och söka den helige Andes hjälp. Medvetandet om Guds kraft och visdom och vår egen oförmåga att förstå Hans storhet, skulle fylla oss med ödmjukhet, och vi skulle öppna Hans bok med helig vördnad, såsom om vi trädde in i Hans närvaro. När det gäller Bibeln, måste förnuftet erkänna en överlägsen auktoritet, och hjärta och intellekt böja sig för den store JAG ÄR. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidorna 703-704 (1889).

Studera inget, som skymmer Guds Ord – Jesus Christ är vår andliga provosten. Han uppenbarar Fadern. Ingenting bör ges åt sinnet som föda, som på något sätt sprider dimma eller moln, när det gäller Guds Ord. Omsorgen om hjärtats mylla får inte slarvas bort. Sinnets åker måste plöjas, för att ta till sig Kristi verk och ord, ty Han kom från himmelen, för att väcka en önskan och för att ge livets bröd åt alla, som hungrar efter andlig insikt. – *Manuskript* 15, 1898.

Skrifterna känns vid Människans Val i Moralfrågor – När vi söker i Guds ord, är änglar vid vår sida och kastar klara ljusstrålar på de heliga sidorna. Skrifterna vädjar till människans förmåga att välja mellan rätt och orätt. De talar till henne med varning, tillrättavisning, bön och uppmuntran. Hennes sinne måste uppövas i Guds Ords upphöjda sanningar, annars försvagas det. Vi

har sanningen, utgiven i tryck, men det räcker inte att förlita sig på andra människors tankar. Vi måste själva undersöka den, och lära känna grunden för vår tro genom att jämföra skriftställe med skriftställe. Ta Bibeln, och bönfäll Gud på era knän att upplysa ert förstånd. – *The Review and Herald*, den 4. mars, 1884.

Sinnen uppnår sin äldste Utveckling – I fall Bibeln bleve studerad, som den borde, skulle människor bli förståndsmässigt starka. De i Guds Ord behandlade ämnena är entydiga, ädla ämnen, som ställs fram för sinnet och utvecklar sidor hos människor, som eljest inte skulle utvecklas. I Bibeln öppnas det ett gränslöst fält för fantasin. Den studerande går ifrån dess stora ämnen, ifrån umgänge med dess härliga bilder, mera ren och upphöjd i tankar och känslor, än fallet skulle vara, genom att läsa verk av blott mänskligt ursprung, som uteslutande är av obetydlig karaktär.

Unga sinnen uppnår ej sin äldste utveckling, när den högsta visdomskällan försummas – Guds Ord. Orsaken till, att vi har så få män med goda sinnen, med stabilitet och solitt värde, är att Gud inte vördas, Gud inte älskas, religionens principer inte inlemmas i levernet, såsom borde ske. – *Christian Temperance and Bible Hygiene*, sidan 126, 1890. (*Grundsatser för Kristen Utbildning*, sidan 165.)

Leta efter dess gömda Skatter – Vår vägvisare skall vara Bibeln, precis som det står skrivet i den. Ingenting är så beräknat, att utvidga sinnet och stärka intellektet, som studiet av Bibeln. Inget annat studium höjer själen lika mycket och skänker vigör åt sinnesförmögenheterna, som studiet av de levande oraklen. Tusentals predikanter låter intellektet försvagas, genom att uppehålla sig vid vardagliga ämnen, i stället för att motionera sinnet i letandet efter dolda skatter i Guds Ord. När tankar sysselsätts med Guds Ords studium, växer förståelsen och de högre krafterna utvecklas till fördel för insikten om den högt stående och förädlade sanningen.

Sinnet krymper eller växer i enlighet med det slags ämnen, som det intresserar sig för. Med mindre sinnet uppfordras till, att göra kraftfulla och ihärdiga ansträngningar, för att försöka att förstå sanningen, genom att jämföra det ena Skriftstället med det andra, skrupnar det ovillkorligen ihop och förlorar sin styrka. Vi bör utmana våra intellekt med uppgiften, att söka efter sanningar, som inte ligger i öppen dager. – *The Review and Herald*, den 28. september, 1897.

Bibeln ger rätt Inriktning åt Livet – Hela Bibeln är en uppenbarelse av Guds härlighet i

Kristus. När vi tar emot Guds ord, tror på det och lyder det, blir det ett kraftfullt medel som förvandlar karaktären. Det är den stora drivfjädern, den återhållande kraften, som väcker nytt liv i de fysiska, mentala och andliga förmågorna, och styr livet in på rätt väg.

Orsaken till att de unga, och även de äldre, så lätt leds in i frestelse och synd är att de inte studerar Guds ord och begrundar det som de borde. De har inte en fast, beslutsam viljekraft som kommer till uttryck i livet och karaktären, därför att de försummar den heliga undervisningen i Guds ord. De gör inga allvarliga ansträngningar för att rikta sina sinnen till det som skulle inspirera till rena, heliga tankar, och vända dem bort från det som är orent och osant. – *Hälsa för hela Människan*, sidan 403 (1905).

Här uppenbaras Reglerna för ett heligt Leverne – I Sitt stora förbarmande har Herren visat oss i Skrifterna Sina regler för heligt leverne, Sina bud och Sina lagar. Häri påpekar Han de synder vi skall sky; Han förklarar för oss frälsningsplanen och pekar ut vägen till himmelen. Om folk lyder Hans uppmaning, att ”forska i Skrifterna”, behöver ingen vara okunnig om dessa saker. {Se Johannesevangeliet 5:39.}

Själens faktiska framsteg i dygd och kunskap om Gud sker genom addition – genom att fortlöpande lägga till de dygder, som Kristus offrade allt, för att föra inom räckhåll för alla. Vi är begränsade, men vi skall ha en förnimmelse av det obegränsade.

Tankeförmågan måste ansträngas, genom att begrunda Gud och Hans förunderliga plan för vår frälsning. Härigenom lyfts själen över det alldagliga och får syn på ting med evighetsvärde.

Tanken på, att vi befinner oss i Guds värld och i närvaron av universums store Skapare, som gjorde människan till Sin avbild, till att vara Honom lik, lyfter sinnet till mera omfattande, högre fält för begrundan, än vilken som helst påhittad berättelse. Tanken på, att Guds blick vilar på oss, att Han älskar oss och brydde Sig så mycket om den fallna människan, att Han utgav Sin högst älskade Son, för att köpa oss fria, så att vi inte skulle gå under i kval och förfäran, är en storslagen tanke, och envar, som öppnar sitt hjärta och tar till sig samt rannsakar dessa fantastiska ämnen, kommer aldrig att låta sig nöja med bagatellartade, sensationella ämnen. – *The Review and Herald*, den 9. november, 1886.

Ett nytt Hjärta innebär ett nytt Sinne – Orden ”Jag skall ge er ett nytt hjärta” {Hesekiel 36:26} betyder ”Jag skall ge Er ett nytt sinne.” Detta förändrade hjärta åtföljs alltid av klar insikt om kristen plikt, insikt om sanningen. Klarheten hos vår insikt om sanningen kommer att stå i förhållande till vår förståelse av Guds Ord. Den, som ingående och under bön uppmärksammar Skrifterna, vinner entydig förståelse och sunt omdöme, som om han hade uppnått en högre grad av intelligens, genom att vända sig till Gud. – *The Review and Herald*, den 10. november, 1904.

Skall inte läsas lättsinnigt – Det är inte tryggt för oss, att blott ägna sidorna i de Heliga Skrifterna ett nonchalant intresse... Koncentrera sinnet på den viktiga uppgift, som det har fått, och studera med avgjord föresats, så att just Du förstår den gudomliga sanningen. De, som gör det, kommer att förvånas över, vad sinnet förmår. – *The Youth's Instructor*, den 29. juni, 1893. (*Our High Calling*, sidan 35.)

Minnesövningar bistår Sinnet – Sinnet måste hållas i strama tyglar och inte låtas ge sig i väg på egna vandringar. Det bör vänjas vid, att uppehålla sig vid Skrifterna och vid ädla, upphöjande ämnen. Delar av Skriften, till och med hela kapitel, går att lägga på minnet, för att upprepas, när Satan kommer med sina frestelser. Jesajas femtioåttonde kapitel är nyttigt i sammanhanget. Valla in själen med begränsningarna och anvisningarna, som förmedlas genom Guds Andes inspiration.

När Satan gör sitt till, för att vi skall tänka på jordiska och sinnliga saker, motstås han verkningsfullast med ”Det står skrivet.” ... När han yttrar tvivel på, att vi verkligen är det folk, som Gud leder, som Han genom prövningar och utmaningar bereder på, att förbli stående på den stora dagen, skall vi vara beredda, att bemöta hans insinuationer, genom att lägga fram de klara beläggen från Guds Ord på, att det här är kvarlevans folk, som håller Guds bud och bevarar Jesu tro. – *The Review and Herald*, den 8. april, 1884.

Bibelstudium åstadkommer välbalanserade Sinnens – De, som står under den Helige Andes upplärning, förmår att lära ut Ordet på ett förnuftigt sätt. Och när det görs till vår läxbok, utträttar Bibeln – under allvarlig bön om Andens vägledning och helhjärtad överlåtelse till helgelse genom sanningen – allt det, som Kristus har lovat.

Utfallet av ett sådant Bibelstudium blir välbalanserade sinnen; ty i samband härmed

utvecklas den fysiska, mentala och moraliska styrkan harmoniskt. Den andliga kunskapen förklaras ej. Förståelsen vederkvicks, och sinnena väcks, samvetet blir känsligt; förståelsen och medkänslan renas; en bättre moralisk anda åstadkoms, och det skänks ny kraft till att motstå frestelse. – *Special Testimonies on Education*, Nummer 26-27, den 12. juni, 1896. (*Grundsatser för Kristen Utbildning*, sidorna 433-434.)

Ett Serum mot giftiga Insinuationer – När sinnet härbärgerar Bibelns sanning, sänker dess principer rötterna djupt i själen, varvid preferenserna och smaken länkas till sanningen, och så utplånas önskan om förnedrande, spännande litteratur, som försvagar de moraliska krafterna och slår sönder förmågorna, som Gud har gett oss för användbart bruk. Kunskap om Bibeln visar sig vara ett motgift mot de giftiga insinuationer, som tas emot genom oöverlagt läsande. – *The Review and Herald*, den 9. november, 1886. (*Our High Calling*, sidan 202.)

Skyddar mot Vidskepelse – Om lärosatserna hos detta Ord gjordes till det förhärskande inflytandet i våra liv, om sinne och hjärta försattes under dess återhållande kraft, skulle det inte ges utrymme åt det onda, som nu förekommer i församlingar och familjer ... Lärorna hos Guds Ord skall kontrollera sinne och hjärta, så att familjelivet kan uppvisa styrkan hos Guds nåd...

Utan Bibeln skulle falska uppfattningar göra oss alldeles yra. Sinnet skulle utsättas för vidskeplighetens och lögnens tyranni. Men eftersom vi äger den äkta historien om världens begynnelse, behöver vi inte hämma oss själva genom människors gissningar och opålitliga teorier. – *The Review and Herald*, den 10. november, 1904.

Den stärker Förståndsgåvorna – Om en person har föresatt sig i sinnet, att studera Bibeln för information, kommer förståndsgåvorna att stärkas. Under studiet av Skrifterna utvecklas sinnets tänkande, och blir mera välbalanserat, än om det suger upp den allmänna informationen från de böcker, som används, och som saknar anknytning till Bibeln. Ingen kunskap är så säker, så pålitlig och vittomfattande, som den, vilken fås från ett studium av Guds Ord. Ordet är fundamentet för all egentlig kunskap.

Bibeln är som ett källsprång. Ju mera man blickar in i den, desto djupare ser den ut. De heliga berättelsernas stora sanningar äger förbluffande styrka och skönhet och är lika vidsträckta som evigheten. Ingen vetenskap är i

nivå med den vetenskap, som uppenbarar Guds karaktär.

Mose var utbildad i Egyptens samlade visdom, och ändå sade han: ”Se, jag har lärt er stadgar och föreskrifter så som HERREN, min Gud, har befallt mig, för att ni skall följa dem i det land dit ni kommer för att ta det i besittning. Ni skall hålla och följa dem, och det skall tillräknas er som vishet och förstånd av andra folk. När de får höra om alla dessa lagar skall de säga: ’I sanning, detta stora folk är ett vist och förståndigt folk.’” – *The Review and Herald*, den 25. februari, 1896. (*Grundsatser för Kristen Utbildning*, sidan 393.)

Skänker Vigör åt Förståndsgåvorna – Varför skulle inte den här boken – den här dyrbara skatten – upphöjas och betraktas som en kär vän? Den är vår karta och kompass, när hela havet stormar. Den är vår vägvisare, som leder oss till de eviga praktboningarna och undervisar oss om den karaktär vi måste äga, för att få bebo dem. Det finns ingen bok, vars genomläsning så höjer och stärker sinnet, som studiet av Bibeln. Här finner intellektet ämnen av den ädlaste art, som fordrar dess hela satsning. Det finns inget annat, som så fyller alla våra förståndsgåvor med vigör, som att bringa dem i nära beröring med uppenbarelsens häpnadsväckande sanningar. Försöken, att få grepp om och värdera dessa storslagna tankar, vidgar vyerna. Vi kan gräva djupt ned i sanningens gruva och finna värdefulla skatter, att berika själen med. Här lär vi oss rätt sätt att leva på, det trygga sättet att dö på. – *The Review and Herald*, den 4. januari, 1881. (*Our High Calling*, sidan 31.)

Bibelstudium utvecklar Förståndet – Bibeln är vår vägledare på den trygga väg, som för till evigt liv. Gud har inspirerat människor till att skriva det, som kan förkunna för oss sanningen, som verkar tilldragande, och som, om det utövas, gör det möjligt för mottagaren att uppnå moralisk makt till, att få sin plats bland de högst utvecklade andarna. Förståndet utvecklas hos alla, som granskar Guds Ord. Detta är långt mera, än något annat studium av en art, som ökar förmågan till förståelse och berikar varje anlag med ny kraft. . . . Det bringar oss i nära förbindelse med Himmelen och ger oss visdom, kunskap och förståelse. – *The Youth's Instructor*, den 13. oktober, 1898 (*Guds Söner och Döttrar*, sidan 70.)

Bibeln en Uppenbarelse av Herren – Under all tid skall denna Bok framstå som en uppenbarelse av Jehova. De gudomliga oraklen har anförtrotts åt människor som Guds kraft. Sanningarna hos Guds Ord är inte bara en uppfattning, utan den

Högstes yttranden. Den, som inlemmar dessa sanningar i sitt liv, blir på alla sätt en ny skapelse. Han ges inga nya mentala krafter, utan mörkret, som genom ovetande och synd har lagt lock på förståndet, avlägsnas. – *The Review and Herald*, den 10. november, 1904.

[Se *Kapitel 65*, ”*Lojhet*”.]
Sträva och uppnå – Segrar vinnas genom intensivt studerande, hårt arbete, ihärdig iver. Slösa inte bort vare sig timmar eller ögonblick. Frukterna av arbete – allvarligt menat, troget arbete – kommer att bli synliga och uppskattade. De, som önskar sig ett starkare intellekt, kan säkra det genom ihärdighet. Intellektets styrka ökar med användning. Sinnet stärks genom tänkande. Den, som flitigast brukar sina mentala och fysiska krafter, uppnår det bästa utfallet. Varje kraft hos människan tilltar genom handling. – *The Review and Herald*, den 10. mars, 1903.

Iver

Uppnå högsta möjliga Förmåga – Den egentliga avsikten med utbildning bör övervägas omsorgsfullt. Gud har anförtrott var och en med förmågor och krafter, som Han kräver tillbaka med ränta. Alla gåvor, som har överlämnats åt oss, skall användas till det yttersta. Han fordrar, att var och en av oss uppammar våra krafter, och uppnår högsta möjliga verkningsgrad hos våra förmågor, så att vi kan utföra ett ädelt arbete för Gud, och därmed välsigna mänskligheten. Alla talenter, som vi besitter, oavsett om det rör sig om mental förmåga, pengar eller inflytande, tillhör Gud. Därmed kan vi säga tillsammans med David: ”från dig kommer allt, och ur din hand har vi gett det åt dig.” {Första Krönikeboken 29:14.} – *The Review and Herald*, den 19. augusti, 1884. (*Grundsatser för Kristen Utbildning*, sidan 82.)

Fina mentala Egenskaper är inte Utfallet av en Tillfällighet – Verklig framgång inom vilket arbete det vara må är inte resultatet av en slump, en händelse eller ett öde. Det sker genom Guds försyn och är en lön för tillit och varsamhet, dygd och ståndaktighet. Fina mentala egenskaper och en hög moralisk karaktär är inte resultatet av en slump. Gud ger tillfällen. Framgång beror på hur man använder dem. – *Profeter och Kungar*, sidan 486 (1917).

Andlig Kultur är, vad vi behöver – Andlig kultur är vad vi som ett folk behöver och det som vi måste ha för att kunna möta tidens krav.

Fattigdom, en ringa härkomst och ogynnsam miljö behöver inte hindra andens utveckling. De andliga förmågorna måste styras av viljan och sinnet får inte lov att strejka eller distraheras av olika mindre viktiga ämnen, som inte går på djupet.

I allt studium kommer du att möta svårigheter, men ge aldrig upp på grund av modlöshet. Forska, studera och be! Möt varje svårighet modigt och kraftfullt. Ta viljestyrkan och den dygd som heter tålmod till hjälp. Gräv sedan med större allvar tills sanningens ädelsten ligger klar och skön framför dig – så mycket dyrbarare på grund av de svårigheter du hade med att finna den.

Men dröj sedan inte kvar på samma punkt genom att koncentrera hela sinnets kraft på det och samla alla andliga krafter på det och alltid tala om det med andra. Ta itu med ett nytt ämne och studera detta grundligt. På det sättet kommer den ena hemligheten efter den andra att öppna sig för din uppfattning. Genom detta förfaringssätt kommer du att uppnå två värdefulla segrar. Du kommer inte bara att tillägna dig nyttig kunskap, utan en sådan träning av tankarna kommer att öka din mentala förmåga. Den nyckel man finner för att öppna den ena hemligheten kan uppenbara också andra dyrbara kunskapspärlor, som hittills inte har upptäckts. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidan 414 (1880).

Intellektets Lag – Vår mentala förmåga kommer säkerligen att bli trängre och vi kommer inte att kunna fatta det djupa innehållet i Guds Ord, om vi inte söker efter sanningen på ett uthålligt och kraftfullt sätt. Sinnet kommer att utvidgas, om vi använder vårt förstånd för att spåra förhållandet mellan de olika ämnena i Bibeln och jämföra skriftställe med skriftställe och andliga ting med andliga ting. Sök under ytan! De rikaste skatterna, som kan tänkas, väntar på den elev som är en duktig och flitig bibelgranskare. – *Review and Herald*, den 17. juli, 1888. (*Budskap till Unga*, sidan 262.)

Mana fram slumrande Krafter till Handling – På livets allfarvägar är det mången arbetsträl, som tålmodigt utför sina dagliga uppgifter, omedveten om sina slumrande krafter. I fall dessa skulle väckas till handling, skulle han träda in i världens stora ledares skara. Beröringen från en skicklig hand krävs, för att skaka liv i dessa oanvända förmågor. Det var män av detta slag, som Jesus knöt till Sig, varpå Han gav dem fördelarna med tre års uppövning under Kristi ledning. Ingen studiekurs i rabbinskolorna eller hos filosoferna kunde ha motsvarat detta i värde. – *Counsels to*

Parents, Teachers, and Students, sidan 511 (1913).

Många skulle kunna vara intellektuella Jättar – Många av våra arbetare av i dag skulle kunna vara intellektuella jättar, om de inte hade nöjt sig med en låg standard. I stället borde de ha varit flitiga och plogat djupa fåror i tänkandets och forskandets mylla. Många av våra unga riskerar, att bli ytliga, att aldrig växa upp till de troendes fulla mått i Kristus Jesus. De menar sig ha tillräckligt omfattande kunskap och förståelse av olika ämnen, men om de inte älskar att studera, kommer de inte att plöja djupt nog, för att nå ned till alla de skatter, som de skulle kunna hitta. – *Brev 33*, 1886

Självdisciplin nödvändig – Gud fordrar, att sinnesförmögenheterna skall övas upp. De behöver uppammas på så sätt, att vi, vid behov, förmår att framlägga sanningen inför världens högsta potentater till Guds förhållande. Varje dags behövs också Guds omvändelsekraft i hjärta och sinnelag. Varje person, som kallar sig för ett Guds barn, måste dagligen disciplinera sig själv; ty det är på detta vis, som sinnet och viljan ställs under Guds sinnes och viljas herravälde. Sträng disciplin inom Guds sak kommer att åstadkomma mer, än vältalighet och de mest överlägsna talanger. Ett vardagsintellekt kommer, om det övas upp väl, att åvägbringa mer och bättre arbete, än det bäst utbildade sinne och de största förmågor, utan självtukt. – *The Review and Herald*, den 28. juli, 1896.

Änglar greppar Tag om resonerande Intellekt – Himmelens änglar är ... sysselsatta med, att greppa tag om resonerande sinnen, och de är kraftfullare, än mörkrets styrkor. Vissa personer, som håller på med det heliga, är ej nära anslutna till Gud och inte heller förnimmer de Hans Ande. Såvida inte Hans nåd förvandlar dem till Kristi likhet, kommer Hans Ande att lämna dem, såsom vatten lämnar ett läckande kärl. Deras enda hopp ligger i, att söka Gud av allt sinne, hjärta och själ. Därmed kommer de att på berättigat sätt eftersträva herraväldet. Satan lägger beslag på fantasin och tillgivenheten, om man ger honom tillfälle. – *Manuskript 11*, 1893.

Högsta helgade Framåtanda ett Måste – ”Min nåd är nog för dig” (Andra Korintierbrevet 12:9), lyder försäkran från den Store Läraren. Uppfatta inspirationen hos dessa ord, och tala aldrig, aldrig tvivel och otro. Var energiska. Religionen vet inte av halvhjärtat tjänande. ”... du skall älska Herren din Gud av hela ditt hjärta, av hela din själ, av hela ditt förstånd och av hela din kraft”

(Markusevangeliet 12:30, kursivering i *Svenska Folk-Bibeln* 98). Den högsta helgade framåtanda fordras av dem, som tror på Guds Ord. – *Special Testimonies On Education*, den 12. juni, 1896. (*Counsels to Parents, Teachers, and Students*, sidan 360.)

Verka med den Personlighet, som Gud har gett Dig – Gud har gett oss förmåga att tänka och handla, och det är genom att handla med försiktighet, medan vi ser upp till honom för att få visdom, som vi kommer att utveckla en förmåga att bära bördor. Var dig själv, med den personlighet Gud har gett dig. Var inte någon annans skugga. Förvänta dig att Herren kommer att arbeta i dig, med dig, och genom dig. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 438 (1905).

Världens fördärvande Mjöldagg (förförmaning till pastor, som älskade att spekulera) – Du är en man, som inte borde lära ut sanningen. Din erfarenhet och kunskap om Gud borde vara långt större. Du borde vara en väl bevandrad person; ty Gud har gett Dig intellektuella förmågor, som låter sig formas av det grundligaste uppammande. Hade Du tagit farväl av Din spekulerande sida, hade Du trängt framåt i stället för bakåt, skulle Din nuvarande tjänst åt Gud vara godtagbar.

Hade Du övat upp intellektet på rätt sätt och använt krafterna till Guds förhållande, skulle Du i allt ha varit kvalificerad, att framföra varningens budskap till världen. Men världens mjöldagg har så kraftigt påverkat sinnet, att det inte är helgat. Du har inte stärkt förmågorna, som skulle göra Dig till en framgångsrik andlig medarbetare i Guds sak. Du kan dock utföra verket med, att skola sinnet enligt sunda riktlinjer. Om Du nu inte får grepp om sanningen, är det helt och hållet Ditt eget fel. – *Brev* 3, 1878

Gå stadigt framåt – Jag önskar, att Din framåtanda skall vara en helgad framåtanda, så att änglar från Gud kan fylla Ditt hjärta med helig iver, och leda Dig framåt stadigt och säkert, så att Du blir ett klart strålande sken. Dina förståndsgåvor kommer att öka i kraft och sundhet, om Ditt hela väsen – kropp, själ och ande – ägnas helhjärtat åt förverkligandet av ett heligt verk. Gör varje ansträngning, i och genom Kristi nåd, för att uppnå den höga standard, som väntar Dig. Du kan vara fullkomlig inom Ditt område, såsom Gud är fullkomlig inom Sitt område. Har inte Kristus tillkännagett: ”Var alltså fullkomliga, såsom er Fader i himlen är fullkomlig” (Matteusevangeliet 5:48)? – *Brev* 123, 1904

Uppodla varje Kraft – Han önskar att vi ständigt skall växa i helighet, i glädje och i användbarhet. Alla har vi förmågor som vi måste lära oss att se på som heliga gåvor från Herren, gåvor som vi skall uppskatta och använda på rätt sätt. Han önskar att de unga skall utveckla alla sina krafter och använda alla sina förmågor. Han vill att de skall njuta av allt som är nyttigt och värdefullt i det här livet, och att de skall vara goda och göra det goda, och på det sättet samla skatter i himlen för det eviga livet. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 345 (1905).

Möjligheter inom Räckhåll för alla – Det finns möjligheter och fördelar inom räckhåll för alla, som stärker sina moraliska och andliga krafter. Sinnet går att vidga och förädlas samt bör fås att uppehålla sig vid himmelska ting. Våra krafter måste uppammas till det yttersta, annars uppnår vi aldrig Guds standard.

Med mindre de [tankarna] inriktas på himmelriket, blir de ett enkelt byte för Satans frestelse, att hålla på med världsliga projekt och företaganden, som saknar verkligt gudssamband. Ja, vi lägger ned all iver och hängivenhet och rastlös energi och feberhet önskan, varvid Djävulen står där och gapskrattar åt åsynen av människors idoga brottningskamp, för att uppnå ett mål, som de aldrig kommer att nå, utan glider dem ur händerna. Men om han kan hålla dem berusade av den grundlösa illusionen, att de bör anstränga hjärna och ben samt muskler på de målsättningar, som de aldrig kommer att uppnå, blir han nöjd, ty de sinneskrafter, som tillhör Gud, som Gud gör anspråk på, avleds från det riktiga målet, den rätta åstundan. – *Brev* 17, 1886.

Fienden skall inte kunna hindra daglig Förbättring – Föresätt Er, att nå en hög och helig standard; sikta högt; handla med uppriktig avsikt, såsom Daniel, stadigt, ihärdigt; då kan ingenting, som fienden hittar på, förhindra Er dagliga förbättring. Trots olägenheter, förändringar, bryderier, kan Ni fortlöpande göra framsteg i mental vigör och moralisk kraft.

Ingen behöver vara okunnig, såvida inte de väljer, att vara det. Kunskap skall ständigt vinnas; den utgör föda för sinnet. Vi, som väntar på Kristi ankomst, bör föresätta oss, att inte leva i ständig förlust till fienden, utan att vi skall öka vårt kunnande och växa till andligen. Var Guds män, stå på den vinnande sidan.

Kunnande ligger inom räckhåll för alla, som önskar sig det. Gud avser, att intellektet skall bli starkt, i stånd till djupare eftertanke, klarare

tänkande. Vandra med Gud, såsom Henok gjorde; gör Gud till Er Rådgivare, så kan Ni inte göra annat, än framsteg. – *Brev 26d*, 1887

Ta Tag i Gud och skrid framåt – Gud har gett människan ett intellekt, och försett henne med förmågor till förbättring. Låt oss därför bestämt fatta tag om Gud, och lägga bort lättsinne, nöjen och all orenhet. Låt oss göra oss kvitt alla karaktärsbrister.

Ehuru det naturliga är, att störta utför, finns det en kraft, som är avsedd att kombineras med människans allvarliga satsande. Hennes viljekraft äger avskräckande verkan. Om hon kombinerar denna med Guds bistånd, kan hon stå emot frestarens lockelse. Dock harmonierar Satans frestelser med hennes skadliga, syndfulla böjelser, och eggjar henne till synd. Allt hon behöver göra, är att följa sin ledare Jesus Kristus, som tänker berätta för henne, vad hon skall göra. Gud tecknar till Er från Sin tron i himmelen, Han håller fram åt Er en krona av odödlig härlighet, och manar Er till, att kämpa den goda kampen och löpa i tävlingen med tålmod. Förtrösta varje ögonblick på Gud. Han, som leder oss framåt, är trofast. – *Brev 26d*, 1887

Guds höga Ideal för Sina Barn – Guds mål för oss som är hans barn, är högre än våra tankar kan nå. Att likna Gud är det mål vi ska sträva efter. Här ställs vi inför en uppfordran till ständig utveckling. Vi har ett mål att nå, ett ideal att eftersträva som omfattar allt som är gott, rent och ädelt. Med en sådan livssyn kan vi nå så långt det är mänskligt möjligt i verklig kunskap. Men motivet bakom alla ansträngningar kommer att ligga lika långt från själviska och materiella intressen som himlen är högre än jorden. – *Vägen till Mognad*, sidan 27 (1903).

Föda för Sinnet

Växande Omdöme, inte Missbruk – Gud har gett oss begåvning som vi med förstånd och omdöme skall förbättra, inte missbruka. Utbildning avser att förbereda de fysiska, intellektuella och moraliska krafterna så att vi på bästa sätt skall kunna utföra alla livets uppgifter. Opassande läsning ger en falsk utbildning. Vår uthållighet liksom hjärnans styrka och aktivitet förminskas eller förökas beroende på hur den används. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidan 498 (1880).

Hälsokost för Intellektet – Rent och sunt läsestoff är för själen detsamma, som sund föda är för kroppen. Härigenom kommer Ni att få mera kraft till, att motstå frestelser, till att få korrekta vanor och till att handla enligt de rätta principerna. – *The Review and Herald*, den 26. december, 1882. (*Guds Söner och Döttrar*, sidan 178.)

Bevaka Själens Tillfartsvägar – Vi måste likväl göra något, för att kunna motstå frestelsen. De, som ej vill bli övervunna av Satans konstgrepp, måste undvika allting, som kan verka skadligt på själen – de bör inte läsa, se eller höra något, som kan uppväcka orena tankar.

Man får inte låta själafienden leda tankarna in på vilket som helst ämne han finner för gott. ”Spänn därför bältet om livet”, säger aposteln Petrus, ”och var vakna, . . . Som lydnadens barn skall ni inte styras av de begär som ni tidigare levde i när ni ännu var okunniga. Nej, liksom han som har kallat er är helig, skall ni föra ett alltigenom helgat liv.” Första Petrusbrevet 1:13-15.

Paulus säger: ”allt som är sant och värdigt, rätt och rent, allt som är värt att älska och uppskatta, ja, allt som kallas dygd och förtjänar beröm, tänk på allt sådant.” Filippibrevet 4:8 {*Svenska Folk-Bibeln* 98}. Detta fordrar allvarlig bön och ständig vaksamhet. Vi måste ha bistånd av den Helige Ande, som leder tankarna uppåt och håller dem fästa vid det, som är rent och heligt. Och vi måste flitigt betrakta Guds Ord. ”Hur kan en ung man bevara sitt liv rent? – När han håller sig efter ditt ord.” ”I mitt hjärta gömmer jag ditt ord”, säger psalmisten, ”för att jag inte skall synda mot dig.” Psaltaren 119:9, 11. – *Patriarker och Profeter*, sidan 460 (1890).

Karaktären röjs av den Lektor man väljer – Den religiösa erfarenhet, som en människa har, avslöjas av det slags böcker hon läser på sin fritid. För att få ett sunt omdöme och goda religiösa principer måste de unga leva i gemenskap med Gud genom Hans Ord. Bibeln leder oss till ett högre och bättre liv. Den pekar ut vägen till frälsning genom Kristus för oss och leder oss till ett högre, bättre liv. Den innehåller den mest intressanta och lärorika historia och biografi som någonsin har skrivits. De, som inte har fått sin fantasi förförd genom att läsa uppdiktade historier, kommer att tycka att Bibeln är den intressantaste av alla böcker. – *The Youth's Instructor*, den 9. oktober, 1902. (*Budskap till Unga*, sidorna 273-274.)

Vissa Böcker förvirrar Sinnet – Många av böckerna, som står staplade i världens stora bibliotek, förvirrar sinnet mer, än de bidrar till insikt. Likväl lägger människor ned stora penningmängder, för att köpa dylika böcker, och år, för att studera dem, när de har inom räckhåll en Bok innehållande orden från Honom, som är visdomens A och O. Tiden, som läggs ned på studiet av de här böckerna, skulle hellre satsas på samlande av kunskap om Honom, vars ingående bekantskap innebär evigt liv. Endast de, som vinner denna kunskap, kommer till sist att höra orden: ”i honom är ni fullkomliga” (Kolosserbrevet 2:10, *Reformations-Bibeln*). – (Pamflett) *Words of Counsel*, 1903. (*Counsels on Health*, sidan 369.)

Dunkelt Förstånd – När Guds Ord åsidosätts till förmån för böcker, som leder bort från Gud och som fördunklar förståndet beträffande himmelrikets grundsatser, innebär den tillhandahållna utbildningen en förvrängning av namnet. Med mindre eleven ges ren sinnesmat, kliniskt fri från den så kallade högre utbildningen – som är uppblandad med otrogna tankegångar – kan han inte på allvar känna Gud. Endast de, som samverkar med himmelen gällande frälsningsplanen, kan förstå, vad sann utbildning i all sin enkelhet innebär. – *Counsels to Parents, Teachers, and Students*, sidan 15 (1913).

Otrogna Författares tyranniska Makt (ord från den instruerande ängeln) – Det mänskliga sinnet tjasas lätt av Satans lögner; och dessa verk framkallar en avsmak för Guds ord, som när det mottas och uppskattas, försäkrar mottagaren evigt liv. Ni är vanemänniskor och borde komma ihåg, att goda vanor är till välsignelse både vad gäller påverkan av er egen karaktär och det goda inflytandet över andra. Men sedan onda vanor en gång grundlagts, utövar de en tyrannisk makt och slår sinnen i bojor. Om ni aldrig hade läst ett enda ord i dessa böcker, skulle ni idag mycket bättre förstå Boken, som är värd att studeras framför alla andra böcker, och som ger de enda rätta idéerna angående högre utbildning. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 6, sidan 162 (1900).

Slaskläsning ger en sjuk Fantasi – Det är många av våra unga, som Gud har begåvat med högre förmågor. Han har gett dem de allra bästa talenter, men deras krafter har försvagats, deras sinnen har förvirrats och trubbats av och under många år har de inte växt till i nåd och i kunskap om vår tros grunder, eftersom de har tillfredsställt en smak för romanläsning. De har lika svårt för att styra lusten till en sådan yttlig läsning, som

drinkaren för att styra sin lust till en berusande dryck.

Dessa kunde i dag vara knutna till våra förlagshus och vara effektiva arbetare inom vår bokföreläsning, iordningsställa kopior för tryckning eller läsa korrektur. Deras talenter har emellertid förvanskats tills de är mentala dyspeptiker och som därför inte är lämpliga till en ansvarstygnd ställning var som helst. Inbillningsförmågan är sjuklig. De lever ett överkligt liv. De är inte utrustade för livets praktiska uppgifter. Det mest sorgliga och nedslående är, att de har gått miste om allt intresse för sund läsning.

De har blivit förblindade och charmerade genom så starkt spännande berättelser som dem i *Onkel Toms Stuga*. Den boken åstadkom goda saker på sin tid för dem, som behövde väckas när det gällde deras felaktiga tankar om slaveriet, men vi står på gränsen till den eviga världen, där sådana historier inte behövs som förberedelse till det eviga livet. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidorna 518-519 (1889).

Böcker, som försvagar Intellectet – Kärlekshistorier och intetsägande och spännande äventyr utgör en annan grupp av böcker som är en förbannelse för var och en som läser dem. Författaren tillfogar kanske en god moralisk slutsats eller kanske flätar in religiösa tankar i boken. Men i de flesta fall har Satan bara iklätt sig förklädnaden av en ljusets ängel för att på ett ännu mer effektivt sätt kunna bedra och förföra. Sinnet påverkas i hög grad av den näring det får. De som läser intetsägande, spännande äventyr får sämre förutsättningar att utföra de plikter som ligger framför dem. De lever ett överkligt liv och har inte någon önskan om att studera Bibeln och att äta av det himmelska mannat. Förståndsgåvorna försvagas och mister sin kraft att överväga pliktens och livssituationens stora problem. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 7, sidan 165 (1902).

Fiktion och sinnliga Tankar – Den föda för själen, som faller dem [läsare av fiktion] i smaken förorenar och leder till orena och sinnliga tankar. Jag tycker uppriktigt synd om dessa själar, när jag tänker på hur mycket de går miste om genom att försumma tillfällena att få kunskap om Kristus. Det är ju i Honom vi har vårt hopp om evigt liv. Hur mycket dyrbar tid har inte slösats bort, tid, som de skulle ha kunnat använda till att studera den sanna godhetens mönster. – **Christian Temperance and Bible Hygiene**, sidan 123, 1890. (*Budskap till Unga*, sidan 280.)

Personen blir imbecill (förmaningens ord till en invalid hemmafru) – Under årtal har ditt sinne varit som en porlande bäck, nästan fylld med stenar och ogräs och vattnet har runnit till ingen nytta. Om dina krafter hade kontrollerats av högre avsikter, skulle du inte ha varit den invalid du nu är. Du inbillar dig att du måste tillfredsställa dina nyckfulla böjelser och din överdrivna läshunger.

Jag såg lampan brinna vid midnatt medan du var fördjupad i någon spännande berättelse som stimulerade din redan tidigare överaktiverade hjärna. Detta sätt att leva har försvagat ditt grepp om livet och försvagat dig fysiskt, andligt och moraliskt. Ditt oregelbundna liv har skapat oordning i ditt hem och om det får fortsätta blir följderna att ditt sinne sjunker ned i dumhet och förflockning. Du har missbrukat den provningstid som Gud har gett dig och den tid Han har tilldelat dig har du förspillt. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidan 498 (1880).

Mentala Drinkare – Läsare av lättsinniga, spännande berättelser blir odugliga till, att fullfölja det praktiska livets plikter. De lever i en fantasivärld. Jag har lagt märke till barn, vars vana, att läsa dylika berättelser, har tillåtits. Oavsett om de var hemma eller borta, var de rastlösa, drömska, oförmögna till, att samtala, förutom om de vardagligaste ämnen. Religiöst tänkande och konverserande har varit helt främmande för dem. När aptiten för sensationella berättelser underhålls, förvrängs intellektets aptit, och då blir inte sinnet nöjt, med mindre det matas med denna ohälsosamma kost. Jag kommer inte på ett lämpligare ord för dem, som hänger sig åt sådan litteratur, än mentala drinkare. Omåttligt läsande påverkar hjärnan på liknande sätt, som omåttligt ätande och drickande har på kroppen. – *Counsels to Parents, Teachers, and Students*, sidorna 134-135 (1913).

Överdriven Njutning, som är Synd – Överdriven njutning av mat, dryck eller sömn är synd. En harmonisk och sund aktivitet av alla kroppens och sinnets krafter är lycka; och ju mer upphöjda och förfinade krafterna är, desto renare och mer oblandad är lyckan. Ett liv som saknar mål är en levande död. Sinnets krafter bör användas till sådant som har med eviga intressen att göra. Detta kommer att bidra till kroppens och sinnets hälsa. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidan 417 (1880).

Att överanstränga Sinnet – Elever, som försöker att pressa in två års studier i ett års, bör inte få sin vilja fram. För många personer innebär dubbla mängden arbete sinnets överansträngning

och försummelse av kroppens motion. Man skall inte inbilla sig, att sinnet tar åt sig och lagrar ett överskott på mental föda; och det är en lika stor synd, att överbelasta sinnet, som det är, att överbelasta matsmältningsorganen. – *Counsels to Parents, Teachers, and Students*, sidan 296 (1913).

Undersök även den mentala Mat Du serveras att äta – Det är bäst för envar, att noga undersöka, vilken mental mat han serveras att äta. När de, som lever för att prata dynga, kommer upphetsade till Er och är redo att säga: ”Rapportera, så skall vi föra det vidare”, stanna då upp och tänk över, om samtalet kommer att hjälpa andligt, ge andlig verkningskraft, så att Ni på andlig väg kan äta Guds Sons kött och dricka Hans blod. ”Kom till honom, den levande stenen, som visserligen är förkastad av människor men är utvald och dyrbar inför Gud.” {Första Petrusbrevet 2:4.} Dessa ord säger mycket.

Vi skall icke vara tramspratare, eller sladdertackor eller skvallerbyttor; vi skall inte bära falskt vittnesbörd. Gud har förbjudit oss, att samtala dumt eller dåraktigt, dra vitsar, skämta eller säga tomma ord. Vi skall avlägga räkenskap för det vi säger till Gud. Vi kommer att ställas inför Domaren för våra överilade ord, som gynnar vare sig talaren eller lyssnaren. Låt oss alla yttra ord, som leder till uppbyggelse. Kom ihåg Ert värde hos Gud. Låt inte Ert simpla och dåraktiga prat eller felaktiga grundsatser utgöra hela Er kristna erfarenhet. – *Manuskript 68*, 1897. (*Grundsatser för Kristen Utbildning*, sidan 458.)

En Kvinna, vars Tittande förvrängde Hjärtat – Syster K dras bort från Gud på grund av sina icke-troende vänner och släktingar, som inte älskar sanningen och inte har förståelse för det offer och den självförnekelse som måste utövas för sanningens sak, även om hon själv har framstående naturliga egenskaper. Syster K har inte känt betydelsen av att skilja sig från världen, så som Guds befallning föreskriver. Vad hennes ögon har sett och hennes öron har hört har fördärvat hennes hjärta. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidan 108 (1876).

Ljud, Syner och Inflytanden, som skadar Moralen – Vi har anledning att vara djupt bekymrade över våra barn, som möter frestelser överallt. Det är omöjligt för dem att helt undgå kontakt med dåliga kamrater... De kommer att se och höra saker som är demoraliserande och bli utsatta för destruktiv påverkan. Om de inte blir omsorgsfullt beskyddade mot detta, kommer deras sinnen lika omärkligt som sakta men säkert att

orenas och karaktären kommer att ta skada. – *Pacific Health Journal*, juni, 1890. (*Det adventistiska Hemmet*, sidan 315.)

En Del Umgänge fungerar som ett långsamt verkande Gift – Om min röst kunde nå föräldrarna över hela landet, skulle jag varna dem för att ge efter för sina barns önskningar, när det gäller att välja kamrater eller umgänge. Föräldrar tänker inte mycket på att unga tar emot skadliga intryck mycket snabbare än gudomliga intryck. Därför bör deras sällskap med andra vara det som är gynnsammast för deras tillväxt i nåden och för den sanning, som har uppenbarats i Guds ord för att kunna befästas i deras hjärtan.

Om barnen är tillsammans med dem, som bara talar om oväsentliga, världsliga saker, kommer deras sinnen att vara på samma nivå. Om de hör att kristna principer förtalas och vår tro förringas och om deras öron uppfattar muntra invändningar mot sanningen, kommer sådana saker att fästa sig i sinnet och vara med och forma karaktären.

Om deras tankar är fyllda med historier, de må vara sanna eller uppdiktade, finns det inte plats för den nyttiga information och vetenskapliga kunskap, som borde uppta dem. Vilken förstörelse har inte denna kärlek till lättsam läsning utövat på sinnet! Hur har den inte fördärvat principerna för vetenskap och sann gudsfuktan, som hör hemma vid grundandet av en harmonisk karaktär? Det är som ett långsamt verkande gift som kommer in i organismen och som förr eller senare kommer att avslöja sin bittra verkan. När ett felaktigt intryck görs i det unga sinnet, görs ett märke, inte på sand, utan på en varaktig klippa. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidorna 544-545 (1889).

Med Blicken riktad mot Kristus – Då Kristus tog på sig mänsklig natur, förenade han sig själv med oss genom ett kärlekens band, som ingen makt kan slita sönder mot vår egen vilja. Satan söker ständigt genom sina lockelser förmå oss att slita detta band. Han söker förmå oss att av eget val skilja oss från Kristus. Därför är det nödvändigt för oss att vaka, bedja och kämpa, för att ingenting skall kunna förmå oss att *välja* en annan mästare, ty vi har alltid frihet att välja. Låt oss därför se på Jesus, så skall han bevara oss, och då kan vi vara trygga. Ingen kan rycka oss ur hans hand. Genom att ständigt se på honom, blir vi förvandlade ”till hans avbilder, i det vi stiga från den ena härligheten till den andra, såsom när den Herre verkar, som själv är ande”. 2 Kor. 3:18. – *Vägen till Kristus*, sidan 72 (1892).

Motion

Lagen om Handling i Lydnad – Alla himmelska varelser är ständigt aktiva, och Herren Jesus har, genom Sitt praktiska livsverk, föregått med gott exempel för varje person. Gud har i himlarna instiftat lagen om handling i lydnad. [Anm.: Lagen om handling i lydnad är värd ingående studium. Handling både främjar kroppens hälsa och vår samklang med andra och med universum.] Delarna i Hans skapelse utför sitt tilldelade arbete tyst och utan avbrott. Havet befinner sig i ständig rörelse. Det uppskjutande gräset, ”som i dag står på ängen och i morgon kastas i ugnen” {Matteusevangeliet 6:30}, utför sina sysslor, genom att pryda fälten med skönhet. Löven rör sig i vinden, och ändå ses ingen hand vidröra dem. Solen, månen och stjärnorna gör stor nytta, genom att fullborda sitt tilldelade uppdrag. Och för att människan, vars sinne och kropp skapats i Guds egen likhet, skall fungera fullt ut inom sitt utsedda område, måste hon vara aktiv. Människan skall inte vara sysslolös. Sysslolöshet är synd. – *Brev 103*, 1900. (*Special Testimonies, Serie B*, Band 1, sidorna 29-30.)

Kroppens Maskineri måste hållas i Gång – Studera Herrens plan beträffande Adam, som skapades ren, helig och frisk. Adam fick något att göra. Han skulle bruka organen, som Gud hade gett honom. Han skulle inte sitta still. Hans hjärna måste arbeta, fast inte på mekaniskt sätt, som en simpel maskin. Vid alla tidpunkter fortsätter kroppens maskineri sitt arbete; hjärtat slår, varvid det regelbundet fullföljer sin bestämda uppgift likt en ångmaskin, drivande sin blodröda ström till alla delar av kroppen. Handling, handling går som ett pulsslag genom hela den levande maskinen. Varje organ måste utföra sitt avsedda arbete. Om fysisk inaktivitet får fortsätta, går hjärnan allt mera på sparlåga. – *Brev 103*, 1900

Motionera i fria Luften – Hela systemet är i behov av det upplivande inflytandet av kroppsövningar i fria luften. Några timmars kroppsarbete varje dag skulle bidra såväl till kroppskrafternas förnyande som till sinnets uppfreskande. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidorna 264-265 (1876).

Luft, luft, himlens dyrbara välsignelse som alla kan få, kommer att välsigna er med sitt livgivande inflytande, om ni inte vägrar att släppa in den. Välkomna den, odla en kärlek till den och den kommer att visa sig vara ett värdefullt lugnande medel för nerverna. Luft måste hela tiden cirkulera för att hållas ren. Ren, frisk luft får blodet att cirkulera normalt i hela kroppen. Luften

stimulerar kroppen och hjälper till att göra den stark och frisk, samtidigt som dess inflytande tydligt märks på sinnet då den ger ett visst lugn och ro. Den friska luften ökar aptiten, förbättrar matsmältningen och ger en naturlig och god sömn. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 1, sidan 702 (1868).

Inaktivitet orsakar ofta Sjukdom – Inaktivitet orsakar ofta sjukdom. Motion ökar blodcirkulationen och får blodet att strömma jämt i alla delar av kroppen. Men vid inaktivitet cirkulerar inte blodet fritt, och de utbyten som sker i blodet, som är så nödvändiga för liv och hälsa, äger inte fritt rum. Huden blir också överksam. Orenheter utsöndras inte lika effektivt som de skulle göra om blodcirkulationen hade förbättrats genom kraftfull motion, huden hade hållits frisk och lungorna hade försetts med en riklig mängd ren, frisk luft. När kroppen befinner sig i ett sådant tillstånd, läggs en dubbel börda på de kroppsorgan som har till uppgift att utsöndra avfallsämnen, och resultatet blir sjukdom. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 202 (1905).

Omdömesgillt reglerad Motion – Väl överlagd kroppslig motion, där styrkan används utan överansträngning, skulle visa sig vara ett effektivt botemedel. – *Manuskript 2*, 1870.

Hindrar Sinnets Överansträngning – Fysiskt arbete kommer inte att hindra intellektet från att utvecklas. Långt därifrån. De fördelar som vinnas genom fysiskt arbete kommer att balansera en människa och hindra sinnet från att bli överansträngt. Ansträngningen läggs på musklerna och ger lättnad åt den trötta hjärnan. Det finns många håglösa, odugliga flickor som anser det okvinnligt att delta i aktivt arbete. Men deras karaktärer är för genomskinliga för att kunna lura uppmärksamma människor med sin verkliga betydelselöshet. . . .

Det verkar som om de inte kan tala rakt på sak utan förvränger allt de säger med läspningar och fåniga leenden. Är dessa damer? De var inte födda dumma utan uppfostrades till det. Man behöver inte vara skör, hjälplös, utstyrd och fånigt leende för att vara en dam. Det krävs en sund kropp för ett sunt intellekt. Fysisk hälsa och praktisk kunskap om alla hushållets nödvändiga plikter kommer aldrig att vara till hinder för ett välutvecklat intellekt. Båda är mycket viktiga för en dam. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidan 152 (1872).

Utan Motion fungerar inte Intellektet – Hos en frisk, ung man stärker intensiv motion hjärna,

benstomme och muskelmassa. Motion är också en byggsten för en läkares vanskliga arbete. Utan motion fungerar inte intellektet. Det blir oförmöget till det skärpta, raska handlande, som släpper loss dess krafter. Därmed läggs intellektet i träda. En dylik yngling blir aldrig någonsin det, som Gud har avsett honom att bli. Han har vant sig vid så mycket vilande, att han går att likna vid en dypöl. Atmosfären runt omkring honom är laddad med moralisk malaria. – *Brev 103*, 1900

Mental Ansträngning begränsas av försummad Motion – De, som ständigt håller på med mentalt arbete, de må studera eller förkunna, behöver vila och avkoppling. Ivriga studerande anstränger ständigt hjärnan, vilket alltför ofta sker samtidigt med motionens försummelse, och följaktligen försvagas kroppens krafter och försvåras tankeverksamheten. Alltså mäktar inte den studerande med hela det arbete, som han kunde ha uträttat, om han hade verkat på ett klokt sätt. – *Evangeliets Tjänare*, sidan 173 (1893).

Lika mycket mental och fysisk Ansträngning – Ansträng hjärnan och kroppen lika mycket, så blir det studerande intellektet uppfriskat. Om eleven är sjuk, bidrar ofta motion till återställning av organismens normala funktion. När studenterna lämnar högskolan, bör de vara friskare och klokare rörande hälsans lagar, än då de trädde in i den. Hälsan bör skyddas lika noga, som karaktären. – *Christian Temperance and Bible Hygiene*, sidorna 82-83 (1890). (*Child Guidance*, sidan 343.)

Motion är ett helande Medel – När de långvarigt sjuka inte har något som tar upp deras tid och uppmärksamhet blir de självupptagna, dystra och irriterade. Ofta fastnar de i sina negativa känslor tills de börjar tro att de är mycket sjukare än de egentligen är, och blir då helt oförmögna att göra någonting.

För alla dessa människor skulle lämplig motion visa sig vara ett effektivt botemedel. I några fall är den helt outhärlig om man skall få hälsan tillbaka. Viljan aktiveras genom fysiskt arbete, och vad dessa sjuka behöver är att få viljan väckt till liv. När viljan inte används blir fantasin sjuklig, och då är det omöjligt att stå emot sjukdom. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 203 (1905).

Ordningen med, att göra ingenting, är en farlig Ordning – Ordningen med sysslolöshet är farlig i alla sammanhang. Tanken, att de med överansträngda mentala och kroppsliga krafter, eller med sammanbrott i kropp och sinne, måste

upphöra med all aktivitet för hälsans återställande, är ett allvarligt felslut. Förvisso förekommer det fall, där fullständig vila under en tid avvärjer allvarlig sjukdom, men i fall med bekräftad invaliditet, är den sällan nödvändig. – *Manuskript 2, 1870.*

Inaktivitet den största Förbannelsen för de flesta Sjuklingar – De långvarigt sjuka borde inte uppmuntras till fortsatt inaktivitet. I de fall då det förekommit allvarlig överansträngning på ett eller annat sätt, kan en tids fullständig vila ibland avvärja allvarlig sjukdom, men de sjuka behöver sällan avstå helt från aktivitet.

Lätt, nyttigt arbete belastar inte sinnet eller kroppen, utan har en positiv inverkan på båda. Det stärker musklerna, förbättrar cirkulationen och ger den sjuke tillfredsställelsen av att veta att han inte är helt oduglig i denna aktiva värld. Han kanske bara kan göra något litet till att börja med, men han kommer snart att märka att hans krafter ökar, och arbetsinsatsen kan ökas i samma utsträckning.

Läkare råder ofta sina patienter att åka iväg på en sjöresa, besöka någon hälsokälla eller resa till olika platser för att få klimatbyte, när patienterna i de flesta fall skulle bli friska, och dessutom spara tid och pengar, om de åt måttligt och finge trevlig och hälsosam motion. – *Manuskript 2, 1870. (Se Hälsa för Hela Människan, sidorna 202-204 [1905].)*

Motionen måste vara systematisk (råd till en invaliderad mor) – Herren har gett dig ett verk att utföra som Han inte tänker göra för dig. Du borde handla utifrån principer, i harmoni med naturens lagar, utan hänsyn till känslor. Du borde handla enligt det ljus som Gud har gett dig. Du kanske inte kan göra detta genast, men du kan göra mycket genom att gradvis gå ut i tro, överbevisad om att Gud kommer att vara din hjälpare, att Han kommer att styrka dig.

Du kunde träna dig i att gå och utföra plikter genom att ta på dig lättare arbete i din familj och inte vara så beroende av andra. Medvetandet om att du kan klara det kommer att ge dig ökad styrka. Om dina händer vore mer sysselsatta och din hjärna mindre upptagen av att planera för andra, skulle din fysiska och mentala styrka öka. Din hjärna är inte överksam, men det finns inte arbete för andra organ i kroppen som svarar mot det som hjärnan utför.

För att träning skall vara till avgjord fördel för dig borde den systematiseras och leda till att utveckla de försvagade organen i kroppen, så att

de kan stärkas genom användning. Rörelsen som behandling är till stor fördel för den grupp av patienter som är för svaga för att träna, men den är förfelad för alla som är sjuka och litar på den och gör sig beroende av den, medan de försummar att använda sina muskler. – *Vittnesbörd för Församlingen, Band 3, sidan 76 (1872).*

Nuvarande Flod av Fördärv beror på vanskötta Kroppar och Sinn – Den flod av fördärv, som sveper över vår värld, är följden av fel- och vanskötseln av det mänskliga maskineriet. Män, kvinnor och barn bör vänjas vid kroppsarbete. Då skulle hjärnan inte bli överansträngd, till förfång för hela organismen. – *Brev 145, 1897*

Att anstränga Sinnet och Kroppen, hejdar vanligen orena Tankar – Den jämnt anpassade ansträngningen av intellektets och kroppens krafter hejdar flödet av orena tankar och handlingar. Det här behöver lärare förstå. De bör lära eleverna, att rena tankar och gärningar kommer sig av sättet, varpå de bedriver studierna. Samvetsgranna gärningar följer på samvetsgrant tänkande. Arbete inom lantbruket och andra verksamheter är ett förträffligt skydd mot överdriven ansträngning av hjärnan. Ingen man, kvinna eller barn, som inte använder alla krafter, som Gud har gett vederbörande, kan bevara hälsan. Personen kan inte samvetsgrant hålla Guds bud. Han eller hon kan inte älska Gud mest av allt och sin nästa som sig själv. – *Brev 145, 1897*

En Stunds Kroppsarbete dagligen – Enligt det ljus jag har fått, skulle våra pastorers hälsa förbättras avsevärt genom mer kroppsarbete... Det är absolut nödvändigt för kroppens hälsa och sinnets klarhet, att utföra en stunds kroppsarbete under dagens gång. Härigenom dras blodet från hjärnan till andra delar av kroppen. – *Brev 168, 1899 (Evangelism, sidorna 660-661.)*

Varje Student bör motionera – Varje student bör ägna en del av dagen åt kroppsarbete, för att vänja sig vid detta och uppmuntra en anda av självständighet. På samma gång bevaras personen för många onda och förnedrande seder och bruk, som så ofta följer på sysslolöshet. Och allt detta står i överensstämmelse med uppfostrans ursprungliga ändamål; ty genom att uppmuntra verksamhet, flit och renhet, kommer vi i harmoni med Skaparen. – *Patriarker och Profeter, sidan 601 (1890).*

Man skall finna det fördelaktigt, att studera de fysiska såväl som de religiösa ämnen, i vilka man undervisade vid hebréernas skolor. Man

uppskattar inte värdet av en sådan undervisning, som man bör. Sinnet och kroppen är nära förenade med varandra, och för att kunna uppnå den högsta grad av sedlig och andlig utveckling, måste man iaktta de lagar, som behärskar vår fysiska tillvaro. Både de andliga och fysiska krafterna måste övas och utbildas, för att man skall kunna uppnå en stark och väl utvecklad karaktär. Vilket läroämne kan vara viktigare för unga personer, än det, som handlar om denna underbara kropp, vilken Gud har anförtrott åt oss, och om lagarna, genom vilka dess hälsa kan bibehållas? – *Patriarker och Profeter*, sidan 601 (1890).

Fysisk Ansträngning ger Liv – När kroppen är inaktiv, flyter blodet trögt, och musklerna minskar i omfång och styrka... Fysisk ansträngning och fritt bruk av luft och solljus – välsignelser, som Himmelen till överflöd har strött ut över alla – skulle skänka liv och kraft till mången utmärglad invalid...

Arbete är en välsignelse, inte en förbannelse. Flitigt arbete håller många, ung som gammal, borta från snarorna åt honom, som ”finner någon odygdighet för sysslolösa händer att utföra.” Ingen skall skämmas för sitt arbete, ty ärligt arbete förädlar. Medan händerna är upptagna av de enklaste uppgifter, kan sinnet vara upptaget av höga och heliga tankar. – *The Youth's Instructor*, den 27. februari, 1902. (*Our High Calling*, sidan 223.)

Känslomässiga Faktorer

Lydnad mot Gud bevarar en från Lidelser och Impulser – Lydnad för Gud är frihet från syndens slaveri och befrielse från mänskliga lidelser och impulser. Människan kan stå som segrare över sig själv, segrare över sina egna böjelser, och segrare över ”furstar och väldigheter och världshärskare här i mörkret”, och över ”ondskans andemakter i himlatna”. Ef 6:12. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 101 (1905).

Känslorna skall kontrolleras av Viljan [Se Kapitel 76, ”Beslut och Viljan”.] – Din uppgift är, att ställa Din vilja till Kristi förfogande. När Du ställer Din vilja under Hans vilja, tar Han genast herraväldet över Dig, och verkar i Dig både vilja och gärning, för att Hans goda vilja skall ske. {Se Filippobrevet 2:13.} Din natur läggs under Hans Andes kontroll. Till och med Dina tankar tas tillfånga av Honom.

I fall Du ej förmår, att styra Dina impulser, Dina känslor, såsom Du skulle vilja, kan Du kontrollera viljan, och härigenom åstadkoms det en fullständig förvandling i Ditt liv. När Du överlämnar viljan till Kristus, blir Ditt liv dolt med Kristus i Gud. Det kopplas till den kraft, som står över alla härskare och väldigheter. Du äger en kraft från Gud, som klistrar fast Dig vid Hans styrka; och då förverkligas ett nytt liv, trons liv, i Dig. – *Christian Temperance and Bible Hygiene*, sidan 148. (*My Life Today*, sidan 318.)

Känslorna under Förnuftets och Samvetets Kontroll – Sanningens kraft borde vara tillräcklig som stöd och tröst i varje motgång. Det är genom att få dem som känner sanningen att övervinna lidanden, som Kristi religion uppenbarar sitt verkliga värde. Den för aptiten, lidelserna och känslorna in under förnuftets och samvetets kontroll och får tankarna att flyta i sunda banor. Därefter kommer tungan inte att vanära Gud genom syndigt klagande. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidan 314 (1885).

Att göra Guds Vilja kontra Känslor (råd till en ung man) – Det är inte dina känslor och ditt stämningsläge, som gör dig till ett Guds barn, men att du gör Guds vilja. Ett användbart liv ligger framför dig, om du rättar dig efter Guds vilja, så att den blir ett med Hans. Då kan du i den mognad som Gud ger dig vara ett föredöme i att göra gott.

Då kommer du vara ett stöd, när det gäller att upprätthålla goda levnadsregler i stället för att bryta dem. Då kommer du att hjälpa till att hålla ordning i stället för att förakta ordning och leda andra in i en kaotisk tillvaro genom din egen livsstil.

Eftersom jag fruktar Gud, berättar jag för dig vad du kan bli om din vilja sätts in på Guds sida. ”Vi är Guds medarbetare.” 1 Kor 3:9. Du kan göra ditt arbete för tid och evighet på ett sådant sätt att det består i domen. Vill du försöka? Vill du vända helt om nu? Du är föremål för Jesu kärlek och Hans förbön. Vill du nu överlämna dig åt Gud och hjälpa dem, som har satts till väktare för att ta vara på Guds saks intressen, i stället för att ge dem sorg och besvikelse? – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidorna 515-516 (1889).

Rastlöshet och Missnöje försvinner (försäkran till en liggande i vågskålen) – När Du går, för att ta emot Kristus som Din personlige Frälsare, inträffar det en markant förändring i Dig; Du blir omvänd, och genom Sin Helige Ande står sedan Herren Jesus vid Din sida. Din rastlösa ängslan och Ditt missnöje upphör.

Du älskar att prata. Om orden vore av det slag, att de ärade Gud, skulle det inte vara någon synd i dem. Men Du erfar ingen frid och vila samt nöje i tjänandet av Gud. Du är förvisso inte en omvänd person, som utför Guds vilja, och då känner Du heller inte Hans Helige Andes uppmuntrande, livande inflytande.

När Du bestämmer Dig för, att Du inte kan vara en kristen och ändå göra, som Du vill, när Du inser, att Du måste ge Gud viljan, då kan Du anta Kristi inbjudan: ”Kom till mig, alla ni som arbetar och bär på tunga bördor, så skall jag ge er vila. Ta på er mitt ok och lär av mig, ty jag är mild och ödmjuk i hjärtat. Då skall ni finna ro för era själar. Ty mitt ok är mildt, och min börda är lätt” (Matteusevangeliet 11:28-30). – *Manuskript 13*, 1897.

Styr Dina inte Känslor – Du skulle kunna vara glad, om du bara ville underordna dina tankar under Kristi vilja. Du borde inte vänta, utan grundligt rannsaka ditt eget hjärta och dagligen dö bort från dig själv.

Du kan fråga: Hur kan jag behärska mina egna handlingar och styra mina inte känslor?

Många som inte bekänner sig till Guds kärlek styr i hög grad sin ande utan hjälp av Guds särskilda nåd. De slår vakt om sin självkontroll. Detta är i själva verket en tillrättavisning av dem som vet att de får kraft och nåd från Gud men ändå inte visar Andens nådegåvor. Kristus är vår Förebild. Han var saktmodig och anspråkslös. Lär av Honom och följ Hans exempel. Guds Son var felfri. Vi måste hjälpa till i denna fullkomlighet och vinna seger såsom Han vann seger, om vi skulle vilja ha en plats på Hans högra sida. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidan 336 (1873).

Känslor är lika föränderliga som Molns Utseende – Men skall vi vänta tills vi känner att vi har blivit renade? Nej, Kristus har lovat: ”Om vi bekänner våra synder, är han trofast och rättfärdig, så att han förlåter oss våra synder och renar oss från all orättfärdighet.” (1 Joh. 1:9) Guds ord bekräftar att Gud har tagit emot dig. Du måste inte vänta på att bli fylld med underbara känslor innan du kan lita på att Gud har hört din bön. Dina känslor skall inte vara dina rättesnören, ty känslor är lika växlande som skyarna. Du måste ha en fast grund för din tro. Herrens ord är ett ord med gränslös kraft och du kan lita på det. Han säger: ”Bed och ni skall få.” Se på Golgata. Har inte Jesus sagt att Han är din förespråkare? Har Han inte sagt att om du ber om något i Hans namn,

skall du få det du ber om? Du behöver inte lita på din egen godhet eller dina goda gärningar. Du måste lita på rättfärdighetens sol. Du skall tro på att Kristus har förlåtit din synd och tillräknat dig Sin rättfärdighet. – *The Signs of the Times*, den 12. december, 1892. (*Utvalda Budskap*, Band 1, sidan 328.)

Känslor ingen säker Trygghet – Känslor är ofta bedrägliga, inte sinnesrörelser utgör ingen säker trygghet, för de växlar och påverkas av yttre omständigheter. Många vilseleds genom att förlita sig på känslomässiga intryck. Det avgörande är: Vad *uträttar* du för Kristus? Vilka uppoffringar gör du? Vilka segrar vinner du? En övervunnen självisk ande, en frestelse att försumma plikten som har stått emot, en lidelse som undertryckts och en villig, glad lydnad mot Kristi vilja – detta är ett långt större bevis på, att du är ett Guds barn än ryckvis fromhet och känslomässig gudsfruktan. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidan 188 (1876).

Kristna bör inte domderas av Känslor [Se Appendix A, sidan 807, ”Råd till en nedstämd Medelålders Kvinna”, och Appendix B, sidan 811, ”Obetingad Förtröstan oavsett förändrad känslomässig Stämning.”] – Guds barn skall inte låta sig domderas av känslor och stämningar. När de pendlar mellan hopp och fruktan, såras Kristi hjärta; ty Han har gett dem omisskännliga bevis för Sin kärlek... Han önskar, att de skall göra det arbete Han har gett dem. Härigenom blir deras hjärtan i Hans händer som helgade harpor, där varje sträng ger ifrån sig pris och tacksägelse till Den, som är sänd av Gud, för att ta bort världens synder. – *Brev 2*, 1914 (*Vittnesbörd för Predikanter och Bibelarbetare*, sidorna 518-519.)

Kristus möjliggör Kontroll över naturliga Böjelser – Kristus kom till denna värld och levde ett liv i lydnad för Guds lag, för att göra det möjligt för människan att få full kontroll över de naturliga böjelserna som fördärvat själen. Han som är själens och kroppens läkare ger oss seger över de begär som kämpar inom oss. Han har gett oss alla de hjälpmedel vi behöver för att få en fulländad karaktär. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 101 (1905).

Känslorvall inget Bevis för Omvändelse – Satan får människor att tro, att de är omvända, eftersom de har upplevt ett känslorus. Men de har ingen ny erfarenhet. De betar sig på samma sätt som förut. Deras liv bär inga goda frukter. De ber ofta och länge och hänvisar hela tiden till de känslor de hade vid det ena och det andra tillfället. Men de lever inte ett nytt liv. De har blivit lurade.

Deras erfarenhet går inte djupare, än till känslan. De bygger på sand, och när motgångens vind blåser, sopas huset bort. – *The Youth's Instructor*, den 26. september, 1901. (*SDA Bibelkommentar*, Band 7A; Band 4, sidan 1164.)

Oro kan vara av Godo – Känslor av oro och hemlängtan kan vara av godo för Dig. Din himmelske Fader avser, att lära Dig att i Honom finna den vänskap och kärlek samt tröst, som tillfredsställer Dina djupast närda förhoppningar och önskningsar... Din enda trygghet och lycka består i, att göra Kristus till Din ständige rådgivare. Du kan finna Din lycka i Honom, om Du så inte har en enda vän i hela vida världen. – *Brev 2b*, 1874 (*Our High Calling*, sidan 259.)

Herren vill rubba våra Cirklar – Kristus ser, att människorna är så upptagna av världsliga angelägenheter och trassel, att de saknar tid, att göra Hans bekantskap. För dem är himmelen en underlig ort, ty de har upphört att tänka på den. Eftersom de inte känner till det himmelska, tröttnar de på talet därom. De ogillar, att få sina cirklar rubbade och bli påmind om, att de behöver bli frälsta. I stället hänger de sig åt nöjen. Dock vill Herren störa dem i deras ro, så att de förmås till, att greppa tag om eviga realiteter. Han menar allvar med dem. Inom kort kommer de att lära känna Honom, vare sig de vill det eller inte. – *Manuskript 105*, 1901.

Se inte på Dig själv och Dina Känslor – Det är inte visligt att se på sig själv och studera sina egna känslor. Om vi gör det, kommer fienden att lyfta fram inför oss svårigheter och frestelser som försvagar vår tro och bryter ner vårt mod. Att utforska sina känslor och ge efter för dem, är detsamma som att ge näring åt tvivel och snärja in sig i förvirrande tankar. Vi skall se bort från oss själva och se på Jesus. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 213 (1905).

Sektion 4 - En växande Personlighet Påverkan före Födelsen

Vikten av Påverkan före Födelsen – Många föräldrar tror inte att den påverkan som barnet utsätts för i moderlivet har så stor betydelse, men denna uppfattning har man inte i himlen. Det budskap som sändes med en Herrens ängel, och som gavs två gånger på det mest högtidliga sätt, visar att detta är något mycket viktigt som man borde tänka på. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 372 (1905).

Nöjdhet i Sinnet inverkar på Barnet – Varje blivande mor, oavsett omgivning, bör hela tiden hålla humöret upp, i vetskapen om, att hennes ansträngningar härvidlag kommer att belönas tio gånger om i barnets fysiska och moraliska beskaffenhet. Detta är dock inte allt. Hon kan göra detta till en god vana, och därmed återspegla sitt goda humör på familjen och övriga, som hon har att göra med.

Därutöver kommer hennes kroppsliga hälsa att avsevärt förbättras. Hennes livs källsprång kommer att stärkas, blodet kommer inte att flyta trögt, som det skulle göra, om hon gav upp inför uppgivenhet och dystra tankar. Hennes glada inställning ger skjuts åt hennes mentala och moraliska hälsa. – *The Review and Herald*, den 25. juli, 1899. (*Counsels on Health*, sidan 79.)

Moderns Känslor formar det ofödda Barnets Läggning – Mammans tankar och känslor inverkar mäktigt på arvet, som hon ger åt sitt barn. I fall hon låter tankarna kretsa kring de egna känslorna, om hon ger efter för självskheten, om hon är snarstucken och fordrande, kommer barnets läggning att vittna om detta faktum. På det här viset har många som föds lorätt erhållit nära nog obetvingbara böjelser för det onda. – *The Signs of the Times*, den 13. september, 1910. (*Temperance*, sidan 171.)

Modern bör uppodla ett positivt, förnöjsamt och glatt sinnelag. Varje ansträngning i den riktningen kommer att bli rikligen belönad genom hennes barns fysiska välbefinnande och moraliska karaktär. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 373 (1905).

Fridens Påverkan på den Ofödde – En, som väntar sig, att hon skall bli mor, bör bevara själen i Guds kärlek. Hennes sinne behöver vara fridfullt; hon bör vila i Jesu kärlek, hon bör omsätta Kristi ord i gärning. Hon bör hålla i minnet, att modern är en Guds medarbetare. – *The Signs of the Times*, den 9. april, 1896. (*Det adventistiska Hemmet*, sidan 259.)

Pappan bör studera de fysiska Lagarna – Man bör vara rädd om moderns krafter. I stället för att låta henne tömma ut sina dyrbara krafter på tröttande arbete, bör man minska hennes bekymmer och bördor. Ofta är maken och fadern okunnig om de fysiska lagar han bör förstå för att hans familj skall må bra. Han är upptagen med arbetet att försörja familjen eller att skaffa en förmögenhet, och pressad som han är av bekymmer och svårigheter, låter han hustrun bära bördor som överanstränger hennes krafter och

orsakar trötthet och sjukdom vid den mest kritiska perioden. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 373 (1905).

Barnet berövas sin mentala Spänst – Om modern inte får den omsorg och de bekvämligheter hon bör få, om hon tillåts tömma ut sina krafter genom överansträngning eller genom bekymmer och dysterhet, kommer hennes barn att berövas den vitalitet, den mentala spänst och det glada sinnelag de borde få ära. Det är mycket bättre att göra moderns liv ljus och glatt, att skydda henne från brist, uttröttande arbete och betungande omsorger, och låta barnen få ära en god fysik som gör att de kan kämpa sig fram i livet i sin egen energiska kraft. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 375 (1905).

Moderns Behov skall inte försummas – Under inga omständigheter bör moderns fysiska behov försummas. Två liv är beroende av henne, och man bör kärleksfullt ta hänsyn till hennes önsningar och generöst förse henne med det hon behöver. Men vid denna tid, mer än vid någon annan tid, bör hon, när det gäller mat och allt annat, undvika allt som kan försvaga hennes fysiska eller mentala styrka. Genom ett bud från Gud själv står hon under den allvarligaste förpliktelse att öva självbehärskning. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 373 (1905).

Hustruns Ansvar – Kvinnor som har fasta principer och som har fått en god uppfostran, kommer att fortsätta att leva på en enkel kost också under graviditeten. Sådana förnuftiga kvinnor kommer att minnas, att ett annat liv är beroende av dem och de kommer att vara mycket försiktiga i alla sina vanor, särskilt med kosthållet. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidan 382 (1870).

Oskyldiga Barn får lida – Det föds sjuka barn, därför att föräldrarna har gett aptiten fria tyglar. Kroppen kräver inte den stora variation av rätter som sinnet och lusten uppehåller sig vid. Det är ett stort misstag att anse, att man utan vidare kan äta vad som helst om man bara har lust att göra det. Kristna kvinnor bör avvisa en sådan tanke. Fantasin får inte lov att avgöra vad kroppen behöver. De som låter smaken råda, kommer att få lida straffet för att ha överträtt hälsans lagar. Och inte nog med det. De oskyldiga barnen kommer också att få lida för detta. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidan 383 (1870).

Okloka rådgivare manar modern till, att tillfredsställa varje önskan och impuls såsom något väsentligt för barnets välmåga. Sådana

förmaningar är falska och lömska. Genom ett bud från Gud Själv står hon under den allvarligaste förpliktelse att öva självbehärskning. Vilken röst skall vi lyda – den gudomliga vishetens, eller den mänskliga vidskepelsens? – *The Signs of the Times*, den 26. februari, 1902.

Den havande Modern skall lägga sig till med självförnekande Vanor – Mamman, som skall vara en lämplig lärare åt sina barn, måste lägga sig till med självförsakens och självbehärskningens vanor före deras födelse; ty hon för sina egna egenskaper vidare till dem, de ärver hennes starka och svaga karaktärsdrag. Själafienden förstår detta mycket bättre, än de flesta föräldrar. Han utsätter modern för frestelse, därför att han vet, att i fall hon inte kämpar emot, kan han genom henne påverka barnet. Gud utgör moderns enda hopp. Till Honom kan hon fly för nåd och styrka. Honom uppsöker hon ej förgäves. Han gör det möjligt för henne, att föra vidare till sina barn egenskaper, som bidrar till deras framgång i detta liv och till odödlighet. – *The Signs of the Times*, den 26. februari, 1902. (*Counsels on Diet and Foods*, 219.)

Grunden till en rakryggad Karaktär – Genom att inarbeta vanor för sträng måttlighet under tiden innan barnet föds, lägger modern grunden för en rakryggad karaktär hos barnet... Vi får inte förhålla oss likgiltiga till dessa saker. – *The Gospel Herald*, februari, 1880. (*Det adventistiska Hemmet*, sidan 258.)

Släktet suckar under Syndens samlade Tyngd – Vi bevittnar en tragisk upprepning av människans fall och världen fylls av sorg och lidande. Genom frosseri och dryckenskap ger män och kvinnor efter för sina lustar utan att ägna den minsta tanke på vilka följder detta kommer att få. Det arv de ger sina efterkommande, består av en mängd sjukdomar, försvagade intellektuella förmågor och en fördärvad moral. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidan 30 (1876).

Omätliga Begär, oheliga Lidelser fortplantas till Avkomman – Föräldrarna efterlämnar i arv sina andliga och fysiska egenskaper, sina böjelser och begär till sina barn... De, som brukar starka drycker eller tobak, lämnar ej sällan i arv till sina barn sitt omätliga begär, sin försämrade natur och sina retliga nerver. Utsvävande personer fortplantar ofta sina oheliga lidelser och även avskryvda sjukdomar hos sin avkomma. Och då barnen har mindre kraft, att motstå frestelsen än föräldrarna hade, är varje släkte benäget, att sjunka allt lägre. – *Patriarker och Profeter*, sidan 561 (1890).

Som regel, fortplantar varje omåttlig individ med barn att fostra sina böjelser och onda fallenhet till avkomman. – *The Review and Herald*, den 21. november, 1882. (*Temperance*, sidan 170.)

Inverkan på Simson i Livmodern styrdes av Gud – Orden, som yttrades till Manoas hustru, innehåller en sanning, som dagens mödrar borde lägga på hjärtat. Genom att vända Sig till denna enda mor, talade Herren till den tidens samlade oroade, sörjande mödrar, liksom till alla mödrar under därpå följande tidsåldrar. Ja, varje mor kan förstå sin plikt. Hon kan förstå, att hennes barns karaktärer i väldigt hög utsträckning kommer att bero på hennes vanor före deras födelse, liksom på hennes personliga insatser efter deras födelse, än på yttre fördelar eller nackdelar. – *The Signs of the Times*, den 26. februari, 1902. (*Counsels on Diet and Foods*, sidan 218.)

Gud hade ett viktigt uppdrag åt Manoas utlovade barn att utföra, och för att han skulle motsvara de nödvändiga kraven för uppdraget, måste föräldrarna noga vaka över sina vanor... Ett barn påverkas till det goda eller det onda av mammans vanor. Hon måste personligen styras av principer och måste utöva måttlighet och självförnekelse, för att gynna barnet. – *Christian Temperance and Bible Hygiene*, sidan 38 (1890). (*Temperance*, sidan 90.)

Fäder, lika väl som Mödrar, bär Ansvar – Fäder, lika väl som mödrar, tillfaller ansvaret, och även de bör allvarligt söka Guds nåd, för att deras inflytande skall vara sådant, att Gud godkänner det. Varje förälder bör ställa sig frågan: ”Vad skall vi göra med det barn, som kommer att födas?” Många har tagit lätt på verkan från inflytandet före födelsen; men himmelens anvisningar till det hebreiska föräldraparet, som upprepades två gånger på det mest uttryckliga och allvarstygda sätt, visar, hur Skaparen betraktar saken. – *The Signs of the Times*, den 26. februari, 1902.

Föräldrarnas eget Karaktärsavtryck ges åt Barnen ... De har missbrukat sina förmåner inom äktenskapet och genom tillfredsställelse har de stärkt sina djuriska begär. Och när dessa stärks, blir de moraliska och intellektuella förmågorna svaga. Det andliga har dominerats av det djuriska. Barnen har fötts med starkt utvecklad djurisk fallenhet. Föräldrarnas eget karaktärsavtryck har getts till dem... Hjärnkrafterna försvagas och minnet blir alltmer bristfälligt... Föräldrarnas synder kommer att straffas på deras barn, eftersom föräldrarna har präglat dem med sina egna

liderliga lustar. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidan 391 (1870).

Satan försöker, att förnedra deras Tankar – Jag har blivit visad, att Satan försöker förnedra deras tankar som förenas i äktenskap, så att han kan stämpla sin egen hatfulla bild på deras barn...

Han kan forma deras kommande generation snabbare än han kunde forma föräldrarna, för han kan styra föräldrarnas tankar så att han genom dem kan ge sin egen karaktärs stämpel på deras barn. På det sättet föds deras barn med mer djuriska lidelser i den kommande generationen, samtidigt som deras moraliska förmågor endast är svagt utvecklade. – *Vittnesbörd för Församlingen* 2:480 (1870).

Förnuftet bör avgöra Antalet Barn – De, som ökar antalet barn, trots att de – i fall de konsulterade förnuftet – skulle inse, att dessa måste komma att ärva fysisk och mental svaghet, överträder Guds lags sex sista bud... De gör sitt till, för att öka släktets försvagning och ytterligare försämra samhället, varigenom de skadar sin nästa. Om Gud betraktar nästans rättigheter så här, bryr Han Sig då inte om närmare och heliga förhållanden? Om inte ens en sparv faller till marken utan Hans vetskap, förbiser Han då, att det i världen föds barn, som är sjuka fysiskt och mentalt, som livet ut lider mer eller mindre? Kommer Han inte att avkräva ansvar från föräldrar, som Han har skänkt förståndsgåvor, för att de har lagt dessa högre förståndsgåvor åt sidan och låtit sig snärjas av lidelsen, vilket fått till följd, att kommande släkten måste bära ännen från deras fysiska, mentala och moraliska brister? – *Healthful Living*, sidan 30, 1865 (Del 2). (*Utvalda Budskap*, Band 2, sidan 424.)

Försvagad Energi går i Arv – Män och kvinnor, som har blivit sjukliga och svaga, har ofta som gifta själviskt endast tänkt på den egna lyckan. De har inte på allvar övervägt saken ur ädla, upphöjda grundsatsers synvinkel. De har inte resonerat om, vad de skulle ha kunnat vänta sig av sin avkomma, vars lott det har varit, att erhålla föräldrarnas minskade energi hos kropp och sinne, varigenom samhället inte har kunnat förbättras, utan har försämrats ytterligare. – *Healthful Living*, sidan 28, 1865 (Del 2). (*Utvalda Budskap*, Band 2, sidan 423.)

Sjukdom går från det ena Släktet till nästa – Sjukliga män har ofta vunnit uppenbarligen friska kvinnors tillgivenhet, och på grund av sin kärlek har de känt sig fria, att ingå äktenskap... Om de, som ingår dessa äktenskap, endast berördes härav,

skulle synden inte vara så allvarlig. Avkomman kan inte undgå, att lida av deras nedärvda sjukdomar. På det här sättet har sjukdom förevigats mellan släktleden... Åt samhället har de förlänat eller skänkt ett försvagat släkte, och gjort sitt till, för att försämma människan, genom att komma sjukdom att gå i arv, och härigenom hopa mänskligt lidande. – *Healthful Living*, sidan 28, 1865 (Del 2). (*Utvalda Budskap*, Band 2, sidan 423.)

Åldersskillnad en Faktor – En annan orsak till det nuvarande släktets svaghet i kroppslig styrka och moralisk halt, är att män och kvinnor med vitt skilda åldrar gifter sig... I många fall saknar avkomman från sådana par, vars åldrar skiljer sig markant åt, välbalanserade sinnen. De har också haft begränsad fysisk kraft. I sådana familjer har det ofta förekommit olika, märkliga och ofta smärtsamma karaktärsdrag. Barnen dör ofta förtida, och i många fall är de, som når vuxen ålder, bristfälliga i kroppslig och mental kraft samt moralisk halt.

Härigenom har till världen förpassats en klass med personer, som är en börda för samhället. Föräldrarna har till stor del orsakat barnens karaktärer, vilka gått i arv mellan mansåldrarna. – *Healthful Living*, sidorna 29-30, 1865 (Del 2). (*Utvalda Budskap*, Band 2, sidorna 423-424.)

Gud kommer att hålla oss ansvariga för Försummelse före Födelsen – Kvinnor har inte alltid följt ansvarskänslans krav, utan impulsernas. De har inte i nämnvärd omfattning känt ansvaret vilande på dem, att gestalta sådana livsförbindelser, att deras avkomma inte skulle måsta bära bristande karaktär och en stark önskan om, att tillfredsställa en förvänd aptit på hälsans bekostnad, ja, rent av på livets. Gud kommer att i hög grad hålla dem ansvariga för den hälsa och de moraliska uppfattningar, som härigenom förmedlas till framtida släkten...

Väldigt många i den här gruppen har gift sig och lämnat som arv åt sina barn fläckarna hos sin egen fysiska nedgång och urartade moral. Tillfredsställandet av djuriska lidelser och överdriven sinnlighet har varit särskilt utmärkande för deras avkomma, varigenom människan har gått nedåt från släktled till släktled. Samtidigt har vårt elände stigit på ett skrämmande sätt och påskyndat släktets sänkning. – *How to Live*, Band 2, sidorna 27-28 (1865). (*Utvalda Budskap*, Band 2, sidorna 422-423.)

Föräldrarna skänker Barnet dess Förutsättningar för Livet – Vad föräldrarna är,

det kommer i hög grad också barnen att vara. Föräldrarnas fysiska tillstånd, deras sinnelag och böjelser, deras mentala och moraliska läggning, visar sig i större eller mindre grad hos deras barn. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 371 (1905).

Härigenom formas Samhället och Framtiden – Ju ädlare mål föräldrarna har, ju större mentala och andliga gåvor de är utrustade med, och ju bättre deras fysiska krafter är utvecklade, desto bättre kommer barnen att utrustas för livet. När föräldrarna utvecklar det bästa i sig själva, utövar de ett inflytande som bidrar till att forma samhället och höja kommande generationer...

Genom att ge efter för begär och lidelser slösar de bort sina krafter, och miljoner blir fördärvade, både för denna världen och den kommande. Föräldrar bör komma ihåg att deras barn måste möta de här frestelserna. Till och med innan barnet föds bör man börja förberedelsen som skall hjälpa barnet att kämpa framgångsrikt i kampen mot det onda.

Här vilar ett särskilt ansvar på modern. Hon, som genom sitt blod ger barnet den näring som bygger upp dess kropp, överför också mentala och andliga inflytanden till barnet, som bidrar till att forma dess sinne och karaktär. – *Hälsa för Hela Människan*, sidorna 371-372 (1905).

Föräldrar har gett sina Barn sina egna Karaktärs Stämpel – Föräldrar har gett sina barn sin egen karaktärsstämpel; och om vissa drag utvecklas för kraftigt i ett barn, och ett annat yppar ett annat slags karaktärsdrag, som är motbjudande, vilka kan då vara så ursäktande och vänliga, som föräldrarna? Vilka bör vara lika allvarliga, som de, i att hos barnen uppamma de härliga exempel på karaktärsfasthet, som syntes hos Kristus Jesus?

Mödrar uppfattar inte till fullo sina förmåner och möjligheter. De tycks inte förstå, att de i högsta grad kan vara missionärer, Guds medarbetare, för att bidra till barnens allsidiga sinnelag. Det här är huvudpunkten hos uppgiften, som Gud har gett dem. Modern är Guds redskap, för att göra familjen kristen. – *The Review and Herald*, den 15. september, 1891.

Föräldrarnas Ansvar för Inflytandet före Födelsen – Den första, stora målsättningen att uppnå i barns formande, är fysikens sundhet, varigenom vägen röjs i stor omfattning för mental och moralisk fostran. Kroppens och moralens hälsa är nära förbunden. Vilken enorm tyngd av

ansvar vilar på föräldrarna, när vi betänker, att den inriktning de följer före deras barns födelse har väldigt mycket att göra med deras karaktärens utveckling efter födelsen. – *Healthful Living*, sidan 32, 1865 (Del 2). (*Utvalda Budskap*, Band 2, sidan 426.)

Vad göra? – Föräldrar kan ha överfört sin benägenhet till begär och lidelser till sina barn, vilket kommer att göra arbetet med att uppfostra och undervisa dem till sträng avhållsamhet och till rena och riktiga vanor svårare. Om lusten till ohälsosam mat, stimulanser och narkotika har överförts till dem som ett arv från deras föräldrar, vilar det ett fruktansvärt stort ansvar på föräldrarna när det gäller att motarbeta de dåliga tendenser, som de har fört vidare till sina barn. Hur seriöst och flitigt bör inte föräldrarna arbeta för att i tro och hopp göra sin plikt för sina olyckliga barn. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidorna 567-568 (1875).

Räkenskapens Dag för Föräldrar – När föräldrar och barn möter den slutliga räkenskapen, vilken scen skall då inte spelas upp! Tusentals barn, som har slavat under aptiten och förnedrande vanor, som har lidit moraliskt skeppsbrott, kommer att stå ansikte mot ansikte med de föräldrar, som har gjort dem till, vad de är. Vilka andra, än föräldrarna kommer att bära detta förfärliga ansvar? Har Herren fördärvat dessa unga? – Oh, nej! Vem har då utfört detta hemska verk? Har inte föräldrarnas synder överförts till barnen i form av förvanskad aptit och lidelse? Och fullbordades inte det olycksaliga verket av dem, som inte präglade dem med det mönster, som Gud har gett? Lika säkert, som att de existerar, kommer dessa föräldrar att få sina liv skärskådade av Gud. – *Christian Temperance and Bible Hygiene*, sidorna 76-77 (1890). (*Grundsatser för Kristen Utbildning*, sidorna 140-141.)

Mer, än mänsklig Vishet behövs – Föräldrar bör komma ihåg att deras barn måste möta de här frestelserna. Till och med innan barnet föds bör man börja förberedelsen som skall hjälpa barnet att kämpa framgångsrikt i kampen mot det onda. – *Hälsa för hela Människan*, sidan 371 (1905).

Lyckliga de, vars Liv återspeglar det Gudomliga – Lyckliga är de föräldrar som i sina liv återspeglar det gudomliga på ett sätt som gör att Guds löften och bud väcker tacksamhet och vördnad hos barnet, föräldrar som genom sin ömhet, rättvisa och sitt tålmod visar barnet Guds kärlek, rättvisa och tålmod, och som genom att lära barnet att älska, lita på och lyda sina föräldrar lär det att älska, lita på och lyda sin Far i himlen.

Föräldrar som ger ett barn en sådan gåva har utrustat det med en skatt som är mer värdefull än all världens rikedom – en skatt som varar lika länge som evigheten. – *Hälsa för hela Människan*, sidorna 375-376 (1905).

Arv och Miljö

Arvets Påverkan – Kom ihåg att de har blivit påverkade av arvsanlag, dåliga kamrater, dåliga omgivningar och felaktiga vanor. Är det då underligt att många blivit moraliskt fördärvade under sådana inflytanden? Är det då underligt att de är tröga att ta vara på den hjälp vi försöker ge dem för att dra upp dem? – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 168 (1905).

Barn ärver ofta Böjelser – I allmänhet ärver barnen sina föräldrars anlag och böjelser samt följer deras exempel, så att föräldrarnas synder utövas av barnen från släkte till släkte. Sålunda framträdde Hams låghet och vanvördnad åter hos hans efterkommande och bragte förbannelse över dem under flera mansåldrar...

Å andra sidan, hur rikt Sems aktning för sin far blev belönad, och vilken ryktbar linje av heliga män visar sig bland hans efterkommande! – *Patriarker och Profeter*, sidan 118 (1890).

Mödrar bör studera, hur Egenskaper ärvs – Om mödrar under svunna tidsåldrar hade lärt sig om kroppens lagar, skulle de ha insett, att deras fysiska hälsa, liksom tillståndet hos deras moral och sinnesförmögenheter, till stor del skulle ha avspeglats i deras avkomma. Deras okunnighet i ämnet, vilket inbegriper så mycket, har varit kriminell. – *Healthful Living*, sidan 37, 1865 (Del 2). (*Utvalda Budskap*, Band 2, sidan 431.)

Sjukdom överförs från Föräldrar till Barn – Allt sedan syndafallet, har vårt släktes riktning ständigt varit nedåt. Sjukdom har gått från föräldrar till barn, i släktled efter släktled. Till och med nyfödda i vaggan lider av anféktelser orsakade genom föräldrarnas synder.

Mose, som var den förste historikern, tecknar en tydlig bild av samhällslivet och den enskildes erfarenhet under tidig världshistoria, men vi finner inget omtalande av dem, som föddes blinda, döva, krymplingar, eller imbecilla. Inte ett enda exempel ges på naturlig död hos spädbarn, småbarn eller unga vuxna... Att en son dog före fadern, var en så stor sällsynthet, att en dylik tilldragelse ansågs

vara värd en notering: ”Haran dog hos sin fader Tera”. {Första Moseboken 11:28.} Med få undantag, levde patriarkerna, från Adam till Noa, i nästan tusen år. Sedan dess har det genomsnittliga livets längd minskat.

Vid tiden för Kristi första ankomst hade släktet försvagats så kraftigt, att inte bara de gamla, utan även de medelålders och de unga fördes från varje stad till Frälsaren, för att de skulle botas från sina åkommor. – *Christian Temperance and Bible Hygiene*, sidorna 7-8 (1890). (*Counsels on Diet and Foods*, sidorna 117-118.)

Barnen bör undvika sina Föräldrars fula Ovanor – Sjukdom kommer aldrig utan en orsak. Vägen förbereds och sjukdomen bjuds in genom att man inte bryr sig om att följa hälsolagarna. Många lider på grund av sina föräldrars överträdelse. Även om de inte är ansvariga för vad föräldrarna har gjort, är det ändå deras skyldighet att ta reda på vad som är överträdelse av hälsolagarna och vad som inte är det. De borde undvika att följa sina föräldrars dåliga vanor, och skaffa sig ett bättre utgångsläge genom att leva hälsosamt. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 234 (1905).

Anförvanternas Synder fyller Världen med Sjukdom – Våra anförvanter har överlämnat åt oss vanor och en aptit, som fyller världen med sjukdom. Föräldrarnas synder, genom en förvänd aptit, drabbar barnen i tredje och fjärde släktledet. Många släktleds usla matvanor, människornas frossande och själveftergivenhet fyller fattigstugorna, fångelserna och sinnessjukhusen. Vanan vid drickandet av te och kaffe, vin, öl, rom och konjak och bruket av tobak, opium och annan narkotika har utmynnat i svår mental och kroppslig nedgång, och denna nedgång ökar stadigt. – *The Review and Herald*, den 29. juli, 1884. (*Counsels on Health*, sidan 49.)

Nedärvd Aptit på Stimulantia – För mångas vidkommande är det absolut inte tillrådligt att ha vare sig vin eller cider hemma. De har kanske ärvt en viss svaghet för stimulanser och Satan försöker ständigt fresta dem till att pröva alkoholens verkningar. Om de ger efter för frestelsen, blir det svårt för dem att sluta. Törsten kräver att bli tillfredsställd och tillgodoses till deras fördärv. Hjärnan blir förslöad och omtöcknad. Det är inte längre förnuftet som råder utan lusten får fria tyglar. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidorna 356-357 (1885).

Tobakens elaka Verkningar överförs till Barnen – Tobak gör oerhört stor skada bland barn

och ungdomar. Tidigare generationers dåliga vanor påverkar dagens barn och ungdomar. Mental oförmåga, fysisk svaghet, förstörda nerver och onaturliga begär förs i arv från föräldrar till barn. Och när barnen fortsätter med samma vanor så ökar och fortsätter de skadliga följderna. Detta är orsaken, i en inte så liten grad, till det fysiska, mentala och moraliska förfall som blir mer och mer oroväckande i vår tid. – *Hälsa för Hela Människan*, sidorna 328-329 (1905).

Barnen ärver våra Böjelser – Barn ärver böjelser för det onda, men de äger också många sköna karaktärsdrag. Dessa bör stärkas och utvecklas, medan fallenheten för ondska bör nogsamt motas bort och tryckas ned. Barn bör aldrig bli smickrade, ty smicker är liktydigt med gift för dem; i stället bör deras föräldrar visa dem helgad ömsinhet, varigenom de vinner deras förtroende och kärlek. – *The Review and Herald*, den 24. januari, 1907.

Lämpliga Ord av Gillande – Alla de tillfällen då modern kan berömma barnens goda uppförande, bör hon göra det. Hon bör uppmuntra dem med gillande ord och kärleksfulla blickar. Detta kommer att vara som solljus för ett barns hjärta och kommer att odla dess självrespekt och få dess karaktär att blomstra. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidan 532 (1889).

Ett hetsigt Temperament kan gå i Arv – Somliga har ett hetsigt temperament och deras uppfostran i barndomen har inte lärt dem att behärska sig. Med detta hetsiga temperament är ofta kombinerat avund och svartsjuka. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidan 74 (1868).

Satan drar Fördel av nedärvd Svaghet – I vår egen kraft är det omöjligt för oss att tysta ner den fallna naturens pockande krav. Det är också genom dem som Satan kommer att ansätta oss med frestelser. Jesus visste att fienden skulle komma till varje människa för att dra fördel av hennes nedärvda svaghet. Genom sina lögnaktiga antydningar skulle han försöka bedra alla som inte satt sin förtröstan till Gud. Genom att gå den väg som vi måste vandra, har Herren berett en möjlighet för oss att övervinna. Det är inte hans vilja att vi skall befinna oss i underläge i striden med Satan... ”Varen vid gott mod, jag har övervunnit världen.” – Joh. 16:33. – *Vändpunkten*, sidorna 122-123 (1898).

Omvändelsen ändrar på nedärvda Fallenheter – En äkta omvändelse ändrar på nedärvda och uppodlade fallenheter för det onda.

Guds religion är en stark väv, bestående av otaliga trådar, som flätas samman med taktkänsla och skicklighet. Endast den visdom, som kommer från Gud, förmår att göra väven fullständig. Till en början ter sig många sorters tyg lovande, men de består ej provet. De tappar färgen. Färgerna är inte beständiga. Sommarvärmen kommer dem att blekna och försvinna. Tyget tål inga hårda tag. – *Brev 105, 1893. (SDA Bibelkommentar, Band 6, sidan 1101.)*

Inte trälbindas av nedärvda Vanor – Frågan för oss att tänka över, är: Har vi Kristi egenskaper? Ursäkter är värdelösa. Alla omständigheter, alla lustar och lidelser, skall tjäna en gudfruktig människa, icke härska över henne. Den kristne skall icke trälbindas av några nedärvda eller uppammade vanor eller böjelser. – *Special Testimonies, Serie A, Band 9, sidan 56, 1897. (Vittnesbörd för Predikanter och Bibelarbetare, sidan 421.)*

Änglar bidrar till dessa Fallenheters Nedkämpande – Änglar närvarar alltid, där de bäst behövs. De är med dem, som har de svåraste slagen att utkämpa, med dem, som måste strida mot böjelser och nedärvda fallenheter, vars hemmiljö är ytterst nedslående. – *The Review and Herald, den 16. april, 1895. (My Life Today, sidan 303.)*

Tron renar nedärvd Ofullkomlighet – De, som genom en förståndsmässig förståelse av Skrifterna, ser rätt på korset, de som uppriktigt tror på Jesus, har en säker grund för sin tro. De har den tro, som är verksam genom kärlek och renar själen från alla dess nedärvda och omhuldade brister. – *Vittnesbörd för Församlingen, Band 6, sidan 238 (1900).*

Miljöns vidsträckta Verkningar – Vi lever omgivna av sataniskt häxeri. Fienden spinner en väv av utsvävningar omkring varje själ, som inte är barrikerad genom Kristi nåd. Frestelser skall komma; men om vi är vaksamma mot fienden och bevarar vår balans i form av självbehärskning och renhet, kommer de förledande andarna inte att ha något inflytande över oss. De, som inte utsätter sig självmant för frestelse, kommer att ha kraft att stå emot i frestelsens stund, men de, som frivilligt vistas i en atmosfär av ondska, kommer bara att ha sig själva att skylla, om de besegras och ger upp sin fasthet. I framtiden kommer vi att se det kloka i varningar mot förförande andar. Då kommer kraften hos Kristi ord att framträda: ”Var alltså fullkomliga, såsom er Fader i himlen är fullkomlig” (Matteusevangeliet 5:48). – *Counsels*

to Parents, Teachers, and Students, sidan 257 (1913).

Lots Döttrar förstördes genom usel Miljö – Lot stannade bara kort tid i Soar. Ondskan härskade där såsom i Sodom, och han vågade inte stanna i staden, ty han fruktade, att den skulle ödeläggas. Soar förintades inte långt efteråt, såsom Gud hade beslutat. Lot begav sig till bergsbygden, där han bodde i en grotta och var berövad allt, för vars skull han hade utsatt sin familj för en ogudaktig stads inflytande. Men Sodoms förbannelse följde honom även hit. Hans döttrars syndiga uppförande var följden av det dåliga sällskap, som de hade haft i den fördärvade staden. Dess moraliska fördärv hade blivit så inmejslat i deras karaktär, att de inte kunde skilja mellan gott och ont. Lots enda avkomlingar, moabiterna och ammoniterna, var nedriga, avgudadyrkande stammar, som satte sig upp mot Gud och hyste en bitter fiendskap till Hans folk. – *Patriarker och Profeter, sidan 168 (1890).*

Sky dåligt Sällskap – Få inser vikten av att undvika, så långt det är möjligt, allt samröre med det som är skadligt för det andliga livet. När de väljer sin omgivning är det få som sätter sin andliga välfärd i första rummet.

Föräldrar flockas med sina familjer till städerna, därför att de inbillar sig att det är lättare att försörja sig där än på landet. Barnen som inte har någonting att göra när de inte är i skolan, får sin ”uppfostran” på gatan. Av dåliga kamrater lär de sig syndiga och utsvävande vanor. Föräldrarna ser allt detta, men det krävs en uppoffring av dem för att rätta till sitt misstag, och de stannar där de är tills Satan får full kontroll över deras barn. Det är bättre att offra vad som helst med världslig betydelse, än att riskera de dyrbara själar som har anförtrotts i er vård. – *Vittnesbörd för Församlingen, Band 5, sidan 232 (1882).*

Uppehåll Dig i Himmels Atmosfär – Det är meningen, att vi skall vägledas av äkta teologi och sunt förnuft. Våra själar skall omges av himmels atmosfär. Män och kvinnor skall noga akta sig; de måste ständigt vara vaksamma, varigenom de inte tillåter ett enda ord eller en enda handling, som skulle orsaka klander av deras goda sidor. Den, som bekänner sig vara en Kristi efterföljare, skall hålla sig ren och ofläckad i tanke, ord och handling. Personens inflytande på andra skall vara upplyftande. Vederbörandes liv skall återspegla Rättfärdighetens Sols klara strålar. – *Counsels to Parents, Teachers, and Students, sidorna 257-258 (1913).*

Barndomens Intryck avgör ens Öde – Vid späda ålder blir barn mottagliga för upplösande intryck, ändå tycks inte bekännande kristna föräldrar märka av det onda hos sin uppfostran. Oh, att de skulle förstå, att de intryck, som ett barn erhåller under sina första år, starkt påverkar karaktären och gestaltar dess öde, antingen för evigt liv eller evig död! Barn är mottagliga för moraliska och andliga intryck, och klokt uppfostrade unga må ta miste emellanåt, men de kommer inte att avvika långt från den rätta vägen. – *The Signs of the Times*, den 16. april, 1896. (*Child Guidance*, sidan 198.)

Föräldrarna till stor Del ansvariga – Föräldrarna är i hög grad ansvariga för den form deras barns karaktär får. De borde eftersträva symmetri och dimensioner. Det finns några få välbalanserade människor, eftersom föräldrarna har varit fruktansvärt försumliga när det gäller att stimulera svaga drag och undertrycka de felaktiga. De kommer inte ihåg, att den mest högtidliga uppgiften att övervaka varje barns tendenser har lagts på dem och att det är deras plikt att uppfostra sina barn till riktiga vanor och rätt tänkesätt. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidan 319 (1885).

Börja från första Början – Föräldrarna måste inleda arbetet med barnet i dess yngsta dagar, för att karaktären skall ta emot rätt intryck, innan världen sätter sin stämpel på sinne och hjärta. – *The Review and Herald*, den 30. augusti, 1881. (*Child Guidance*, sidan 193.)

De tre första Åren är ack så viktiga! – Mödrar, se till, att Ni får bli på Era barn under deras tre första levnadsår. Låt dem inte få sin vilja igenom. Modern måste tänka åt sitt barn. De tre första åren är den tid, varunder den unga plantan skall tuktas. Mödrar bör förstå, hur viktig den här perioden är. Det är då, som grunden läggs. – *Manuskript* 64, 1899. (*Child Guidance*, sidan 194.)

De sju första Åren inverkar starkt på Karaktärsdanningen – Barns tidiga uppfostran går inte att betona för mycket. Barnets lärdomar under sina sju första levnadsår påverkar sinnelagets utformning mer, än allt annat, som det lär sig under senare år. – *Manuskript* 2, 1903. (*Child Guidance*, sidan 193.)

De första Lärdomarna blir sällan glömda – Vare sig nyfödda, barn eller unga borde få höra ett otåligt ord från far, mor eller någon annan i hushållet; ty de tar emot intryck väldigt tidigt i livet, och det, som föräldrarna gör dem till i dag, kommer de att vara i morgon, och i övermorgon

och dagen därpå. De första lärdomar, som fästs i barnets sinne, blir sällan glömda...

Tidigt på hjärtat gjorda intryck märks längre fram i livet. De må ligga begravda, men de suddas sällan ut. – *Manuskript* 57, 1897. (*Child Guidance*, sidorna 193-194.)

Tidig kroppslig Utveckling – Under ett barns sex till sju första års levnad bör tyngdpunkten ligga på dess kroppsliga utveckling, snarare än på dess intellektuella. Om barnets kroppsliga skick efter denna period är gott, bör bådaddera skänkas uppmärksamhet. De tidigaste åren omfattar de sex eller sju första. Under denna tid bör barnen släppas lösa likt små lamm, fria att ströva omkring i bostaden och utomhus, i sin andes livlighet, skutta och hoppa, fria från omsorger och bekymmer.

Föräldrarna, i synnerhet mödrarna, bör vara dessa smås enda lärare. De bör inte använda böcker som hjälpmedel. Barn brukar vara ivriga, att lära sig saker och ting i naturen. De ställer frågor om sådant, som de ser och hör, och föräldrarna bör ta tillfället i akt, att undervisa och tålmodigt besvara dessa enkla frågor. På så vis kan de gäcka fienden och befästa sina barns sinnen, genom att så sund säd i deras hjärtan, varigenom ondskan inte får utrymme för sina rötter. En kärleksfulls mors undervisning behövs av barnen i tidiga år för karaktärens framväxt. – *Healthful Living*, sidan 44 (Del 2) . (*Utvalda Budskap*, Band 2, sidan 437.)

Särskild Omsorg om det första Barnet – Särskilt det första barnet bör fostras med stor omsorg, ty det kommer att fostra sina syskon. Barn tar åt sig omgivningens inflytande. Om de fostras av sådana, som är skråniga och stökiga, blir de själva skråniga och nästan outhärdliga. – *Manuskript* 64, 1899. (*Child Guidance*, sidan 27.)

Olika Miljöer för olika Barn – Det förekommer en del barn, som behöver mera tålmodig fostran och älskvärt bemötande, än andra. Som arv har de mottagit nedslående karaktärsdrag, och därför behöver de mer sympati och kärlek. Genom ihärdigt arbete går det att bereda dessa irrande unga för en plats i Mästarens verksamhet. De må äga outvecklade krafter, som när de har väckts kommer att låta dem fullgöra uppgifter betydligt svårare, än sådana förverkligade av dem, som man har väntat sig mycket av. – *Counsels to Parents, Teachers, and Students*, sidorna 115-116 (1913).

Vanor överges sällan längre fram i Livet – Det, som barnet ser och hör, ristar djupa fåror i dess ömtåliga sinne, som inga omständigheter längre fram i livet helt kan radera. Vid den här tiden tar intellektet form och ges riktning och kraft åt känslorna. Upprepade handlingar av visst slag blir till vanor. Senare kan dessa förändras genom ihärdiga åtgärder, men blir sällan förändrade. – *Good Health*, januari, 1880. (*Child Guidance*, sidorna 199-200.)

Vänlighetens helande Balsam – Under inflytandet från ödmjukhet, vänlighet och saktmod alstras en stämning, som helar och inte förstör. – *Brev 320*, 1906 (*My Life Today*, sidan 152.)

Trygghet i Hemmet

Mänsklig Kärlek skall bygga på gudomlig Kärlek – Det är bara i Kristus som man tryggt kan gå in i ett äktenskapsförbund. Mänsklig kärlek borde knyta sina innerligaste band med gudomlig kärlek. [Se sektion V, "Livets Kraftkälla".] Bara där Kristus får regera kan det finnas en djup och sann osjälvisk kärlek. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 358 (1905).

Att uppnå Guds Ideal – Män och kvinnor kan nå det ideal Gud har för dem om de låter Kristus få vara deras hjälpare. Det som mänsklig vishet inte kan göra, det kommer hans nåd att göra för dem som överlämnar sig åt honom i kärleksfull förtröstan. Genom hans försyn kan hjärtan förenas med band som har himmelskt ursprung. Kärleken kommer då inte bara att bestå av lena och smickrande ord. Den himmelska vävstolen väver ett tyg som är finare, men ändå starkare, än vad någon jordisk vävstol kan väva. Resultatet blir inte ett skört tyg, utan ett material som håller för nötningar, påfrestningar och svåra prov. Hjärta kommer att knytas till hjärta med kärlekens gyllene band som aldrig kommer att brista. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 310 (1905).

Väg varje Känsloyttring, när Ni planerar att gifta Er – De som planerar att gifta sig bör väga varje känsloyttring och lägga märke till varje karaktärsdrag hos den som de tänker dela sitt livsöde med. Låt varje steg i riktning mot ett äktenskap tas med anständighet, enkelhet, uppriktighet och en fast beslutsamhet att behaga Gud och ära honom. Äktenskapet får konsekvenser både för det här livet och för evigheten. En uppriktig kristen kommer inte att göra upp några planer som inte Gud kan

godkänna. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 307 (1905).

Den verkliga Föreningen innebär flera Års Arbete – Även om man har varit försiktig och förnuftig när man har gått in i äktenskapet, är det få äkta par som är fullständigt förenade när bröllopsceremonin är över. Den verkliga föreningen av de två är ett arbete för de kommande åren. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 308 (1905).

Fantasins Romantik försvinner – När det verkliga livet med sina bördor av bekymmer och svårigheter möter de nygifta, försvinner den romantik som fantasin så ofta omger äktenskapet med. Mannen och hustrun lär känna varandras karaktärer på ett sätt som inte var möjligt före äktenskapet. Detta är en mycket kritisk period i deras liv tillsammans. Hela deras framtida lycka och användbarhet hänger på om de nu följer en rätt kurs. Ofta upptäcker de svagheter och brister hos varandra som de inte förväntade sig att få se, men hjärtan som är förenade i kärlek kommer också att upptäcka utmärkta egenskaper som de inte såg tidigare. Alla bör försöka upptäcka goda egenskaper i stället för brister. Ofta är det vår egen inställning och den atmosfär som omger oss, som bestämmer vad som kommer att uppenbaras för oss hos den andre.

Det är många som anser att det är en svaghet att uttrycka sin kärlek, och därför intar de en reserverad attityd som stöter bort andra människor. En sådan anda stänger dörren för all sympati. När de sällskapliga och generösa impulserna hålls tillbaka, vissnar de bort och hjärtat blir ödsligt och kallt. Vi bör akta oss för att göra denna missbedömning. Kärleken kan inte leva länge om den inte får komma till uttryck. Låt inte den vars hjärta är knutet till dig svälta av brist på vänlighet och sympati. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 308 (1905).

Kärleken stimulerar till ädlare Målsättningar – Båda bör ge kärlek, i stället för att kräva att få den. Utveckla det bästa i er själva och var snabba att uppskatta den andres goda egenskaper. Förvisningen om att man är uppskattad ger stor inspiration och tillfredsställelse. Förståelse och respekt uppmuntrar oss i vår strävan att förkovra oss, och kärleken själv växer när den stimulerar till ädlare målsättningar. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 309 (1905).

Individualiteten skall inte gå upp i den andres – Varken mannen eller hustrun bör låta sin

individualitet gå upp i den andres. Båda har ett personligt förhållande till Gud. De bör båda fråga honom: "Vad är rätt?" "Vad är fel?" "Hur skall jag bäst kunna förverkliga syftet med mitt liv?" Låt er djupaste kärlek strömma ut mot honom som gav sitt liv för er. Låt Kristus vara den förste, den siste och den bäste i allt. När er kärlek till honom blir djupare och starkare, kommer den kärlek ni har till varandra att bli renare och starkare. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 309 (1905).

Vi har vår egen individualitet, och hustruns individualitet skall aldrig uppslukas av mannens. Gud är vår Skapare. Vi tillhör Honom genom skapelsen och genom återlösningen. Vi bör undersöka, hur mycket vi kan betala åter till Gud, ty Han skänker oss den moraliska kraften, Han skänker oss verkningsgraden, Han skänker oss intellektet; och Han vill, att vi skall göra det bästa av dessa dyrbara gåvor för Hans namns ära. – *Manuskript 12*, 1895.

Fullständig Underkastelse bara under Jesus – Gud vill, att alla hustrur skall frukta och älska Honom. Fullständig underkastelse skall bara ske under Jesus Kristus, som skapade oss alla till Sina barn för ett oändligt pris, nämligen Sitt eget liv... Hennes personlighet får inte uppgå i mannens, ty hon är Kristi egendom. – *Brev 18b*, 1891 (*Det adventistiska Hemmet*, sidan 86.)

Tanken, att Äktenskapet är ett Misstag, skall inte ges Rum – Även om svårigheter, villrådighet och missmod kan komma, bör varken mannen eller hustrun ge rum för tanken att deras äktenskap är ett misstag eller en besvikelse. Bestäm er för att vara allt ni kan vara för varandra. Fortsätt att visa varandra samma uppmärksamhet som ni gjorde i början. Uppmuntra varandra på allt sätt att kämpa livets kamp. Ta reda på vad ni kan göra för att öka varandras lycka. Visa varandra ömsesidig kärlek och ömsesidig fördragsamhet. Då kommer äktenskapet att bli början till kärleken, i stället för att vara slutet på den. Den värme som kommer av sann vänskap och den kärlek som binder hjärta till hjärta, är en försmak av himlens glädje. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 309 (1905).

Förståndet skall behärska Förhållandet – De, som betraktar äktenskapsförhållandet som en av Guds heliga inrättningar, värnat genom Hans heliga påbud, låter sig styras av förståndets krav. De begrundar ingående följderna av varje förmån, som den äktenskapliga tillvaron garanterar. Vederbörande menar, att deras barn är kostbara ädelstenar anförtrodda åt deras vård av Gud, att disciplin skall avlägsna den hårda ytan från deras natur, så att lystern framträder. De menar sig stå

under den allvarligaste förpliktelse, att så gestalta sina sinnelag, att de gör gott här i livet, välsignar andra med sitt liv, och att världen blir bättre tack vare deras tid i den, och att de slutligen blir gjorda passande för det högre livet, den bättre världen, där de strålar i närvaro av Gud och Lammet för alltid. – *Healthful Living*, sidan 48, 1865 (Del 2).

En väl organiserad Familj – Familjen skall först vara väl organiserad. Fadern och modern borde tillsammans överväga sitt ansvar. Tillsammans skall de arbeta för sina barns allra bästa. Det får inte lov att finnas någon motsättning mellan dem. De skulle aldrig i barnens närvaro kritisera varandras planer eller ifrågasätta varandras omdöme. Om hustrun är oerfaren, borde hon försöka förstå, på vilket sätt hennes arbetsinsats försvårar hennes makes arbete, när han arbetar för deras barns frälsning. Och mannen skulle stötta sin hustru genom att ge henne goda råd och kärleksfull uppmuntran. – *The Review and Herald*, den 8. juli, 1902.

Föräldrarna måste styra sig själva – Föräldrar, som framgångsrikt styr sina familjer, måste först styra sig själva. Om de önskar idel trevliga ord i sina familjer, måste de se till, att barnen hör idel trevliga ord ur mors och fars munnar. En bestämd skörd följer på såendet av en bestämd säd. Föräldrarna har ett allvarsmättat, heligt arbete att utföra, för att genom påbud och gott föredöme fostra sina barn. De är förpliktade mot Gud, att inför Honom ställa fram sina barn i späd ålder, fostrade till att ta emot förståndsmässig kunskap om, vad som menas med, att vara en Jesu Kristi efterföljare. Om sådana, som säger sig vara bibliska kristna, har barn, som inte fruktar eller älskar Gud, beror det i de flesta fall på, att föräldrarna har föregått med felaktigt exempel. Fördärvad, oäkta säd har såtts, och den har åstadkommit en skörd av nässlor och törnen. – *Manuskript 59*, 1900.

Vänliga Ord och Leenden i Familjen – Det är inte bara vår förmån, utan vår skyldighet, att uppamma vänlighet, att äga Kristi frid i hjärtat och att, som fridsstiftare och Kristi efterföljare, sprida dyrbar säd, som ger det eviga livets skörd. Bekännande Kristi anhängare må ha många goda och användbara sidor; men deras sinnelag tar allvarlig skada av ett ovänligt, vresigt, felfinnande, hårt dömande temperament. En make eller maka, som är misstänksam och misstrogen, skapar split och splittring i hemmet. Ingendera av dem bör reservera sina vänliga ord och leenden åt främlingar allena, och ge prov på retlighet hemmavid, för då fördrivs friden och fröjden. – *Brev 34*, 1894 (*Our High Calling*, sidan 179.)

Vulgärt Tal skall undvikas – Fäder och mödrar, äkta män och fruar, jag bönfaller Er, hänge Er inte åt elakt tänkande och vulgärt tal. Ohyfsade ord, billiga skämt, brist på artighet i familjelivet lämnar ett intryck på personen, och om detta upprepas ofta, blir det en del av vederbörande. Hemmet är en alltför helig plats, för att den skall förorenas genom vulgäritet, sinnlighet och anklagelser. Det finns ett Vittne, som tillkännager: ”Jag känner dina gärningar.” {Uppenbarelseboken 3:8.} Se till, att odla plantorna kärlek, sanning, vänlighet och förbarmande i hjärtats trädgård. – *Brev 18b, 1891*

Uppvisa aldrig Oförskämndhet eller Ovänlighet – Visar Du aldrig oförskämndhet, ovänlighet och brist på artighet i familjekretsen? Om Du förvisso ger prov på ovänlighet i Ditt hem, överträder Du Guds bud, oavsett Din fina bekännelse till kristendomen. – *The Review and Herald, den 29. mars, 1892.*

Vänner skall inte lägga sig i Familjens Göranden (råd till en ung man) – Hemmakretsen bör betraktas som en helig plats, en bild på himmelriket, en spegel, som vi skådar oss i. Vi kan ha vänner och bekanta, men de skall inte lägga sig i våra göranden i familjen. Vi bör förnimma en stark känsla av ägarskap, som inger en känsla av frid, vila, förtröstan.

Men Ditt umgänge med andra kvinnor och flickor har utgjort en källa till frestelse för dem, varigenom de har kommit att ta sig friheter och korsa den gränslinje, som äktenskapet drar i sanden för varje man och kvinna. Du har själv inte märkt det, men Din kärlek till nöjen och den anda Du har uppmuntrat till, har inte övertygat andra om äktenskapets helgd.

Familjeliv i praktiken utgör det stora karaktärspövet. Genom sin ömsinta omtanke i hemmet, genom utövandet av tålmod, vänlighet och kärlek formar en man sitt sinnelag, sin karaktär. – *Brev 17, 1895*

Hustrur längtar efter kärleksfulla Ord – Många kvinnor längtar efter kärleksfulla och vänliga ord, samt efter den enkla uppmärksamhet och artighet, som deras män är skyldiga dem, eftersom de har valt ut dem till livsledsagarinnor. Hur mycket bekymmer och vilken tidvattenvåg av ve och olycka, som skulle undvikas, i fall både män och kvinnor skulle fortsätta, att uppodla den aktning, uppmärksamhet och vänliga, uppskattande ord samt små enkla trevligheter, som en gång höll kärleken vid liv och som de

ansåg var nödvändiga, för att vinna motpartens hand.

Om maken och maken bara ville fortsätta, att uppodla de små åtbörder, som livnär kärleken, skulle de trivas i varandras sällskap och skulle utöva ett helgande inflytande över sina familjer. De skulle äga en liten lycklig värld på insidan och skulle inte vilja gå utanför den världen, för att finna nya lockelser och nya föremål för sin kärlek. Mången hustru har insjuknat och dött i förtid på grund av frånvaron av uppmuntrande, medkännande ord och kärlek uttryckt i vänliga hågkomster och i ord. – *Brev 27, 1872.*

Maken kan sluta till Dörren för Sjukdom – Maken borde visa stort intresse för sin familj. Särskilt borde han vara mycket mån om en svag hustrus känslor. Han kan stänga ute mycket sjukdom. Vänliga, glada och uppmuntrande ord kommer att visa sig vara effektivare än de starkaste läkemedel. Dessa ger mod till den missmodigas och bedrövades hjärta, och den lycka och det solsken som kommer in i familjen genom vänliga handlingar och uppmuntrande ord kommer att betala sig tiofalt.

Maken borde komma ihåg att mycket av ansvaret för att fostra barnen vilar på modern, att hon har stort inflytande när det gäller att forma barnens sinnen. Detta borde locka fram hans varmaste känslor och med omtanke borde han lätta hennes bördor. Han borde uppmuntra henne att förlita sig på hans stora kärlek och rikta hennes tankar mot himmelen, där det finns kraft och frid och slutlig vila för den som är trött.

Han borde inte komma hem nedtyngd av bekymmer, utan borde med sin närvaro föra solsken in i familjen, och uppmuntra sin hustru att se uppåt och lita på Gud. Tillsammans kan de göra anspråk på Guds löften och låta familjen ta del av Hans rika välsignelser. Ovänlighet, klagan och vrede utestänger Jesus från hemmet. Jag såg att Guds änglar kommer att fly från ett hem där det är ovänliga ord, retlighet och bråk. – *Vittnesbörd för Församlingen, Band 1, sidorna 306-307 (1862).*

Mannen är Hushållets Överhuvud – Maken och fadern är familjens överhuvud. Hustrun ser upp till honom för att få kärlek och sympati och hjälp i uppfostran av barnen, och så bör det också vara. Barnen är hans lika mycket som hennes, och han är lika intresserad som hon av att de skall ha det bra. Barnen ser upp till sin far för att få stöd och vägledning. Han behöver ha en rätt uppfattning om livet och om de inflytanden och det umgänge som bör omge hans familj. Framför

allt bör han styras av kärlek och gudsfruktan och av undervisningen i Guds ord, så att han kan leda sina barn på rätt väg. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 339 (1905).

Hustrun en, ”som kan vara till Hjälp” åt Mannen – Gud Själv gav Adam en följeslagerska. Han skaffade honom en, ”som kunde vara honom till hjälp” – en, som var danad till, att vara hans följeslagerska och som kunde vara ett med honom i kärlek och deltagande. Eva skapades av ett revben, som togs från Adams sida. Det betydde icke, att hon, som hans överhuvud, skulle behärska honom. Ej heller innebar det, att hon skulle behandlas med förakt, som om hon vore honom långt underlägsen. Nej, hon skulle stå vid hans sida som en jämlike, för att älskas och beskyddas av honom. Som en del av mannen, ben av hans ben och kött av hans kött, var hon hans andra jag. Det visade på den innerliga förening och ömma tillgivenhet, som borde förekomma i detta förhållande. – *Patriarker och Profeter*, sidan 37 (1890).

Så skapas det Frid i Familjekretsen – Om mannen har en ädel karaktär, ett rent hjärta och ett upplyst sinne – egenskaper som det är alla kristnas privilegium att äga – kommer det att visa sig i förhållande till hans hustru... Han kommer att försöka bevara hennes hälsa och livsmod, vinnlägga sig om att tala tröstande ord och skapa en fridsam atmosfär i hemmet. – *Manuskript 17*, 1891. (*Det adventistiska Hemmet*, sidan 228.)

Alla äkta män borde studera mönstret och försöka förstå betydelsen av symbolen med Kristus och församlingen, så som det framställs i brevet till efesierna. Mannen skall representera Kristus i familjen. Vill han fylla detta heliga ansvar och alltid dra hustrun och barnen närmare Gud? Vill han omge sig med en ren och upplyftande atmosfär? Vill han inte vara lika uthållig med att älska fram Jesu kärlek som en ständig princip i hemmet, som han vill framhäva sin egen auktoritet? – *Manuskript 17*, 1891. (*Det adventistiska Hemmet*, sidan 117.)

Äkta Mannen skall inte ständigt hålla på sin Rätt – Det är inte ett tecken på manlighet, att den äkta mannen ständigt håller på sin rätt att vara överhuvud för familjen. Han vinner inte respekt genom att citera Skriften i tid och otid för att bevisa sin auktoritet. Det är varken värdigt eller manligt att kräva att hustrun, modern till hans barn, skall foga sig efter hans vilja i allting, som om han inte kunde ta fel.

Gud har bestämt, att mannen skall vara kvinnans överhuvud för att han skall beskydda henne. Han är familjens ledare för att han skall binda samman de enskilda medlemmarna, på samma sätt som Kristus är huvudet för församlingen och innesluter alla i Sin kärlek och frälsande makt. Alla äkta män, som vill vara Kristi efterföljare och som uppger sig älska Gud, bör grundligt sätta sig in i vad Hans ord lär på detta viktiga område. Kristus utövar sin auktoritet på ett vist och klokt sätt, med mildhet och omtanke. Så skall mannen utöva sin auktoritet och följa i Hans fotspår, som är huvudet för församlingen. – *Brev 18b*, 1891 (*Det adventistiska Hemmet*, sidan 161.)

Hustrun skall glatt hjälpa Mannen, att upprätthålla Värdigheten – Jag har också blivit visad att det ofta finns stora brister hos hustrun. Hon gör inga stora ansträngningar för att behärska sitt eget sinne och göra hemmet lyckligt. Hon är ofta retlig och klagar utan orsak. Maken kommer hem från sitt arbete, trött och bekymrad, och möter en dyster uppsyn i stället för glada och uppmuntrande ord. Han är bara människa, och hans känslor för hustrun försvagas, han förlorar kärleken till hemmet, hans väg förmörkas och han tappar modet. Han förlorar sin självaktning och den värdighet som Gud fordrar att han ska upprätthålla.

Maken är familjens huvud, liksom Kristus är församlingens huvud. Allt som hustrun gör för att minska hans inflytande och ta honom ner från den värdiga och ansvarsfyllda ställningen, misshagar Gud. Det är hustruns plikt att låta sina önsknings och sin vilja underordnas sin make. Båda borde underordna sig varandra, men Guds ord ger makens omdöme företräde. Det minskar inte hustruns värdighet, att underordna sig den man hon valt som sin ledare, rådgivare och beskyddare. Maken borde upprätthålla sin ställning i familjen med all ödmjukhet, men ändå beslutsamt. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 1, sidorna 307-308 (1862).

Människan är ett sällskapligt Väsen – Han såg, att varje djur hade fått en medhjälpare, en partner, men ”han fann inte någon som kunde vara honom till hjälp.” Och ”Gud sade: ’Det är inte bra att mannen är ensam. Jag skall ge honom någon som kan vara honom till hjälp.’” Människan skapades inte till att vistas i ensamhet, utan hon skulle bli ett sällskapligt väsen. De sköna scenerna och de behagliga sysselsättningarna i Eden skulle inte ha kunnat göra människan fullkomligt lycklig, om hon ej hade haft sällskap. Inte ens samvaron med änglarna kunde ha tillfredsställt hennes längtan efter sympati och umgänge med

jämlikar. Det fanns ingen av samma natur, som hon kunde älska, och av vilken hon kunde bli älskad tillbaka. – *Patriarker och Profeter*, sidan 37 (1890).

Bara Guds Ande möjliggör Samklang i Hemmet – Utan att Guds Ande får genomsyra våra liv, kommer det aldrig att bli verklig frid och gemenskap i familjen. En hustru som har Kristi Ande, kommer att vara försiktig med vad hon säger. Hon kommer att behärska sitt sinne och vara respektfull, utan att uppfatta sig själv som en slav, utan i stället som mannens livskamrat. Om mannen tjänar Gud av uppriktigt hjärta, kommer han inte att vilja härska över sin hustru. Han kommer aldrig att handla självsvåldigt eller vara sträng. Vi kan inte ägna för mycket eftertanke åt atmosfären i hemmet, ty ett hem där den Helige Ande är närvarande, är en förebild för himlen. – *Brev 18b, 1891 (Det adventistiska Hemmet, sidan 118.)*

Den inte Kretsen viktigast – Vi skall använda alla våra krafter för Kristus. Var och en av oss är skyldig Gud det. När han uppnår ett förhållande till Kristus, återvänder den pånyttfödde blott till sin bestämda relation till Gud. Han företräder Kristus, och han skall alltid be och vara vaksam. Han är omgiven av plikter, till höger och vänster. Hans första plikt gäller barnen och den närmaste släkten. Ingenting ursäktar honom från, att försumma den inte kretsen till förmån för den större, yttre kretsen.

På den stora räkenskapens dag kommer fäder och mödrar att avkrävas ansvar för sina barn. Föräldrar kommer att frågas, vad de gjort och sagt, för att säkra frälsningen av de själar, som de åtagit sig, att bringa till världen. Försummade de sina lamm, lämnade de dem i främlingars omvårdnad? Fäder och mödrar, låter Ni Era barn växa upp i orenhet och synd? Mycket gott utträttat för andra avlägsnar inte Er plikt inför Gud, att måna om Era barn. Familjens andliga välfärd kommer före allt annat. Ta med dem till korset på Golgata, kämpa för dem likt dem, som måste avlägga räkenskap. – *Manuskript 56, 1899.*

Inflytandet från Föräldrarna

Behärskad av gudomliga Grundregler – På föräldrarna vilar den synnerligen allvarsmättade skyldigheten, att uppfostra sina barn i vördnad för och kärlek till Gud. I hemmet skall den renaste moral bibehållas. Sträng åtljudnad för Bibelns

fordringar skall läras ut. Lärdomarna i Guds Ord skall behärska sinne och hjärta hos familjens medlemmar, så att de kan ge prov på kraften hos Guds nåd. Alla medlemmar av hushållet skall vara som ”uthuggna för palats” (Psaltaren 144:12) tack vare de gudomliga principerna och föreskrifterna. – *The Review and Herald*, den 10. november, 1904.

Föräldrar behöver förstå sina Barn – Föräldrar borde inte glömma bort sin egen barndom, hur mycket de längtade efter sympati och kärlek, hur olyckliga de kände sig när de blev klandrade eller någon skällde på dem. De borde bli unga igen i sina känslor och tankemässigt sänka sig till barnens nivå för att förstå deras behov. Ändå ska de med beslutsamhet blandad med kärlek, fordra att deras barn lyder dem. Barn bör alltid göra som deras föräldrar säger, utan att opponera sig. – *Vittnesbörd för Församlingen, Band 1, sidan 388 (1863).*

Gud har utsett en Stig – Guds änglar vakar över barnen med djupaste intresse, för att se vilken karaktär de utvecklar. Om Kristus skulle behandla oss på samma sätt som vi ofta behandlar varandra och våra barn, skulle vi stappla och gå under av missmod. Jag såg att Jesus känner till våra svagheter och han har själv delat vår erfarenhet på alla vis, utom i fråga om synden. Därför har Han berett en väg för oss som är anpassad efter vår styrka och vår förmåga. Liksom Jakob har Han gått försiktigt fram tillsammans med barnen, i den takt som de klarade av, för att Han skulle kunna hålla oss uppe genom att uppmuntra oss med sin närvaro och vara en ständig vägvisare för oss. Han varken föraktar eller försummar de unga i flocken, och lämnar dem inte efter sig. Han har inte uppmanat oss att gå framåt och lämna dem. Han har heller inte rört sig så fort framåt att Han lämnat oss med våra barn att bli efter på vägen. Oh, nej, utan Han har jämnat livets stig även för barn. Det är föräldrarnas uppgift att i Hans namn leda dem framåt på den smala vägen. Gud har visat oss en stig som är anpassad till barnens styrka och kapacitet. – *Vittnesbörd för Församlingen, Band 1, sidorna 388-389 (1863).*

Grinighet bör drivas bort – Föräldrar, när ni känner er griniga borde ni inte begå en så stor synd som att förgifta hela familjen med denna farliga retlighet. Vid sådana tillfällen bör ni sätta en dubbel vakt för er mun och besluta er inombords för att inte såra någon med era ord, att ni bara ska tala vänliga och gladlynta ord. Säg till er själva: ”Jag vill inte förstöra mina barns lycka med ett enda retligt ord.” Genom att behärska er

själva på det sättet, kommer ni att bli starkare. Ert nervsystem kommer inte att vara så känsligt. Ni kommer att stärkas av de rätta principerna. Medvetandet om att ni troget gör er plikt kommer att stärka er. Guds änglar kommer att glädja sig över era ansträngningar och hjälpa er.

När ni känner er otåliga tror ni alltför ofta att det beror på era barn, och ni skyller på dem när de inte förtjänar det. Vid ett annat tillfälle kan de göra exakt samma saker, men då verkar allt vara acceptabelt och rätt. Barnen ser, noterar och känner dessa olikheter. De är inte heller alltid på samma humör. Ibland är de mera beredda att möta ett ombytligt humör, men vid andra tillfällen är de nervösa och retliga och orkar inte med att bli kritiserade...

En del föräldrar är nervöst lagda, och när de är trötta av arbete och tyngda av bekymmer behåller de inte sitt lugn. De är retliga och otåliga mot barnen, som borde vara det käraste de har på jorden. Det misshagar Gud och drar en skugga över familjen. Barn, med sina problem, borde ofta tröstas med ömsint medkänsla. Ömsesidig vänlighet och överseende kommer att göra hemmet till ett paradiset och dra heliga änglar till familjekretsen. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 1, sidorna 386-387 (1863).

Föräldrars förlamade Sinnen – Vi har en viss kunskap om Satans sätt att arbeta och hur väl han lyckas med det. Utifrån vad som har visats mig, har han omtöcknat föräldrarnas sinnen. De är tröga till att inse att deras egna barn kan göra misstag och synda. En del av dessa barn bekänner sig vara kristna och föräldrarna sover, fruktar ingen fara, trots att deras barns kroppar och själar nästan är förstörda.

En del föräldrar är inte ens noga med att ha sina barn hos sig när de är i Guds hus. Unga flickor deltar i möten och tar kanske sin plats tillsammans med sina föräldrar, men oftast längre bak i församlingen. De brukar finna en ursäkt för att lämna huset. Pojkar förstår detta och går ut före eller efter det att flickorna har gått och sedan, när mötet slutar, följer de dem hem. Föräldrarna har verkligen inte gett dem rådet till detta. På nytt framförs ursäkter för att gå och pojkar och flickor samlas på marknadsplatserna eller någon annan isolerad plats och roar sig där en förhållandevis lång tid, utan att ha något erfaret öga på sig för att skydda dem. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidorna 481-482 (1870).

Kosthåll och Föräldrars Inflytande – Om föräldrar hade levat hälsosamt, nöjda med en

enkel kost, skulle många sköna kronor ha sparats. Pappor skulle inte ha behövt arbeta mer, än de orkat med, för att tillfredsställa sina familjers behov. Ett enkelt, närande kosthåll skulle inte ha ägt ett inflytande, som i onödan hade rört om i nervsystemet och tänt de djuriska lidelserna, orsakande trumpenhet och irritation. Om fäder bara hade ätit enkel föda, skulle tankarna ha varit klara, nerverna under kontroll, magen i gott skick, och detta sunda system skulle inte ha berövat dem aptiten. Tack vare detta skulle det levande släktet vara i mycket bättre skick, än fallet nu är.

Men även nu, så här sent i tiden, går det att göra något åt vårt tillstånd. Mätta i allt är av nöden. En måttfull far klagar inte, om han inte sitter ned till bords med mångskiftande rätter. Ett hälsosamt leverne förbättrar familjens tillstånd på alla sätt och ger makan och modern tid över till barnen.

Föräldrarna bör koncentrera sig särskilt på, hur de på bästa sätt skall kunna öva upp barnen till duglighet i den här världen och i himmelen härefter. Då kommer de att bli nöjda med, att se sina barn bära prydliga, enkla, men bekväma plagg, utan broderier och prydnader. De kommer att allvarligt och uppriktigt verka för, att få uppleva, hur barnen kommer i besittning av den invärtes prydnaden, skönheten hos en ödmjuk och lågmäld anda, som i Guds ögon är något väldigt dyrbart. – *Healthful Living*, sidan 45, 1865 (Del 2). (*Utvalda Budskap*, Band 2, sidorna 437-438.)

Fadern är Familjens sammanhållande Band – En kristen far är familjens sammanhållande band, som binder hela familjen tätt till Guds tron. Hans intresse för hans barn får aldrig lov att mattas. Den far som har en familj av pojkar, bör inte överlämna dessa rastlösa huvuden helt och hållet till moderns omsorg. Det är en alltför stor börda för henne. Han skall göra sig själv till deras vän och kamrat. Han skall anstränga sig för att hålla dem borta från dåliga förbindelser. Det kan vara svårt för modern att utöva självkontroll. Om fadern ser, att hans hustrus svaghet utgör en fara för barnens säkerhet, skulle han ta flera av plikterna över på sig själv och göra allt som står i hans makt för att leda pojkarna till Gud. – *The Review and Herald*, den 8. juli, 1902.

Mödrar bör inte söka Spänning – Mödrar som har unga sinnen att uppfostra och barns karaktärer att forma borde inte söka världens spänning för att bli gladlynta och lyckliga. De har ett viktigt livsverk och de och deras kära har inte råd att spendera tiden på ett onyttigt sätt. Tid är ett av de viktiga pund som Gud har anförtrott oss och som han kommer att hålla räkenskap med oss för. Att

slösa tid är att slösa med intellekt. Den intellektuella kraften kan nå hög utveckling. Det är mödrars plikt att kultivera sina sinnen och hålla sina hjärtan rena. De borde främja alla medel som finns inom räckhåll för sin intellektuella och moraliska utveckling, så att de blir kvalificerade för att stärka sina barns sinnen.

De som uppmuntrar sin sällskapliga läggning kommer snart att känna sig rastlösa om de inte hälsar på hos andra eller bjuder hem gäster. Såna personer har inte förmågan att anpassa sig till omständigheterna. De nödvändiga, heliga, husliga plikterna framstår för dem som triviala och ointressanta. De tycker inte om att rannsaka sig själva eller om självdisciplin. De längtar efter det världsliga livets omväxlande och spännande kretsar. Deras barn försummas när de gör vad de har lust med och den ängel som upptecknar i Livets bok skriver: "Oduglig tjänare". Gud har bestämt att våra sinnen inte ska sakna ändamål utan utträta det goda i detta liv. – *Vitnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidorna 146-147 (1872).

Ammande mödrar behöver behålla sin Gladlythet – Barnets sinnelag formas också mer eller mindre av det slags näring, som det får från modern. Hur viktigt är det då inte, att modern, medan hon ammar den lille, behåller ett glatt sinne och i allt styr över sin egen anda. När det sker, förstörs inte barnets föda, och mammans lugna, självbehärskade sätt med barnet inverkar storligen på den nylige föddes sinne. I fall barnet är nervöst och lätt blir upprört, utövar moderns omsorgsfulla, jäktafria sätt ett lugnande och korrigerande inflytande, varigenom den lilles hälsa påtagligt förbättras. – *The Review and Herald*, den 25. juli, 1899. (*Counsels on Health*, sidan 80.)

Modern bör eftersträva Självbehärskning – Ju lugnare och enklare barnets liv är, desto fördelaktigare kommer det att vara både för den fysiska och den mentala utvecklingen. Modern bör sträva efter att alltid vara stillsam, lugn och behärskad. Många små barn är ytterst känsliga för nervös upphetsning, och moderns varsamma och lugna sätt kommer att ha ett lugnande inflytande som blir till obeskrivlig nytta för barnet. – *Hälsa för hela Människan*, sidan 381 (1905).

Känsliga Barn bör inte såras genom Likgiltighet – Unga barn älskar umgänge. Som regel, trivs de inte fullt ut på egen hand, och modern bör vara medveten om, att när barnen är inomhus, bör de vanligen vara i samma rum som hon. Det låter henne hålla ett öga på dem; hon kan då avstyra bråk, när sådant hotar; tillrättavisa dem

för felaktigt uppförande och uppvisande av själviskhet och ilska; därmed förmår hon, att styra in deras sinnen på rätt spår. Barnen menar, att deras nöjen gillar även mamma, och det är alltigenom naturligt för dem, att fråga mor till råds om sina små bryderier.

Och modern bör inte såra sitt känsliga barns hjärta, genom att behandla dessa saker nonchalant, eller genom att vägra att reagera på sådana småsaker. Sådant, som må te sig futtigt i mammans ögon, är viktigt för barnet. Ett uppskattande ögonkast, ett ord av uppmuntran och beröm från mamman sprider ofta solsken i barnets unga hjärta under hela dagen. – *Healthful Living*, sidorna 46-47, 1865 (Del 2) . (*Utvalda Budskap*, Band 2, sidorna 438, 439.)

Behandla Barnen på ett mildt och vänligt Sätt – Mödrarna bör behandla sina barn på ett mildt och vänligt sätt. Också Kristus var en gång ett litet barn. För Hans skull bör vi visa barnen ära. Se på era barns uppfostran som ett heligt uppdrag. Vi får inte lov att skämma bort dem, pjäska med dem, avguda dem eller lära dem att ge efter för sina lustar. Men vi bör uppfostra dem till att leva ett rent och ädelt liv. De är Guds egendom. Han älskar dem och ber dig samarbeta med Honom för att hjälpa dem att forma en fullkomlig karaktär. – *The Signs of the Times*, den 23. augusti, 1899. (*Det adventistiska Hemmet*, sidan 280.)

Ditt Barn tillhör Gud – Min syster, förvånar det Dig, att Din dotter hyser ringa förtroende för sin mammans ord? Du har lärt henne, att hon skall vara lögnaktig; och Herren sörjer över att behöva se, hur en av Hans små blir ledd på fel väg av sin mor. Ditt barn är inte Ditt; Du kan inte göra med henne, som Du vill, ty hon är Herrens egendom. Utöva en stadig, uthållig kontroll över henne; lär henne, att hon tillhör Gud. Genom sådan upplärning kommer hon att växa upp till att bli en välsignelse för omgivningen. Dock kommer det att krävas klar, ogrumlad urskiljning, för att Du skall kunna motverka hennes fallenhet, att härska över Er båda, att genomdriva sin vilja och göra, som henne behagar. – *Brev 69*, 1896.

Med Solsken i Sinnet och behagligt Temperament – Lär Era barn från vaggan, att de skall utöva självförnekelse och självbehärskning. Vänj dem vid, att uppskatta naturens skönhet, och att i uppbyggliga sysslor använda sinnets och kroppens samlade krafter. Uppfostra dem så, att de får sund fysik och god moraluppfattning, liksom solsken i sinnet och behagliga temperament. Lär dem, att undfallenhet för frestelse är en ond svaghet; att stå emot, är ädelt

och manligt. – *Counsels to Parents, Teachers, and Students*, sidan 127 (1913).

Mödrar är ett Exempel – Om mödrar önskar, att deras döttrar skall uppnå vuxen ålder med hälsan i behåll och dygd i karaktären, måste de genom sitt eget leverne föregå med gott exempel, och skydda dem mot denna tidsålders hälsoförödande moden. På kristna mödrar vilar ett ansvar, som de inte är medvetna om. De bör öva upp sina barn, så att de besjålas av fasta principer och moralisk sundhet i denna fördärvade tidsålder. – *Manuskript* 76, 1900.

När Barnets Önskan styr – I somliga familjer är barnets önskan det allenarådande. Allt, vad det önskar, ges barnet. Allt, vad barnet ogillar, uppmuntras det till att rata. Självfatergivenhet förmodas göra barnet lyckligt, men det bringar endast rastlöshet och missnöje. Tillfredsställandet av aptiten har tagit bort kärleken till enkel, hälsosam mat och till oskyldiga nöjen; självfatergivenhet har sett till, att rubba barnets karaktär för tid och evighet. – *The Review and Herald*, den 10. Maj, 1898.

Satan eftersträvar, att behärska Barns Sinnet – Föräldrar, Ni är någorlunda medvetna om de lockelser, med vilka Satan försöker, att förleda Era barn till dumheter. Han använder alla sina förmågor till, att leda dem vilse. Med en beslutsamhet, som få drömmer om, kämpar han om deras tankevärld, för att kullkasta Guds buds inverkan på deras liv. – *Manuskript* 93, 1909.

Föräldrarna skall binda Barnen till sina Hjärtan – Låt inte barnen se dig arg. Om de ger efter för frestelser och efteråt inser och ångrar sitt misstag, förlåt dem lika villigt som du hoppas att din himmelske Fader ska förlåta dig. Undervisa dem vänligt och bind dem därmed till era hjärtan. Det är en kritisk tid för barn. De kommer att bombarderas av påverkan från alla håll som försöker dra dem bort från dig, och det måste du motverka. Lär dem att anförtro sig åt dig. Låt dem berätta om sina glädjeämnen och bekymmer för dig. Genom att uppmuntra det kommer du att rädda dem från många snaror som Satan lagt ut för deras oerfarna fötter.

Var inte bara sträng mot barnen, glöm inte bort din egen barndom och att de bara är barn. Förvänta dig inte att de ska vara fullkomliga, och försök inte att få dem att bete sig som vuxna män och kvinnor på en gång. Genom att göra det kommer du att stänga den dörr som annars skulle ge dig tillträde till dem, och kommer att få dem att öppna dörren för skadliga inflytanden så att andra

kan förgifta deras unga sinnen innan du blir medveten om att de är i fara. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 1, sidan 387 (1863).

Stark, konsekvent Styrning – Alla barns lycka går att uppnå genom stark, konsekvent styrning. Barnets finaste egenskaper utgörs av blygsamhet och lydnad – av hörsamhet inför instruktion, av villighet, att vandra och verka längs pliktens väg. Och barnets verkliga godhet för sin egen belöning med sig redan i det här livet.

De tidiga barnaåren skall läggas ned på uppövning, men inte bara för att barnet skall bli mera tjänstvilligt och fyllas av nåd och sanning i detta liv, utan för att det skall säkra sin plats i hemmet ovan åt alla, som är uppriktiga och lydaktiga. Genom vårt uppövande av våra egna och andras barn har vi bevisat, att de inte älskar föräldrar och vårdnadshavare mindre, för att de har avhållit dem från ondo. – *The Review and Herald*, den 10. Maj, 1898.

Jesus visade stor Älskvardhet – Redan som barn visade Jesus stor älskvardhet. Han var alltid villig och redo att hjälpa andra. Han visade ett tålmod som ingenting kunde rubba och en trofasthet som aldrig svek. Även om hans grundsatser var fasta som klippan, var han alltid hänsynsfull och artig.

Med djupaste omsorg vakade Maria över hur Jesus utvecklades. Hon gav akt på de drag av fullkomlighet som hans väsen visade. Med glädje sökte hon uppmuntra hans begåvade och mottagliga sinne. Genom den helige Ande fick hon vishet att samarbeta med de himmelska krafterna för att fostra detta barn, som med rätta kunde säga att ingen annan än Gud var hans far. – *Vändpunkten*, sidan 57 (1898).

Håll Sinnet sysselsatt, för att utesluta simpla Tankar – Forma Era älskades förmågor och smak; försök, att hålla deras sinnen sysselsatta, så att det inte ges utrymme åt simpla, fördärvliga tankar eller njutningar. Kristi nåd är det enda botemedlet och förebyggande medlet mot ondskan. Det är fullt möjligt att välja, huruvida ens barn skall fylla sinnena med rena, ofördärvade tankar, eller med det gissel, som förekommer överallt – stolthet och ointresse för Återlösaren. – *Brev* 27, 1890 (*Child Guidance*, sidan 188.)

Omgiven av en Mur, som inte så lätt går att bryta ned – I varje kristet hushåll bör det förekomma regler; och föräldrar bör, genom sina ord och i sitt uppträdande mot varandra, ge sina barn ett dyrbart, levande exempel på, vad de

önskar att de skall bli. Renhet i tal och sann kristen artighet bör ständigt utövas. Låt aldrig synden uppmuntras, eller onda tankar och baktaleri gynnas.

Lär barnen, att de skall respektera sig själva, att agera helhjärtat mot Gud, att vara principfasta; lär dem, att respektera och lyda Guds lag. Då kommer dessa grundsatser att härska i deras liv och bestämma deras uppförande mot andra. De kommer att älska sin nästa som sig själva. De kommer att skapa en ren stämning, vars inflytande uppmuntrar trossvaga till, att följa stigen ledande till helgelse och himmelen. Måtte varje lärdom vara av upplyftande, förädlade slag, för då kommer anteckningarna i himmelens böcker inte att bli sådana, att Du behöver skämmas över dem i domen.

Barn, som ges detta slags undervisning, blir inte en börda, en orsak till oro, vid våra institutioner [skolor, hälsohem, förlag, osv.]; utan de blir en kraft, ett stöd åt dem, som bär på ansvar. De står redo, att axla ansvarsställningar och hjälper genom föreskrift och gott föredöme ständigt andra, att göra det rätta. De, vars moraliska känslighet inte har avtrubbats, uppskattar sunda principer och följer dessa. De gör en riktig bedömning av sina anlag och använder sina kroppsliga, mentala och moraliska krafter på bästa sätt.

Sådana själar stärks fortlöpande mot frestelse; de omges av en mur, som inte så lätt rivs ned. Alla sådana personer är, med Guds välsignelse, ljusbärare; deras inflytande bidrar till, att höja andra till ett praktiskt kristet leverne. Sinnet går att höja så mycket, att tankar på och begrundan av det gudomliga blir lika naturliga som andningen. – *Brev 74, 1896.*

Stämningen i Hemmet

Hemmets Inflytande påverkar Samhället – Från hjärtat ”utgår livet”, och samhällets, församlingens och nationens hjärta är familjen. Samhällets välfärd, församlingens framgång och nationens välstånd beror på hemmets inflytande. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 349 (1905).

Effektiva Medel för Utformandet av Karaktären – Guds avsikt med familjen på jorden är att den skall vara en avbild av familjen i himmelen. Kristna hem som är grundade och ledda i överensstämmelse med Guds plan hör till

de mest effektiva medel som finns för utformandet av en kristen karaktär och för befrämjandet av Hans verk. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 6, sidan 430 (1900).

Tillbedjan i Hemmet – Mina föräldrar var gudfruktiga, och de försökte på alla sätt, att göra oss bekanta med vår himmelske Fader. Vi höll familjeandakt varje morgon och kväll. Vi sjöng Guds lov i vårt hushåll. Åtta barn ingick i hushållet, och våra föräldrar drog nytta av varje tillfälle, att förmå oss till, att skänka Jesus våra hjärtan. – *Manuskript 80, 1903.*

Ju bättre Sammanhållning, desto större Inflytande – Det är föräldrarnas ansvar att hålla sitt ljus högt och sprida dess sken. Att lysa som ljus i hemmet och lysa upp den väg som barnen skall gå på. Då kommer ljuset också att lysa för dem som är utanför familjen. – *Brev 189, 1903 (Det adventistiska Hemmet, sidan 27.)*

Auktoritet med fast Stränghet – Auktoritet måste upprätthållas genom en fast stränghet. Annars kommer den av många att tas emot med hån och förakt. Att föräldrar och lärare behandlar de unga med mildhet, inställsamhet och eftergivenhet, är något av det värsta som kan drabba dem. Fasthet, beslutsamhet och positiva krav är nödvändiga i varje familj. – *Profeter och Kungar*, sidan 236 (1917).

Hemmet en åskådliggörande Undervisning – Gud vill att våra familjer skall vara en bild av familjen i himlen. Alla föräldrar och barn borde ha detta i friskt minne varje dag och uppföra sig mot varandra som medlemmar av Guds familj. Då kommer deras liv att vara en åskådliggörande undervisning för världen i vad familjer, som älskar Gud och håller Hans bud, verkligen kan vara. Kristus kommer att bli upphöjd. Hans frid, Hans nåd och Hans kärlek kommer att genomtränga familjekretsen som en behaglig doft. – *The Review and Herald*, den 17. november, 1896. (*Det adventistiska Hemmet*, sidan 15.)

Fridens Grundsats – I ett hem, där Kristi princip om frid härskar, förekommer det ingen irritation. Där förekommer det ej oartighet. Där förekommer det ingen hårdhet, eller yttras det hårda ord. Hur kommer det sig? Jo, för att vi tror på och agerar våra roller som medlemmar av Kungafamiljen, barn åt Himmels Kung, förbundna med Jesus Kristus genom kärlekens starkaste band – den kärlek, som fungerar genom tro och renar själen. Man älskar Jesus och arbetar ständigt på, att tvinga bort all själviskhet och vara

en välsignelse, en tröst, en kraft och ett stöd åt själarna, som Han har köpt med Sitt blod.

Jag ser ingen orsak till, att inte anstränga oss hårdare, för att föra in Kristi frid i vår familj, eller att hjälpa dem, som saknar en levande förbindelse med oss. Men om religionen härskar i hemmet, når den utanför hushållet. Då genomsyrar tron allt. Då följer den med till kyrkan. Man tar den med sig till arbetet. Överallt, där man är, åtföljer tron en. Vad vi behöver, är religion i hemmet. Vad vi behöver, är fridens princip, som behärskar ande och liv samt karaktär i enlighet med det kristna leverne, som Han har visat oss genom Sitt goda föredöme. – *Manuskript 36*, 1891.

Kärleken framgår av Handlingarna – Ett heligt ljus borde stråla från varje kristet hem; kärleken borde uppenbara sig i handling. Den bör ge sig tillkänna i familjelivet genom en uppmärksam vänlighet, en tålig, oegennyttig hövlighet. Det finns hem, i vilka denna grundsats genomförs – hem, där Gud tillbeds och den trognaste kärlek härskar. Ur dessa hem stiger morgon- och aftonbönen till Gud som en ljuv vällukt, och Hans nåd och välsignelser kommer ned över de bedjande liksom morgonens dagg. – *Patriarker och Profeter*, sidan 144 (1890).

Hemmets Tro syns överallt – Ansträngningarna att göra hemmet till vad Gud har avsett med det – en avbild av det himmelska hemmet – förbereder oss för att kunna utföra ett arbete på ett större område. När vi lär oss att visa en mild och kärleksfull omtanke om varandra, blir det möjligt att nå människor som har behov av att lära känna principerna i sann kristen tro. Församlingen behöver alla de andliga egenskaper vi kan utveckla, alla karaktärsdrag som Gud så gärna vill ge oss, så att vi kan ta oss an de människor, som Kristus led döden för. De unga i församlingen har behov av en särskild omsorg. När sanningen blir efterlevd i hemmet, kommer den att ge utslag i osjälviskt arbete också utanför hemmet, ja, också i främmande land. Den som är helt beroende av Kristus i hemmet, kommer att vara som ett klart och lysande ljus överallt, dit han kommer. – *The Signs of the Times*, den 1. september, 1898. (*Det adventistiska Hemmet*, sidan 30.)

Samhällets Välgång beror på Hemmets Inflytande – Från hjärtat ”utgår livet”, och samhällets, församlingens och nationens hjärta är familjen. Ords 4:23. Samhällets välfärd, församlingens framgång och nationens välstånd beror på hemmets inflytande. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 299 (1905).

Sådant, som gör Hemmet inbjudande – Varsamma manér, trevlig konversation och kärleksfulla handlingar binder barnens hjärtan till föräldrarna med tillgivenhetens silkesband och gör mer, för att skapa ett tilltalande hem, än de sällsyntaste utsmyckningar, som går att köpa för guld. – *The Signs of the Times*, den 2. oktober, 1884. (*My Life Today*, sidan 200.)

Renhet i Hemmet – Ordning är himmelens viktigaste lag, och Herren önskar, att Hans folk i sina hem skall uppvisa den ordning och samklang, som råder i de himmelska salarna. Sanningen sätter aldrig ned sina ömtåliga fötter på orenhetens eller snuskets färdväg. Sanningen gör inte män och kvinnor grova eller oborstade och ovårdade. Den höjer alla, som tar emot den, till en högre nivå. Under Kristi inflytande pågår det ett ständigt förfiningsverk...

Han, som var så noga, att Israels barn skulle omhulda renlighetens vanor, godkänner inte någon orenhet i Sitt nutida folks hem. Gud betraktar med ogillande orenhet av alla slag. Hur skulle vi kunna inbjuda Honom till våra hem, med mindre allting är prydligt och rent samt sunt? – *The Review and Herald*, den 10. juni, 1902. (*Counsels on Health*, sidan 101.)

Hemmets Plats – En frisk kropp, ett sunt sinne och en god karaktär är bättre än något annat arv du kan ge till dina barn. De som förstår vad verklig framgång i livet är, kommer att vara kloka i tid. De kommer att ha det bästa i livet för ögonen när de väljer ett hem.

Bosätt er där ni kan se det vackra som Gud har gjort, i stället för att bo där man bara ser det som människor har gjort, och där det man ser och hör ofta leder tankarna till det onda, och där larm och förvirring orsakar trötthet och oro. Låt själen finna vila i naturens skönhet, stillhet och frid. Låt ögonen få vila på gröna fält, lundar och kullar. Se upp mot den blå himlen som inte är förmörkad av stadens damm och rök, och andas in den uppfriskande luften. Flytta till en plats där ni, borta från stadens förvillelser och utsvävningar, kan ge era barn er kamratskap, där ni kan undervisa dem om Gud genom det som han har skapat, och där ni kan fostra dem till att leva ett hederligt och nyttigt liv. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 316 (1905).

Dyrbara Möbler skapar inte ett Hem – Fyra väggar och dyrbara möbler, eleganta mattor och värdefulla målningar skapar inte ett ”hem”, om kristen kärlek och omtanke fattas. Detta heliga ord

passar inte ihop med imponerande byggnader, där familjelivets glädjeämnen är okända begrepp.

Barnens trivsel är ofta det, som man har ägnat minst omtanke åt i sådana hem. Modern har inte tid att bry sig om dem. Hon är fullt upptagen av att hålla huset i bästa möjliga skick för att möta samhällets krav. Deras sinnen är ouppfostrade, de skaffar sig felaktiga vanor och blir rastlösa och missnöjda. Eftersom de inte finner någon äkta livsglädje i sitt eget hem, bryter de sig ut från familjekretsen så fort som möjligt. De tvekar inte att kasta sig ut i världslighet, eftersom hemmet aldrig har lärt dem att leva efter sunna principer. – *The Signs of the Times*, den 2. oktober, 1884. (*Det adventistiska Hemmet*, sidan 118.)

Felfinnande öppnar Dörren för Satan – Fäder och mödrar, var på Er vakt. Låt Er konversation i hemmet vara behaglig och uppmuntrande. Uttryck Er vänligt, som om Ni vore i Kristi närhet. Undvik allt felfinnande, alla anklagelser. Ord av detta slag sårar och ger själen blåmärken. Det faller sig naturligt för människor, att tala ovänligt. De, som faller till föga för denna vana, öppnar dörren och släpper in Satan i hjärtat. Han får dem till, att raskt påminna sig andras misstag och felsteg. Man ältar deras misslyckanden, deras brister noteras, och ord uttalas, som orsakar bristande förtroende för den, som gör sitt bästa, för att fullgöra sin plikt som en Guds medarbetare. Misstrons utsäde sås ofta, eftersom en person menar, att han borde ha vunnit favörer, vilka uteblivit. – *Brev* 169, 1904.

Påverkan från Föräldrarnas Brister – Det ter sig helt naturligt för somliga, att vara sura, själviska, krävande och fordrande. De har aldrig lärt sig självbehärskningens läxa och vägrar, att lägga band på sina vettlösa känslor, kosta, vad det kosta vill. Sådana personers lön blir insikten om livsledsagarnas skröplighet och modstulenhets samt barnens efterapande av deras egna motbjudande karaktärsdrag. – *Healthful Living*, sidan 36, 1865 (Del 2). (*Utvalda Budskap*, Del 2, sidan 430.)

Änglar dras inte till bråkande Hem – Änglar dras inte till hem, där osämja härskar oinskränkt. Måtte fäder och mödrar upphöra med sitt felfinnande och muttrande. Måtte de lära sina barn, att yttra trevliga ord, ord, som för med sig solsken och glädje. Borde vi inte i detta nu inleda familjeskolningen som Kristi elever? Släpp in den praktiska gudsvörnaden i hemmet. Se sedan efter, om inte Era ord orsakar fröjd.

Föräldrar, inled nådens verk i Ert eget hems församling, varvid Ni uppför Er så, att barnen

förstår, att Ni samverkar med himmelens änglar. Försäkra Er om, att Ni är omvända varje dag. Utbilda Er själva och Era barn för evigt liv i Guds rike. Mäktiga änglar kommer att biträda Er. Satan kommer att fresta Er, men ge inte efter. Säg inte ett enda ord, som fienden kan dra fördel av. – *Manuskript* 93, 1901.

En Vädjan om mer Gästfrihet i Hemmet – Också bland dem som bekänner sig vara kristna, visas det obetydlig sann gästfrihet. Bland vårt eget folk blir tillfället att visa gästfrihet inte iakttaget så som det borde: som ett privilegium och en välsignelse. Det är på det hela taget alltför litet vänligt umgänge, alltför liten fallenhet för att på ett naturligt sätt och utan förlägenhet ge plats för två eller tre mer vid familjebordet. Somliga ursäktar sig med att det ger ”för mycket besvär”. Det behövde det inte vara om du sade: ”Vi har inte gjort något extra, men du är välkommen till det som vi har.” En oväntad gäst sätter långt större värde på ett ”välkommen” än på den mest utstuderade förberedelse. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 6, sidan 343 (1900).

Vad, som säkrar ett lyckligt Hem – När allt som vi säger och gör, bär prägeln av vänlighet och uppriktig omsorg och vi samtidigt visar flit, ordning och ekonomiskt förstånd, kan till och med ett skjul bli det lyckligaste hem. Skaparen ser med tillfredsställelse på ett sådant hem. – *The Signs of the Times*, den 2. oktober, 1884. (*Det adventistiska Hemmet*, sidan 327.)

Uppammandet av verklig Förfining – Det finns ett stort behov av att utveckla äkta takt och förfining i hemmet. Detta kommer att vittna för sanningen på ett mäktigt sätt. Ett ofint språk och ett dåligt uppförande är utan undantag ett tecken på att hjärtat är orent och fördärvat. Sanning av himmelskt ursprung kommer aldrig att nedvärdera människor eller göra dem simpla och grova. Sanningen har ett mildt och upplyftande inflytande. När den får ta de ungas hjärtan i besittning, blir de vördnadsfulla och uppmärksamma. Sann kristen uppfostran kommer bara att märkas där den Helige Ande får verka på människosinnet. Den består inte av känslor eller konstlad belevnhet, bugningar och tillgjorda leenden. Det är så världens artighet ser ut, men detta har inget gemensamt med kristen förfining.

Sann förfining och artighet kan bara uppnås genom en praktisk och erfarenhetsmässig kunskap om Kristi evangelium. Sann artighet visar sig genom ett vänligt och vinnande förhållande till alla människor, höga och låga, rika och fattiga. –

Manuskript 74, 1900. (Det adventistiska Hemmet, sidan 327.)

Kristus bemöter Sinn

Kristi Undervisning skall vara Vägvisare – Jesu undervisning och medkänsla gäller hela världen. Det finns ingen kris eller situation som Jesus inte har förutsett och lagt upp riktlinjer för. Ända till tidens slut kommer hans gudomliga ord att ge råd och stöd till alla som arbetar tillsammans med honom. – *Vägen till Mognad*, sidorna 81-82 (1903).

Han engagerade Sig i Åhörarnas Intressen – Han undervisade på ett sätt som gjorde att de kände att han engagerade sig helt i deras intressen och lycka. Hans undervisning var så tydlig, hans illustrationer så träffande, hans ord så sympatiska och uppmuntrande, att hans åhörare fylldes av kärlek och beundran. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 15 (1905).

Han förstår Sig på det dolda Skeendet i Människans Sinne – Han, som har betalat det oändliga priset för människors förlösning, tyder med felfri noggrannhet alla dolda gärningar i mänskossinnet, och vet precis, hur varje karaktär skall behandlas. Och genom att handla med människor, visar Han samma principer, som visas i naturens värld. – *Special Testimonies, Serie A, Band 3, sidan 17, 1895. (Vittnesbörd för Predikanter och Bibelarbetare, sidorna 189-190.)*

Han är verksam genom Lagars lugna, regelmässiga Funktion – Gud är verksam genom Sina utvalda lagars stöd och lugna verksamhet. Så förhåller det sig med andliga ting. Satan försöker ständigt att åstadkomma effekter genom grova och våldsamma stötar. Jesus däremot fann tillgång till människors sinnen på vägen till deras mest förtroliga tankegemenskap. Han störde deras invanda tankegångar så litet som möjligt genom abrupta handlingar eller föreskrivna regler. Han ärade människan genom Sin tillit, och hedrade henne därigenom. Han introducerade gamla sanningar i ett nytt och dyrbart ljus. Genom att göra så förvånade Han genom Sina frågor vid tolv års ålder de gamla laglärarna i templet. – *Manuskript 44, 1894. (Evangelisation, sidorna 139-140.)*

Alltid omgiven av Frid – Hans kärleksfulla medkänsla verkade som läkedom på trötta och nedtyngda sinnen. Mitt i den oro som illasinnade

fiender rörde upp omkring honom, omgavs han av en fridens och stillhetens atmosfär. Skönheten i hans ansikte, hans älskliga väsen och framför allt den kärlek som kom till uttryck i blick och tonfall, tilltalade alla som inte var förhårdade av otro. Om det inte hade varit för den milda, medkännande anda, som lyste ut från allt han sade och från hans blick, så skulle han inte ha dragit så stora skaror till sig som nu var fallet. De sjuka som kom till honom, kände att han var intresserad av dem som en trofast och kärleksfull vän. De ville veta mer om de sanningar om vilka han undervisade folket. Himmelen kom nära. De längtade efter att vara i hans närhet, så att hans kärleks tröst ständigt kunde nå dem. – *Vändpunkten*, sidorna 254-255 (1898).

Hans Liv var harmoniskt – I Sitt liv skilde Jesus från Nasaret Sig från alla andra människor. Hela Hans leverne utmärktes av osjälviska välgärningar och helgelsens skönhet. I barmen fanns den renaste kärlek, fri från varje spår av själviskhet och synd. Hans liv var i allt harmoniskt. Han är den enda verkliga mönsterbilden på godhet och fullkomning. Från och med inledningen på Hans gärning fick människorna en tydligare bild av Guds sinnelag.

Fram till tidpunkten för Kristi första ankomst, tillbad människorna grymma, despotiska gudar. Även det judiska sinnet nåddes genom fruktan, inte genom kärlek. Kristi uppgift på jorden gick ut på, att för människorna visa, att Gud icke var någon despot, utan en himmelsk Fader, full av kärlek och förbarmande mot Sina barn. – *Manuskript 132, 1902.*

Han var ej tom på Värme och Solsken i Sinnet – Det finns många som besvärar svårt av frestelser och som nästan är färdiga att duka under i striden mot köttet och onskans makter. Akta dig för att göra dem missmodiga i den hårda striden. Uppmuntra dem med frimodighetens och hoppets ord, så att de kan fortsätta på livets stig. På detta sätt kan Kristi ljus utstråla från dig. – *Vägen till Kristus*, sidan 104 (1892).

Oändliga Möjligheter hos varje mänsklig Varelse – Han såg oändliga möjligheter hos alla. Han såg människorna sådana som de skulle kunna bli, om de lät honom omskapa dem. När han såg på dem fick de hopp. När han bemötte dem med tillförsikt framkallade han förtröstan. Hans fullkomliga liv gjorde att andra började längta efter att leva på samma sätt, och de trodde att de kunde göra det. I hans närvaro insåg föraktade och djupt fallna människor att de ändå längtade efter att vara värdiga hans kärlek. Många som verkade

helt likgiltiga för det andliga fick nya impulser. Många förtvivlade och uppgivna människor fick på så sätt möjlighet till ett nytt liv. – *Vägen till Mognad*, sidan 80 (1903).

Hans Hjärta ett Livets Källsprång – Man hör ofta sägas att Jesus fällde tårar och att hans ansikte aldrig upplystes av ett leende. Vår Frälsare var visserligen en smärtornas man, förtrogen med lidande, ty han öppnade sitt hjärta för alla mänskliga sorger. Men om än hans liv var fullt av självförsakelse, smärta och bekymmer, dukade ändå inte hans mod under. Hans ansikte hade inte ett uttryck av vemod och ångest, utan präglades alltid av lugn frid. Hans hjärta var en levande källa. Varhelst han gick fram, medförde han ro, frid och glädje. – *Vägen till Kristus*, sidan 105 (1892).

Kristus drevs aldrig till Lidelse – Kristus förverkligade i Sitt liv Sina egna gudomliga lärosatser. Hans nitiskhet drev Honom aldrig till lidelse. Han visade konsekvens utan tjurighet, välvilja utan vekhet, ömhet och medkänsla utan känslösvall. Han var högst sällskaplig; likväl ägde Han en reserverad värdighet, som inte inbjöd till opåkallad närgångenhet. Hans måttlighet ledde aldrig till partiskhet eller åtstramning. Han lät Sig ej formas av världen; ändå var Han inte likgiltig inför de enklaste personers behov. Han var medveten om allas behov. – *Manuskript 132*, 1902. (*Evangelisation*, sidan 636.)

Takt, att bemöta de Fördomsfulla med – Hans budskap om nåd varierades och avpassades efter lyssnarnas behov. Han kunde ”hugsvala den trötte” (Jes. 50:4) med ett ord i rätt tid, eftersom ”ljuvlighet” var utgjuten över hans läppar (Ps. 45:3), så att han kunde förmedla sanningens skatter till människorna på det mest tilldragande sätt. Han ägde en taktfullhet som gjorde att han kunde nå fram till dem som var fyllda av fördomar. Han kunde överraska dem med illustrationer som tilldrog sig deras uppmärksamhet. – *Vändpunkten*, sidan 254 (1898).

Han böjde Sig ned till Människans yttersta Elände – Han färdades på varje stig, där själar hade gått vilse. Han böjde Sig ned till Människans yttersta elände och fattigdom. – *Brev 50*, 1897.

Kämpar mot Satans Makt över Sinnet – Han [Kristus] såg Satans kraft – hans bedrägliga kraft – över människors sinnen, och Han förband Sig [avlade ett bindande löfte], att komma till denna jord. Han lade åt sidan Sin kungaskrud, Han lade åt sidan Sin kungakrona, Han lade åt sidan Sin

ställning som makthavare, Han steg ned från Sin härlighetstron som Överbefälhavare i hela himmelen, och klädde Sin gudomlighet med mänsklighet, för att det mänskliga skulle komma i beröring med det mänskliga. Det var det Han kom hit för. Han sänkte Sig hela vägen ned till vår jord, för att iföra Sig människans natur, för att uppleva alla prövningar, alla anfäktelser och frestelser, som människan skulle komma att få utstå, och här gick Han i närstrid med dessa frestelser, Han gick på den mark, där Adam föll, för att gottgöra Adams skandalartade misslyckande och syndafall.

I Sin mänskliga natur, som vår ersättare och borgensman, anammade Han exakt det hopp, som det är vår förmån, att anamma, nämligen den Oändliges kraft. Härigenom triumferade vår Frälsare över fiendens frestelser och vann segern. För vilka då? Jo, för oss. Varför då? Jo, för att inte en enda medlem av mänskofamiljen skulle behöva snava på vägen, som leder till evigt liv. Eftersom Han har färdats på den före oss, vet Han om varje hinder, Han känner till varje vansklighet, som varje själ möter i världen. Han är medveten om allt detta, och därför skar Hans bön vid Hans dop – då Han riktade Sin vädjan till himmelen – genom den helvetiska skugga, som Satan sprider längs Din och min väg, och så steg Han i tron ”innanför förlåten” (Hebréerbrevet 6:19). – *Manuskript 12*, 1895.

Hjälper Människan, att öva Tro – Kristus visste vad hon tänkte, och banade sig väg mot platsen där hon stod. Han kände till hennes stora nöd, och han hjälpte henne att öva tro. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 42 (1905).

Guds Kunskap kan bli Människans Kunskap – Gudomlig kunskap kan bli mänsklig kunskap. Varje predikant bör noga studera, hur Kristus undervisade. De måste få grepp om Hans lärdomar. Det är inte en på tjugo, som inser skönheten, den verkliga kärnan, hos Kristi gärning. De måste ta reda på denna. Då kommer de att bära den rika frukten hos Hans läror. De kommer att så helt inlemma dessa i sitt leverne och i sin gärning, att uppfattningarna och grundsatserna hos Kristi lärdomar kommer att sammanflätas med deras undervisning. Sanningen kommer att blomstra och bära den ädlaste frukt. Och medarbetarnas hjärtan kommer också att glöda; ja, de kommer att glädjas av det livande andliga liv, som de skänker åt andra och åt deras sinnen. – *Manuskript 104*, 1898.

Att ha att göra med olika Slags Sinnen – Alla som bekänner sig vara Guds barn bör tänka på att de i sin uppgift som missionärer kommer att möta

alla typer av människor. De kommer att möta den förfinade och den råde, den ödmjuka och den stolte, den religiöse och den skeptiske, den välutbildade och den utbildade, den rike och den fattige. Dessa olika människor kan inte bemötas på samma sätt, men alla behöver vänlighet och sympati. Genom att umgås med varandra kan våra sinnen bli polerade och förädlade. Vi är beroende av varandra, och tätt sammanknutna i ett mänsklighetens broderskap. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 434 (1905).

Sinnet skall bli ett med Hans Sinne När vi överläter oss till Jesus förenar vi vårt inte med honom. Han styr våra tankar och vi lever hans liv. Det är vad det innebär att vara klädd i hans rättfärdighets kläder. När sedan Herren ser på oss ser han inte kläder av fikonlöv, inte nakenhet och missbildningar på grund av synd, utan sin egen rättfärdighets kläder, som innebär fullständig lydnad för Guds lag. – *Såningsmannen*, sidorna 255-256 (1900).

Skolan och Läraren

De mentala Krafternas Uppvaknande – God undervisning går inte ut på att tvinga kunskaper på en omogen och oemottaglig människa. Först måste man väcka den intellektuella förmågan och skapa intresse. Det behovet tillgodosågs också i Guds metod för undervisning. Han som skapade hjärnan och föreskrev vilka funktioner den skulle fylla, såg också till att den skulle kunna utvecklas enligt de principerna.

Gud illustrerade sina principer för israeliterna på många olika sätt och hjälpte dem att inpränta dem i minnet. Det skedde genom oräkneliga ceremonier och symboler både i hemmet och i helgedomen, i arbete såväl som i lek men också i naturen och konsten, i heliga byggnader och vid minnesstenar. När intresset väl var väckt kunde undervisningen påverka både hjärtat och intellektet. – *Vägen till Mognad*, sidan 41 (1903).

Utbildning, för att ingjuta livande Kraft – Detta kan man inte åstadkomma genom utbildning i de mest vetenskapliga skolor. Det är resultatet av den visdom som endast den gudomlige läraren kan meddela. – *Vändpunkten*, sidan 237 (1898).

Den högsta Utvecklingen av de mentala Krafterna – Det är som sig bör att de unga tycker att de måste utveckla sina intellektuella förmågor så mycket som möjligt. Vi vill inte begränsa den

utbildning som Gud inte har satt några gränser för. Men det vi uppnår är till ingen nytta om det inte används till Guds ära och mänsklighetens bästa. Det är inte bra att överbelasta hjärnan med studier som kräver intensiv koncentration, men som inte kommer till användning i det praktiska livet. – *Hälsa för Hela Människan*, sidorna 449-450 (1905).

Farorna med vissa Skolor – Många unga kommer från läroinstitutioner med låg moral och försvagade fysiska krafter, utan kunskap om det praktiska livet och med ringa kraft till, att utföra dess plikter.

Då jag har sett dessa onda ting, har jag frågat: Måste våra söner och döttrar bli moraliska och fysiska vrak, för att få en utbildning på skolorna? Så borde det inte vara, så behöver det inte vara, i fall lärare och studerande bara är uppriktiga inför naturens lagar, som också är Guds lagar. Alla sinnets och kroppens krafter bör ställas till den aktiva tjänstens förfogande, så att de unga blir starka, välbalanserade män och kvinnor. – *The Signs of the Times*, den 29. juni, 1882. (*Grundsatser för Kristen Utbildning*, sidan 71.)

Vaka över Utbildningen! – Sinnet utvecklas allt efter den näring det får, och skörden blir av samma natur som den säd som såddes. Visar inte dessa fakta tydligt behovet av att vaka över vår ungdoms utbildning redan i deras tidigaste år? Vore det inte bättre, att de unga till en viss grad växte upp okunniga om sådant, som vanligen anses som bildning, än att de blir vårdslösa när det gäller Guds sanning? – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 6, sidan 194 (1900).

Guds Förhållande till Människan skall göras entydigt – Det är av yttersta vikt, att varje människa, som Gud har gett ett resonerande sinne, förstår sitt förhållande till Gud. Det är för hennes nuvarande och eviga bästa, att vid varje steg ställa sig frågan: Går Herrens väg här? ... Vi behöver allvarligt uppmana varje person, att jämföra karaktären med Guds lag, riktmärket för karaktären åt alla, som vill träda in i Hans rike, och därmed bli medborgare i det himmelska landet. – *Manuskript 67*, 1898.

Den högsta Utbildningen – Hemligheten bakom ett rent, hälsosamt, konsekvent kristet liv framgår av ett studium av Herrens Ord. Detta utgör den förnämsta utbildning, som någon bosatt på jorden kan vinna. Häri ingår de lärdomar, som eleverna vid våra skolor skall läras, för att de skall ta examen ägande rena tankar och ädla sinnen, och vara redo, att klättra uppför utvecklingens steg,

och därmed leva ut de kristna dygderna. – *Manuskript* 86, 1905.

Lärarens Vanor utövar ett Inflytande – Lärarens principer och vanor bör anses viktigare, än till och med hans akademiska kvalifikationer. Om läraren är en uppriktig kristen, känner han behovet av lika stor omsorg om sina lärjungars kroppsliga, mentala, moraliska och andliga utbildning. För att kunna utöva rätt sorts inflytande, bör han förmå att styra sig själv, och i hjärtat skall han hysa djup kärlek till sina elever, vilken framgår av hans ögonkast, ord och gärningar. Han bör vara karaktärsfast; då blir han i stånd till, att forma elevernas sinnen, liksom att ge dem akademisk vetenskap.

Barns tidiga utbildning gestaltar vanligen deras sinnelag för livet. De, som har att göra med de unga, bör omsorgsfullt se till, att stärka sinnets egenskaper, så att de fullt ut förstår, hur de skall använda sina krafter och styra dem på bästa sätt. – *The Review and Herald*, den 14. juli, 1885.

Mana fram Sinnets ädla Egenskaper – Största omsorg bör läggas ned på utbildningen av de unga, för att variera deras skolning, så att sinnets ädla egenskaper frammanas. Föräldrar och lärare på skolor duger förvisso inte till, att utbilda barn på rätt sätt, om de inte först har lärt sig självbehärskningens, tålmodets, förbarmandets, vänlighetens och kärlekens lärdomar. Vilken viktig ställning för föräldrar, vårdnadshavare och lärare! Det är väldigt få, som inser sinnets verkliga behov och hur de skall vägleda de unga i utvecklingen av deras intellekt, liksom deras allt mera avancerade tänkande och djupare känsloliv. – *The Review and Herald*, den 14. juli, 1885.

Att bli inspirerad av den Helige Ande – Att ha att göra med människors sinnen, är den mest grannliga uppgift, som går att utföra, och lärare behöver vara inspirerade av Guds Ande, för att kunna utföra sitt verk korrekt. – *Manuskript* 8, 1899.

Att klara av Felsteg – Inlemma aldrig i deras utbildning offentliggörandet av någon elevs misstag och felsteg, ty de kommer bara att mena det vara en dygd, att avslöja andras synder. Förödmjuka aldrig en elev, genom att framställa hans anledningar till missnöje och misstag samt synder inför skolan: Det går inte att uträdda ett kraftfullare verk, för att förhärda vederbörande och hålla honom kvar i det onda, än genom denna åtgärd. Tala och be med honom på tu man hand, och visa samma ömsinnet, som Kristus har visat Er, som är lärare. Uppmuntra aldrig en elev till, att

klandra och berätta om andras fel. Dölj en mängd med synder på varje tänkbart sätt, genom att använda Kristi metod för hans botande. Detta slags utbildning är en välsignelse, som märks i detta liv och sträcker sig till det framtida, eviga livet. – *Manuskript* 34, 1893.

I allt kvalificerad, att bemöta mänskliga Sinnens – Varje lärare behöver ha Kristus bosatt hela tiden i hjärtat, och själv hysa en sann, självförnekande och självuppoftande anda för Kristi skull. En lärare må vara tillräckligt utbildad och besitta breda kunskaper att ösa ur i klassrummet; men har det kunnat konstateras, att han äger taktkänsla och visdom, till att ha med människors sinnen att göra? I fall undervisare inte har Kristi kärlek oavbrutet i hjärtat, blir de ej i stånd till, att sätta sig i förbindelse med barnen, och bära det allvarliga ansvar, som läggs på dem för barnens och de ungas utbildning. De saknar själva den högre utbildningen och upplärningen, och de vet inte, hur de skall bemöta människors sinnen. Deras egna upproriska, naturliga hjärtan strävar efter herraväldet, och att utsätta barns formbara, mottagliga sinnen för en sådan disciplin, efterlämnar ärr och sår i sinnet, som aldrig går att läka.

I fall en lärare inte känner sitt ansvar och den försiktighet han alltid skall uppvisa, när han har att göra med mänskliga sinnen, har hans utbildning i viss mån varit högst bristfällig. I hemmalivet har uppfostran varit skadlig för karaktären, och det är sorgligt, att denna brist på karaktär skall yttra sig under ledandet av de barn, som förs under hans kontroll. – *Fundamentals of Christian Education*, sidan 145 (1893). (*Grundsatser för Kristen Utbildning*, sidorna 260-261.)

Ansvar inget för de Oerfarna – Församlingsskolan i Battle Creek är en viktig del av vingården, som skall uppodlas. Väl balanserade sinnen och liksidiga karaktärer krävs hos lärare inom varje område. Lagg inte det här arbetet i händerna på unga kvinnor och män, som inte känner till, hur de skall hantera människors sinnen. Det här har varit ett misstag, och det har skadat barnen och de unga, som de har ansvarat för...

Barn och unga äger alla slags sinnelag, som behöver hanteras. Deras sinnen går att göra intryck på. Om läraren alls uppvisar nervositet och ilska, kan vederbörandes inflytande avta för det goda över eleverna, som läraren antas utbilda. Skall deras skolning komma att vara barnens och ungdomarnas nuvarande bästa och framtida, eviga

goda? Det finns ett sunt inflytande, som behöver utövas på dem för deras andliga bästa. – *Manuskript 34*, 1893.

Råd till en hetlevrad Lärare – Varje lärare har sina egna karaktärsdrag att bevaka, för att Satan inte skall kunna utnyttja honom som sitt redskap, för att ödelägga själar genom dessa ohelgade sidor. Lärarens enda trygghet ligger i, att dagligen gå i Kristi skola och lära sig Hans ödmjukhet, Hans saktmod; då kommer jaget att döljas i Kristus, och härigenom kommer han att tålmodigt bära Kristi ok och tänka på, att han har att göra med Hans arvedel.

Jag måste säga Dig, att jag har blivit visad, att de bästa tillvägagångssätten inte har följts i bemötandet av elevers fel och misstag, och följden har blivit själar fara och undergång. Lärare med hetsigt temperament, okloka åtgärder, självupphöjelse har sått onda frön. Det förekommer inget slags ogudaktighet, världslighet, eller dryckenskap, som verksammare fördärvar karaktären, gör själen sur som ättika och sätter i rörelse ondska, som förtränger det goda, än mänskliga lidelser ej stående under Guds Andes herravälde. Ilska, upprördhet, känslösvall lönar sig aldrig.

Hur många förlorade söner hålls inte utanför Guds rike av den undermåliga karaktären hos kristna bekännare! Svartsjuka, avund, stolthet, onådiga känslor, kort stubin, elaka tankar, hårdhet, kallhet, brist på medkänsla – dessa är Satans kännetecken. Lärare stöter på dessa ting i elevernas karaktärer. Att måsta möta detta, är fruktansvärt; men i sina försök, att utplåna detta onda, har medarbetare i många fall utvecklat liknande kännetecken, som har ärrat själen hos dem, som de har hanterat. – *Brev 50*, 1893.

Välbalanserat Sinnet behövligt – Lärarna, som verkar inom denna del av Herrens vingård, behöver vara självbehärskade, för att hålla temperament och känslor under kontroll och i den Helige Andes strama tyglar. De bör ge prov på, att de inte besitter en ensidig erfarenhet, utan ett välbalanserat sinne, en liksidig karaktär. – *Counsels to Parents, Teachers, and Students*, sidan 191 (1913).

Väsentligt, att bestämt göra Framsteg – Det kan hända att vissa lärare har haft begränsade möjligheter, så att de inte har så höga teoretiska kvalifikationer som man kunnat önska. Men om de ändå har god insikt om människans natur, om de verkligen tycker om sitt arbete och förstår hur viktigt det är och beslutar sig för att förkovra sig,

och om de är villiga att arbeta uppriktigt och ihärdigt, då kommer de att förstå elevernas behov. Med sin medkännande, framåtsträvande anda kommer de att uppmuntra dem att följa, när de försöker leda dem framåt och uppåt. – *Vägen till Mognad*, sidan 279 (1903).

Sinnets Förmögenheter används inte tillräckligt mycket – Det är viktigt, att vi har mellanliggande och högre skolor... Från in- och utlandet kommer det många enträgna böner om medarbetare. Unga män och kvinnor, de medelålders, ja, alla, som kan verka i Mästarens tjänst, borde allvarligt anstränga tankeförmågan i ett försök, att besvara dessa rop. Utifrån det ljus Gud har gett mig, inser jag, att vi inte använder våra sinnesförmögenheter tillnärmelsevis så flitigt, som vi borde göra i en ansats, att göra oss till dugligare arbetare. – *Counsels to Parents, Teachers, and Students*, sidan 209 (1913).

Kombinera Naturen med det Andliga och eftersträva de högsta Färdigheter – Naturen och det andliga skall kombineras i våra skolors studier. Jordbruksarbete åskådliggör bibliska lärdomar. De lagar, som jorden lyder, uppenbarar, att den står under den allsmäktige Gudens omvårdnad. Samma principer gäller i den andliga och naturliga världen. Åtskiljs Gud och Hans visdom från kunskapsinhämtandet, får man en förlamad och ensidig utbildning. Det innebär död för alla frälsande egenskaper, som ger människor kraft, så att de inte uppnår odödlighet genom tro på Kristus. Naturens upphovsman är Bibelns upphovsman. Skapelse och kristendom har en Gud.

Alla, som satsar på kunskapers tillägnande, bör sätta upp de högsta mål för framtida framsteg. Låt dem göra framsteg så fort, som de kan; låt deras studieområde vara lika brett, som de har krafter till, varvid de gör Gud till sin visdom, och klänger sig fast vid Honom, som äger oändlig kunskap, som kan uppenbara de tidens hemligheter, som kan lösa de vanskligaste svårigheter för människor, som tror på Honom. Det är ju endast Han, som har evigt liv, och bor i ett ljus, som ingen människa kan närma sig. Ett levande vittne för Kristus, som följer i Hans fotspår, för att lära känna Herren, skall veta, att hans uppgång är så viss som morgonrodnadens. {Jämför Hosea 6:3.} ”. . . det människan sår skall hon också skörda.” {Galaterbrevet 6:7.} Genom allvar och flit, visande ordentlig omsorg för kroppen, där personen lägger ned all tankekraft, för att få kunskap och visdom i andliga ting, kan varje själ vara fullständig i Kristus, som är ett felfritt mönster för fullkomliga människor.—*Special*

Testimonies On Education 215, den 22. april, 1895. (*Grundsatser för Kristen Utbildning*, sidorna 375-376.)

Sunda Lärdomar gör inte Intryck på Personer, som är okunniga om Guds Ords Sanning – Men det fallna släktet vägrar, att förstå. Naturvetenskapen förmodas styra över naturens Gud. Sunda lärdomar gör inget intryck på sinnena åt dem, som inte känner till Guds Ords sanning. När hjärtat och sinnet har underordnats Gud, när personen villigt låter sig undervisas som ett litet barn, kan vederbörande finna utbildningens ABC i Guds Ord. Världens högre utbildning har visat sig vara en fars. När lärare och studenter stiger ned från sina höga hästar och skriver in sig i Kristi skola, för att lära sig av Honom, talar de förståndigt om högre utbildning, eftersom de inser, att det är denna kunskap, som låter människor ta till sig kunskapens inte kärna. – *Manuskript* 45, 1898.

Bilder är nödvändiga Hjälpmedel – Praktiska jämförelser, tavlor, kartor och bilder är bra hjälpmedel när man ska förklara det som står i Bibeln och fästa det i minnet. Föräldrar och lärare borde ständigt vara på jakt efter bättre metoder. – *Vägen till Mognad*, sidan 186 (1903).

Undvik för stor Variation av mental Stimulans – Gud önskar, att de mentala förmågorna skall hållas rena och ofördärvade. Sinnet ges dock ofta starkt varierad föda. Det är omöjligt, att rätt smälta och tillgodogöra sig denna. Hjärnan bör frikopplas från varje onödig börda. Endast de studier, som är av störst nytta i detta och det kommande livet, som tillhandahåller bäst gestaltning av kropp och själ, kommer att tas med in i evigheten. – *Manuskript* 15, 1898.

Studier och ett praktiskt Liv – Det är inte visligt, att överhopa hjärnan med ett slags studier, som fordrar intensiv tillämpning och ansträngning, men som inte kommer till praktisk användning i vardagen. En utbildning av detta slag innebär en förlust för den studerande, ty dessa studier avlägsnar hans åstundan efter och fallenhet för de studier, som skulle göra honom brukbar och låta honom fullfölja sina tilldelade plikter som en Guds medarbetare, för att hjälpa dem han borde genom föreskrift och föredöme på vägen mot odödlighet. – *Manuskript* 15, 1898.

Behov av praktisk Uppövning – Studiet av latin och grekiska är av betydligt mindre betydelse för oss, för världen och för Gud, än det ingående studiet och bruket av hela den mänskliga maskinen. Det är en synd, att studera böcker och

samtidigt försumma att lära sig, hur man blir till välsignelse i det praktiska livet. Somligas ingående bokstudium är ett slöseri. När det fysiska maskineriet inte sätts på prov, går hjärnan på desto högre varv. Därmed blir den till Djävulens verkstad. Ett liv utan kunskap om det hus vi lever i, är aldrig ett fullödigt liv. – *Brev* 103, 1897.

Läxböcker och Tankemönster [Se Kapitel 13, ”Mat för Sinnet”.] – Med allvarsmättad stämning fortsatte Talaren: ”Anser Ni, att dessa [otrogna] författare serverar det, som Ni förordar som nödvändigt för äkta, högre utbildning? Skulle Ni våga föreslå deras studium till studerande, som är omedvetna om deras sanna natur? När väl felaktiga tankevanor har anammats, blir de en despotisk makt, som håller i sinnet som med en stål näve. Om många, som har tagit emot och läst dessa böcker, aldrig hade sett dem, utan hade tagit till sig den Gudomlige Lärarens ord i deras ställe, skulle de ha kommit mycket längre, än de nu har nått, i kunskapen om Guds Ords himmelska sanningar, som gör människor frälsningsbara. Dessa böcker har lett tusentals personer dit, där Satan ledde Adam och Eva – till kunskap, som Gud hade förbjudit för dem. På grund av deras lärar har studenter vänt sig bort från Herrens Ord och tror på fabler.” – *The Review and Herald*, den 12. mars, 1908.

Bibelns omfattande Principer skall behärska Uppfattningarna [Se Kapitel 11, ”Bibelstudiet och Sinnet”.] – I varje students sinne bör inpräntas tanken, att en utbildning är värdelös, med mindre han har fått grepp om den gudomliga uppenbarelseens sanningar och med mindre hjärtat har godtagit undervisningen om Kristi evangelium. En student, som anammar vardagliga uppfattningar i stället för de omfattande principerna hos Guds Ord och lägger ned tid på vardagliga, enkla angelägenheter, kommer att märka, att sinnet förkrymper och försvagas; han växer ej längre som människa. Sinnet måste vänjas vid, att förstå de väsentliga sanningar, som rör evigt liv. – *Brev* 64, 1909.

Bäst Användning av Delarna ingående i det mänskliga Maskineriet – Hade lärarna lärt sig läxorna, som Herren velat att de skulle ha gjort, skulle det nu inte förekomma en grupp studenter, vars räkningar måste betalas av andra, för att de inte skall lämna högskolan med stora skulder hängande runt halsen. Utbildarna gör ingalunda sitt arbete, när de är medvetna om, att unga män ägnar år av ingående studium av böcker, utan att försöka att arbeta ihop till studieavgiften, och ändå inte gör något åt saken. Varje fall bör undersökas, varje yngling ägnas kärleksfull

uppmärksamhet, för att utröna hans ekonomiska belägenhet.

Ett av de studier, som bör framställas för den studerande som viktigast, är bruket av hans gudagivna förnuft i samklang med hans fysiska krafter – huvud, kropp, händer och fötter. Det rätta bruket av ens person är den värdefullaste lärdom, som går att dra. Det är inte meningen, att vi skall anstränga hjärnan och så stanna upp; utan vi skall göra bästa möjliga bruk av de olika delar, som utgör det mänskliga maskineriet – hjärna, benstomme och muskler, kropp, huvud och hjärta. Ingen man är lämplig som pastor, om han inte förstår sig på detta. – *Brev 103*, 1897

Lärarna deltar i Rekreation – Jag ser något här i Schweiz [anm.: Skrevs under författarinnans besök i Europa, 1885-1887], som jag anser är värt att ta efter. Skolornas lärare går ofta ut tillsammans med sina elever när de leker och lär dem hur de skall roa sig själva. De finns till hands för att hindra varje oordning eller fel. Ibland tar de med sig sina elever ut och tar en lång promenad tillsammans med dem. Detta tycker jag om. Jag menar, att barnen inte får så många tillfällen att falla för någon frestelse. Lärarna tycks gå med in i barnens sportgrenar och styra dem.

Jag kan inte på något sätt godkänna den tanken, att barnen måste känna att man ständigt misstror dem och inte kan handla som barn, utan låt lärarna gå tillsammans med barnen i deras förströelser, bli ett med dem och visa att de vill, att de skall ha det bra. Det kommer att ge barnen tillit. De kan styras genom kärlek, men inte genom att man följer dem i deras måltider och i deras nöjen med en sträng och obeveklig hårdhet. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidan 653 (1889).

Visa Eleverna Förtroende – Förståndiga lärare kommer i sin kontakt med eleverna att försöka uppmuntra dem till att vara pålitliga. Det stärker deras hederskänsla. Det är nyttigt för barn och ungdomar att se att man litar på dem. Många, till och med små barn, har redan en hederskänsla. Alla vill att man ska lita på dem och känna respekt för dem, och det är deras rätt. Man får inte låta dem tro att de varken kan gå ut eller in utan att känna sig övervakade. Misstankar leder till problem och skapar just det onda man försöker förebygga. Lärare som har god kontakt med sina elever utan att ständigt bevaka dem kommer att förstå hur elevernas rastlösa tankar fungerar och försöka motarbeta det onda. Låt ungdomarna känna att man litar på dem, för det är inte många som inte vill visa att de är värda förtroende. – *Vägen till Mognad*, sidan 310 (1903).

Elevers Förtroende viktigt – Lärarna måste ha anlag för sitt arbete. De måste använda det förnuft och den takt som krävs, när man har med människors tankar att göra. Oavsett hur stor kunskap de har, och oavsett hur utmärkta deras kvalifikationer är på andra områden, så kommer deras arbete att vara förgäves om de inte vinner respekt och förtroende av små elever. – *Vägen till Mognad*, sidorna 278-279 (1903).

Att hjälpa de Tröga och föga Lovande – Om Ni visar Era studerande vänlighet, kärlek, ömsint omtanke, kommer Ni att få detsamma tillbaka. I fall undervisare är stränga, klandersjuka, högdragna, utan tanke på andras känslor, får de detsamma tillbaka. En person, som vill bevara sin självaktning och värdighet, måste se noga till, att han inte offrar andras aktning och värdighet på altaret. Den här regeln bör sorgfälligt visas även mot de mest trögtänkta, de yngsta och de mest tafatta elever.

Vad Gud kommer att göra med dessa till synes liknöjda ungdomar, vet ingen. I det förflutna har Gud godtagit och valt ut precis sådana individer, som sedan har utträttat storverk för Honom. Hans Ande har verkat likt ett elektriskt batteri på hjärtat, och därmed väckt de synbarligen avdomnade förmågorna till livlig och uthållig gärning. Herren såg i dessa grova, ointresserade, opolerade stenar dyrbar metall, som kommer att klara av prövningarna från stormen och den flammande pärsens hetta. Gud ser inte så, som människan ser, Gud bedömer inte så, som människan bedömer – Han utranssakar hjärtat. – *Manuskript 2*, 1881.

Att bemöta trögtänkta Elever – Lärarna behöver vara mottagliga för Guds Andes inflytande. Inte en enda, som lätt förlorar tålmodet och blir irriterad, bör vara undervisare. Lärarna måste överväga, att de har med barn att göra, inte med män och kvinnor. De är barn och har allt att lära, och det är mycket vanskligare för vissa, att lära sig, än för andra. En trögtänt elev behöver mycket mera uppmuntran, än han brukligt får. Om lärare, som av naturen älskar att ge order, diktera och upphöja sig själva med sin myndighet, som gärna handlar partiskt och har favoritelever, som de visar förkärlek för, medan andra behandlas med exakthet och stränghet, sätts över dessa olika mänskossinnen, skapar det förvirring och uppstudsighet. – *Fundamentals of Christian Education*, sidan 154 (1893). (*Grundsatser för Kristen Utbildning*, sidorna 269-270.)

Stämningen i Klassrummet påverkar Eleverna – Det religiösa livet hos ett stort antal av dem, som bekänner sig att vara kristna, är sådant, att det visar att de inte är kristna... Deras egna nedärvda och uppammade karaktärsdrag får ta överhanden som dyrbara egenskaper, fastän de har ett dödsbringande inflytande över andra människors sinnen. Kort och gott: De vandrar i gnistorna från sin egen eld. De har en religion att underkasta sig, men kontrolleras av omständigheterna. I fall allt går enligt deras behag, och deras ytliga, otyglade och okristliga natur inte stöter på några hinder i vägen, mjuknar de och uppträder vänligt och tilltalande. När det sker ting i familjen, eller i umgänget med andra, som stör friden och retar dem till vrede, bör de lägga fram alla bekymmer inför Gud. Sedan bör de ihärdigt be om Hans nåd, innan de sätter igång sitt dagliga arbete som lärare. De bör känna, att Kristi kraft, nåd och kärlek vistas fortlöpande i deras egna hjärtan, sedan kan de påbörja arbetet. Då kommer Guds änglar att vara med dem i klassrummet.

Blir de provocerade och irriterade i klassrummet, gör det ett dåligt intryck på barnen de ansvarar för. I stället för att undervisa barnen, behöver de själva undervisas om Kristi lära. – *Fundamentals of Christian Education*, sidorna 149-150 (1893) (*Grundsatser för Kristen Utbildning*, sidorna 265-266.)

Tålmod och Anpassbarhet behövs (råd till en lärare) – Du saknar framgång som lärare, eftersom Du inte är tålmodig och anpassbar. Du vet inte, hur Du skall hantera mänskliga sinnen, eller hur Du på bästa sätt skall förmedla kunskap. Om Dina förväntningar inte infrias, blir Du otålig. Du har fått varje utbildningsmässig fördel, ändå är Du ingen förständig lärare. Det känner på för Dig, att förmedla tankar till trögtänkta mottagare. Som ung behövde Du själv disciplin och upplärning. Men den anda, som Du gav prov på vid tillrättavisning, har förstört Ditt liv. – *Brev 117*, 1901.

Föräldrarna måste samarbeta med Lärarna – Ett försummat fält är en bild på ett försummat sinne. Föräldrarna måste börja, att betrakta undervisaren i annat ljus. De måste förstå, att det är deras plikt, att samarbeta med läraren, att uppmuntra övertänkt självdisciplin, och att be mycket för den, som skolar deras barn. Ni är inte till hjälp för barnen, genom att vara irriterade, banna, eller göra dem modstulna; Ni är heller inte ett stöd åt dem, genom att egga dem till uppror och olydnad samt ovänlighet och elakhet genom den anda Ni har utvecklat. – *Manuskript 34*, 1893.

Trosgemenskapens Ansvar – Det finns inget viktigare arbete, än att utbilda våra unga rätt. Vi måste vaka över dem, och mota Satan i grind, så att han inte river dem ur våra armar. När de unga kommer till våra högre skolor, skall de inte känna, att de har anlänt till främlingar, som inte bryr sig om deras själar. Det bör finnas fäder och mödrar i Israel, som vågar att göra något för deras själar, som de skall avlägga räkenskap för.

Bröder och systrar, håll Er inte på avstånd från dessa kära unga, som om Ni inte hyste några särskilda bekymmer eller något ansvar för dem. Ni, som länge har bekant Er vara kristna, har ett arbete att utföra, och tålmodigt och vänligt leda dem på den rätta vägen. Ni bör visa dem, att Ni älskar dem, för att de är yngre medlemmar av Herrens familj, köpta för Hans blod. – *The Review and Herald*, den 26. augusti, 1884. (*Grundsatser för Kristen Utbildning*, sidorna 89-90.)

Att bemöta förhärdade Hjärtan och förvanskade Naturer – Vår Återlösare har en bred och vittomfattande mänsklig sida. Hans hjärta berörs alltid av det lilla barnets välkända hjälplöshet inför grov behandling; för Han älskade barnen. Den lidande mänsklighetens svagaste rop har aldrig nått Hans öron förgäves. Och alla, som åtar sig ansvaret för, att undervisa de unga, kommer att möta förstockade hjärtan, en förvanskad natur, och hans uppgift blir då, att samarbeta med Gud i, att återupprätta Guds moralbild i varje barn. Jesus, dyrbar Jesus – ett helt källsprång av kärlek fanns i Hans själ. – *Fundamentals of Christian Education*, sidan 149 (1893). (*Grundsatser för Kristen Utbildning*, sidan 265.)

Sektion 5 - Livets Kraftkälla Kärleken – en gudomlig, evig Princip

Kärleken, Handlandets Drivkraft – När den himmelska principen om evig kärlek fyller hjärtat, kommer den att flyta ut till andra, . . . utan därför att kärlek är grunden för vårt sätt att handla och omformar och mildrar karaktären, behärskar impulser, styr lidelser, undertrycker fiendskap och upphöjer och förädlar tillgiven kärlek. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidan 223 (1876).

Skild från alla andra Handlingsprinciper – Ren kärlek är enkel i sitt sätt att fungera, och den är skild från alla andra handlingsprinciper. –

Vittnesbörd för Församlingen, Band 2, sidan 136 (1868).

En ömtålig Planta, som bör uppodlas och älskas – Kärleken är en ömtålig planta, och den måste uppodlas och sättas värde på, ja, bitterhetens rötter måste samtliga dras upp omkring den, för att den skall finna utrymme att fungera, och då kommer den att lägga sinnets alla krafter under sitt inflytande, liksom hjärtat, så att vi älskar Gud till det yttersta och vår nästa som oss själva. – *Manuskript 50*, 1894. (*Our High Calling*, sidan 173.)

Satans Ersättning – Själviskhet i Kärlekens Ställe – På grund av olydnad förvrängdes människans krafter, och själviskheten intog kärlekens plats. Hennes natur blev så försvagad, att det blev omöjligt för henne, att stå emot ondskans makt; och då insåg frestaren, att han var på väg, att kullkasta himmelens plan med människans skapelse och kunna fylla världen med elände och ödeläggelse. – *Counsels to Parents, Teachers, and Students*, sidan 33 (1913).

Kärleken blomstrar självmant, när Jaget har kapslats in – När jaget omsluts av eller uppgår i Kristus, blomstrar sann kärlek självmant. Det här rör sig inte om en känsla eller en impuls, utan är ett beslut fattat av en helgad vilja. Det består inte av känslor, utan innebär hela hjärtats, själens och sinnelagets omvandling. Sedan är man död gentemot jaget och lever för Gud. Vår Herre och Frälsare ber oss om, att vi skall överlåta oss åt Honom. Att vi överlämnar jaget till Gud, är det enda Han begär. Vi skall överge oss själva åt Honom och låta Honom använda oss efter behag. Inte förrän vi nått till denna kapitulation, kommer vi att arbeta lyckligt, på ett användbart sätt och framgångsrikt någonstans. – *Brev 97*, 1898 (*SDA Bibelkommentar*, Band 6, sidorna 1100-1101.)

Kärleken ingen Impuls, utan en gudomlig Princip – Kärlek till Gud framför allt annat och osjälvisk kärlek till varandra är vår himmelske Faders bästa gåva. Denna kärlek är inte en tillfällig känsla, utan en gudomlig princip, en förblivande kraft. En inte helgad människa kan inte visa en sådan kärlek. Den finns bara hos den i vars sinne Jesus bor. ”Vi älska, därför att *han* först har älskat oss.” I dens sinne som den gudomliga nåden har förnyat är kärleken den härskande principen i varje handling. – *Löftestiden*, sidan 515 (1911).

Kärlek – intellektuell och moralisk Kraft – Kärlek är en kraft. Intellektuell och moralisk styrka innefattas i denna princip och kan inte

skiljas från den. Rikedomens och välståndets makt har en tendens att fördärva och ödelägga. Den fysiska styrkan är stark nog att såra, men den rena kärlekens upphöjdhet och värde består i dess förmåga att göra gott, att inte göra något annat än gott. Vad som är gjort av ren kärlek, om det är aldrig så litet eller ringa i människors ögon, bär frukt med evighetsvärde. Ty Gud värdesätter mera hur mycket kärlek man visar i sitt arbete än hur mycket man utträttar. Kärlek är av Gud. Ett oomvänt sinne kan inte ge upphov till eller frambringa denna planta av himmelskt ursprung som växer och blomstrar endast där Kristus härskar. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidan 135 (1868).

Kärleken är en Våldoftens Atmosfär – Varenda människa är omgiven av en egen atmosfär, vilken mycket väl kan vara laddad med livgivande troskraft, mod och hopp, dessutom med kärlekens våldoft. Men den kan också vara tung och kall, fylld av missnöje och själviskhet eller helt förgiftad av synd som man hängett sig åt. Varje människa vi kommer i kontakt med blir medvetet eller omedvetet påverkad av den atmosfär som omger oss. – *Såningsmannen*, sidan 276 (1900).

Rycker upp Själviskheten och Tvedräkten med Rötterna – Kärlekens gyllene länkar, vilka sammanbinder de troendes hjärtan i enhet, i gemenskapens och kärlekens enighet, samt i gemenskap med Kristus och Fadern, gör kopplingen fulländad och vittnar inför världen om kristendomens makt, som inte går att vifta bort... Härigenom rycks själviskheten upp med roten och upphör sveket att existera. Då förekommer det ej strid och split. Hos den, som är ansluten till Kristus, förekommer det ingen envishet. Inte en enda uppträder som ett tjurigt barn, vars impulsivitet får det att vilja vara oberoende och släpper taget om handen åt den, som leder det framåt, för att i stället stappla vidare självt och följa sin egen villas väg. – *Brev 110*, 1893. (*Our High Calling*, sidan 173.)

Den rena Kärlekens Frukt – ”Därför, allt vad I viljen, att människorna skola göra eder, det skolen I ock göra dem; ty detta är lagen och profeterna.” (Matt. 7:12.) Välsignelsebringande resultat skulle visa sig som följd av en sådan inställning. ”Med det mått, som I mäten med, skall ock mätas åt eder.” (Vers 2.) Här finner vi starka motiv som skulle tvinga oss att med rena hjärtan älska varandra innerligt. Kristus är vårt föredöme. Han gick omkring bland folk och gjorde gott. Han levde för att skänka välsignelse åt andra. Kärlek förskönade och förädlade alla Hans gärningar.

Vi har inte uppmanats att göra för oss själva det som vi vill att andra skall göra för oss, utan vi skall göra för andra det som vi vill att de skall göra för oss under liknande omständigheter. Det mått vi mäter med kommer att användas för oss...

Önskan att vinna inflytande och längtan att bli uppskattade av andra kan åstadkomma ett välordnat liv, och ofta en klanderfri livsstil. Självrespekt kan leda oss att undvika det som ser ut att vara ont. Ett själviskt sinne kan stimulera till generösa handlingar och till att lära känna sanningen för vår tid och till ytliga uttryck för ödmjukhet och tillgivenhet, men motiven kan ändå vara bedrägliga och orena. De handlingar som är ett uttryck för ett sådant sinne kan sakna livets väldoft och den sanna helgelsens frukter eftersom de inte styrs av den rena kärlekens principer. Kärleken skulle ömt vårdas och fostras, ty dess inflytande är gudomligt. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidan 136 (1868).

Kärleken gör Eftergifter – Kristi kärlek är djup och uppriktig, allvarligt menad, den flödar likt en oemotståndlig ström till alla, som vill ta emot den. Hans kärlek är fri ifrån själviskhet. Om denna i himmelen uppkomna kärlek är en kvardröjande princip i hjärtat, kommer den att göra sig själv märkbar, inte bara gentemot dem, som är oss kärast i helgade förhållanden, utan riktas till alla, som vi kommer i beröring med. Den kommer att göra, att vi utför små uppmärksamhetshandlingar, att vi är smidiga mot andra, att vi gör vänliga gärningar, att vi talar ömsinta, ärliga, uppmuntrande ord. Den kommer att förmå oss till, att visa medlidande med dem, vars hjärtan hungrar efter medkänsla och förståelse. – *Manuskript 17*, 1899. (*SDA Bibelkommentar*, Band 5, sidan 1140.)

Kärleken behärskar Bevekelsegrunderna och Handlingarna – Det mest omsorgsfulla hänsynstagande till livets utvärtes omständigheter är inte tillräckligt för att utestänga all grinighet, hårt dömande och olämpligt tal. Sann förfining kommer aldrig att visa sig så länge det egna jaget betraktas som det högsta. Kärleken måste bo i hjärtat. Källan till en allt igenom allvarlig kristens handlingar är den djupa kärlek till Herren som han hyser i sitt hjärta. Upp genom rötterna till hans kärlek till Kristus flödar ett oegennyttigt intresse för hans bröder fram. Kärleken utrustar sin ägare med älskvärdhet, anständighet och ett attraktivt uppträdande. Den upplyser ansiktet och gör rösten mild. Den förädlar och höjer hela hans väsen. – *Evangeliets Tjänare*, sidan 88 (1915).

Kärleken bedömer en annans Bevekelsegrunder gynnsamt – Kärleken ”skickar sig icke ohöviskt, den söker icke sitt, den förtörnas icke, den hyser icke agg för en oförrätts skull”. Den kristna kärleken bedömer andras bevekelsegrunder och handlingar på det mest gynnsamma sättet. Den avslöjar inte onödigtvis deras skäl. Den lyssnar inte gärna till andras negativa uttalanden om dem. Den vill hellre tala om andras goda egenskaper. – *Löftestiden*, sidan 299 (1911).

Kärleken förskönar hela Livet – De, som älskar Gud kan inte ge plats för hat eller fiendskap. När den himmelska principen om evig kärlek fyller hjärtat, kommer den att flyta ut till andra,...

Denna kärlek är inte begränsad till att bara omfatta ”mig och min”, utan är lika vittomfattande som världen och lika hög som himlen och är i harmoni med den härskara som de tjänande änglarna utgör. Då denna kärlek vårdas i själen, förskönar den hela livet och sprider ett luttrande inflytande över alla i sin omgivning.

Om vi älskar Gud av hela vårt hjärta, måste vi också älska Hans barn. Denna kärlek är Guds ande. Det är den himmelska prydnad som ger sant ädelmod och värdighet till själen och gör våra liv lika Mästarens liv. Oavsett hur många goda egenskaper vi kan ha, hur aktningvärda och fina vi kan anse oss själva vara, om inte själen är döpt med den himmelska nåden av kärlek till Gud och varandra, lider vi brist på sann godhet och är inte passande för himlen, där allt är kärlek och harmoni. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidorna 223-224 (1876).

Sann Kärlek är andlig – Den kärlek, som har lyfts upp ur lidelsernas och impulsernas rike, blir andlig och uppenbarar sig i ord och handlingar. En kristen måste ha en helgad ömhet och kärlek, i vilken det inte finns någon otålighet eller irritation. De bryska, hårda vanorna måste mjukna genom Kristi nåd. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidan 335 (1885).

Kärleken existerar genom Handling – Kärlek kan inte existera utan handling, och varje handling förökar, stärker och vidgar den. Kärlek kommer att vinna segern när argument och auktoritet är maktlösa. Kärlek söker inte vinning och belöning, ändå har Gud så förordnat att stor vinning skall bli ett säkert resultat av varje kärlekens gärning. Den har förmåga att vidga sitt inflytande och är tyst i sin verksamhet, men ändå stark och mäktig i sin avsikt att övervinna mycket ont. Den smälter och

förvandlar genom sitt inflytande och tar fasta på de syndfullas liv och påverkar deras hjärtan, när varje annat medel har visat sig utan framgång.

Varhelst intellektuell eller auktoritativ påtryckning eller makt används och kärlek inte tydligt är med, kommer deras vilja och kärlek som vi söker att nå, att gå i försvars- och motståndställning och deras motstånd öka. Jesus var fridens furste. Han kom till denna värld för att lägga under sig både motstånd och auktoritet. Han kunde ha använt både visdom och makt, men de medel han använde och med vilka han övervann det onda, var kärlekens styrka och vishet. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidorna 135-136 (1868).

Uppenbarar en ny Livsprincip – När människor sluter sig samman, inte av tvång eller egna intressen utan av kärlek, uppenbarar de effekten av ett inflytande som är högre än allt mänskligt inflytande. Där denna enhet finns, är den ett bevis för att Guds avbild är på väg att återupprättas i människan och att en ny livsprincip har blivit inplantad. Den visar att det finns kraft i den gudomliga naturen att motstå det ondas övernaturliga tillskyndare och att Guds nåd kan betvinga den egenkärlek som hänger fast vid det naturliga sinnet. – *Vändpunkten*, sidan 681 (1898).

Kärlek i Hemmet

[*Se Kapitel 32, "Häftig Förälskelse och blind Kärlek."*]

Källan till verklig Tillgivenhet Människor emellan – Vår kärlek till varandra beror på vårt gemensamma förhållande till Gud. Vi är en familj, vi älskar varandra så, som Han älskade oss. Jämförd med denna äkta, helgade och disciplinerade kärlek, är världens tomma artighet, dess betydelselösa uttryck för överflödande vänskap som agnarna i förhållande till vetet. – *Brev 63, 1896 (Guds Söner och Döttrar*, sidan 101.)

Att älska Kristus är detsamma som, att visa osjälviskhet vid alla tillfällen, liksom vänliga ord och blickar. ... Äkta kärlek är en värdefull egenskap av himmelsk upprinnelse, som doftar skönare och skönare, när den utdelas till andra. – *Manuskript 17, 1899. (Guds Söner och Döttrar*, sidan 101.)

Kärleken binder ihop Hjärtan – Visa varandra ömsesidig kärlek och ömsesidig fördragsamhet.

Då kommer äktenskapet att bli början till kärleken, i stället för att vara slutet på den. Den värme som kommer av sann vänskap och den kärlek som binder hjärta till hjärta, är en försmak av himlens glädje... Båda bör ge kärlek, i stället för att kräva att få den. – *Hälsa för hela Människan*, sidan 308 (1905).

Tillgivenheten kan vara ren, men ytlig – Tillgivenheten kan vara klar som kristall och vacker i sin renhet och ändå kan den vara ytlig därför att den inte har blivit prövad och frestad. Gör Kristus till den förste och den sista och den bäste i allt. Ha honom ständigt för ögonen så kommer er kärlek till honom att dagligen bli djupare och starkare för varje prövning som den blir utsatt för. Och efterhand som er kärlek till honom blir större, blir er kärlek till varandra djupare och starkare. "Vi alla som med avhöljt ansikte återspegla Herrens härlighet, vi förvandlas till hans avbilder, i det vi stiga från den ena härligheten till den andra." (2 Kor. 3:18.) – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 7, sidan 46 (1902).

Kärleken kan inte existera, utan att uttryckas – När de sällskapliga och generösa impulserna hålls tillbaka, vissnar de bort och hjärtat blir ödsligt och kallt... Kärleken kan inte leva länge om den inte får komma till uttryck. Låt inte den vars hjärta är knutet till dig svälta av brist på vänlighet och sympati. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 308 (1905).

Kärlekens Planta måste skötas med Omsorg – Kärlekens dyrbara planta måste behandlas ömsint, för då blir den stark och kraftfull samt bär rik frukt, ja, den bär upp hela karaktären. – *Brev 50, 1893.*

Undertryck inte kärleksfulla Impulser – Uppmuntra alla uttryck för kärlek till Gud och till varandra. Orsaken till att det finns så många hårdhjärtade människor i världen är, att sann tillgivenhet har betraktats som en svaghet och därigenom blivit hämmad och undertryckt. Den bättre naturen hos dessa människor kvävdes redan i barndomen. Med mindre den gudomliga kärlekens ljus får smälta bort deras kalla egoism, kommer deras lycka att vara ödelagd för all framtid. Om vi vill att våra barn skall få Jesu milda sinnelag och den sympati som änglarna lägger i dagen inför oss, måste vi uppmuntra och stödja barnens ädla impulser. – *Vändpunkten*, sidan 513 (1898).

Kärlek, inte Lidelse – Kärleken är en planta som har sina rötter i himlen. Den är inte

oförnuftig. Den är inte blind. Den är ren och helig. Den lidelse som finns i det naturliga hjärtat är däremot av en helt annan karaktär. Medan ren kärlek tar med Gud i alla sina planer och är i fullständig harmoni med Guds Ande, är lidelsen egensinnig, överilad och oförnuftig. Den trotsar allt som lägger band på den och gör föremålet för sin känsla till en avgud.

I den som har sann kärlek uppenbarar sig Guds nåd. Den visar sig i allt man gör. Varje steg i riktning mot äktenskap kommer att präglas av anständighet, enkelhet, uppriktighet, moraliska principer och gudsfruktan. – *The Review and Herald*, den 25. september, 1888. (*Budskap till de Unga*, sidan 438.)

Äkta Kärlek en Beredelse för ett lyckligt Äktenskap – Den sanna kärleken är en hög och ädel grundsats, till sin beskaffenhet helt och hållet olik den kärlek, som väcks genom en ögonblicklig ingivelse och vilken hastigt dör, då den strängt prövas. Det är genom plikttröhet i sina föräldrars hem, som de unga förbereds på att sköta sina egna hem. Låt dem här utöva självförsakelse samt visa vänlighet, artighet och kristlig sympati. Härigenom kommer kärleken att hållas varm i hjärtat, och den som går ut från ett sådant hem, för att förestå sin egen familj, kommer att veta, hur han kan göra henne lycklig, som han valt till sitt livs ledsagarinna. I stället för att giftermålet blir slutet på kärleken, blir det dess verkliga början. – *Patriarker och Profeter*, sidan 179 (1890).

Kärlek och Självbehärskning kittar samman Familjen – Låt föräldrarna söka, att, i sin egen karaktär och i familjelivet, ge prov på den himmelske Faderns kärlek och välvilja. Låt hemmet uppfyllas av solsken. Detta skall för Era barn bli värt mycket mer, än land eller penningar. Låt kärleken till hemmet bevaras levande i barnens hjärtan, så att de kan skåda tillbaka på sitt barndomshem som en plats, vilken näst himmelen var den fridfullaste och lyckligaste. Alla medlemmar i en familj har inte likadan karaktär, och man får ofta tillfälle att visa tålmod och overseende; men genom kärlek och självbehärskning kan alla bindas samman i den innerligaste vänskap. – *Patriarker och Profeter*, sidan 179 (1890).

Egenskaper hos sann Kärlek (råd till en väldigt envis äkta man) – Äkta, ren kärlek är värdefull. Den är himmelsk i sin påverkan. Den är djup och beständig. Den är inte krampaktig eller tillfällig i sina manifestationer. Den är inte en självvisk lidelse. Den bär frukt. Den kommer att leda till ständiga strävanden för att göra din hustru lycklig.

Om du har denna kärlek, kommer det att bli naturligt för dig att sträva efter detta. Det kommer inte att visa sig vara av tvång. Om du går ut ensam för att ta en promenad eller delta i ett möte, kommer det att vara lika naturligt för dig som att du andas att ta din hustru med dig och försöka göra henne lycklig i ditt sällskap. Du anser hennes andliga förmågor vara mindre än dina egna, men jag såg att Gud var mer nöjd med hennes andlighet än den du själv har.

Du är inte din hustru värdig. Hon är för god för dig. Hon är en bräcklig och känslig planta. Hon har behov av omsorg på ett ömt sätt. Hon vill på allvar göra Guds vilja. Men hon har en högmodig ande och är skygg och ryggar tillbaka för tillrättavisning. Det är som döden för henne att vara föremål för observation eller kommentarer. Låt din hustru bli älskad, ärad och beskyddad i äktenskapslöftets fulla innebörd och hon kommer att kunna överge detta reserverade, anspråkslösa tillstånd som är naturligt för henne. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidan 416 (1870).

Själens längtar efter mera förfinad Kärlek – Din hustru borde anstränga sig mycket för att komma ut ur sitt tillbakadragna, förfinade, reserverade sätt och bemöda sig om enkelhet i allt vad hon gör. Och när dina högre förmågor och anlag väcks i dig och stärks genom att de används, kommer du bättre att kunna förstå kvinnans behov. Du kommer att förstå att själen behöver kärlek av en högre och renare ordning än den som råder i de djuriska lidelsernas ordning. Dessa lidelser har stärkts i dig genom att du uppmuntrat dem och praktiserat dem. Om du nu under fruktan för Gud låter din kropp underordna sig och försöker gå din hustru till mötes med ren, upphöjd kärlek, kommer behoven i hennes natur att bemötas. Ta hennes hjärta till ditt hjärta, sätt stort värde på henne. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidan 415 (1870).

Kärleken tar sig Uttryck i Ord och Gärningar – L ___ behöver vårda sin kärlek till sin hustru, en kärlek som tar sig uttryck i ord och handlingar. Han bör vårda en blid kärlek. Hans hustru har en känslig, tillgiven natur och har behov av att bli älskad. Varje ömt ord, varje uppskattande handling och tillgiven uppmuntran kommer hon att minnas och de kommer att ges tillbaka i form av välsignelser för hennes make. Hans oförstående natur behöver komma i nära kontakt med Kristus, så att rigiditeten och kylan kan hållas nere och mjukas upp av gudomlig kärlek.

Det kommer inte att vara svaghet eller ett offer av manlighet och värdighet att visa sin hustru ömhet och förståelse genom ord och handlingar. Låt det inte stanna inom familjekretsen, utan bre ut sig till dem som är utanför familjen. L___ har en uppgift att utföra för sig själv som ingen annan kan göra för honom. Han kan växa sig stark i Herren genom att bära bördor inom Hans verk. Hans hängivenhet och kärlek bör centrera sig kring Kristus och himmelska ting och han bör forma åt sig en karaktär för det eviga livet. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidorna 530-531 (1875).

De små Gärningar, som uppenbarar verklig Kärlek – Kärlek kan inte existera utan att visa sig i yttre handlingar, inte mer än eld kan hållas levande utan bränsle. Du, broder C, har känt att det var under din värdighet att visa ömhet genom vänliga handlingar och att söka tillfällen att visa tillgivenhet för din fru genom ömma ord och vänlig omtanke. Du är ombytlig i dina känslor, och påverkas väldigt mycket av yttre omständigheter... Lämna dina affärsbekymmer, problem och besvärligheter när du lämnar arbetet. Kom hem till familjen med ett glatt ansikte, med sympati, ömhet och kärlek. Det kommer att vara bättre än att lägga ut pengar på medicin eller läkare åt din hustru. Det kommer att vara hälsa för kroppen och kraft för själen. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 1, sidan 695 (1868).

Låt tålmod, tacksamhet och kärlek hålla solskenet kvar i ditt hjärta, trots att dagen kan vara än så molnig. – *Hälsa för hela Människan*, sidan 341 (1905).

Kraften hos Föräldrars goda Föredöme – Det bästa sättet att lära barnet att visa respekt för föräldrarna är att låta det se, att fadern har en kärleksfull omtanke om modern och att modern respekterar faderns auktoritet. Det är genom att lägga märke till att föräldrarna tycker om varandra, som barnen lär sig att värdesätta det femte budet och följa uppmaningen: ”Ni barn, lyd era föräldrar i Herren, det är rätt och riktigt.” – *The Review and Herald*, den 15. november, 1892. (*Det adventistiska Hemmet*, sidan 150.)

Jesu Kärlek avspeglad i Föräldrarna – När modern har vunnit barnens förtroende och lärt dem att älska och lyda henne, har hon gett dem de första läxorna i kristen livsstil. Barnen måste ha samma kärlek och tillit till sin Frälsare, som de har till sina föräldrar. Den kärlek, som trofasta och omsorgsfulla föräldrar visar mot barnet, är ett svagt återsken av den kärlek som Jesus har till Sina sanna efterföljare. – *The Signs of the Times*,

den 9. september, 1886, stycke 11. (*Det adventistiska Hemmet*, sidan 150.)

Moderns Kärlek är en Bild på Kristi Kärlek – När en mor lär sina barn att lyda, därför att de älskar henne, ger hon dem den första lektionen i det kristna livet. Moderns kärlek representerar för barnet Kristi kärlek. De små barn som lär sig att älska och lyda sin mor, lär sig att tro på Frälsaren och lyda honom. – *Vändpunkten*, sidan 512 (1898).

Ett kristet Hems Inflytande glöms aldrig – I ett hem som är präglad av kärlek, hänsynsfullhet och ömhet, blir Guds namn förhärligat. Änglar är glada över att vara gäster på en sådan plats. Det inflytande, som ett omsorgsfullt beskyddat hem har på sinnet under barnåren och hela uppväxten, är det säkraste skyddet mot ondska och fördärv i världen. I ett sådant hem kommer barnen att lära sig älska både sina föräldrar och sin himmelske Far. – *Manuskript 126*, 1903. (*Det adventistiska Hemmet*, sidan 16.)

Familjelivet skall utöva ett helgande inflytande på den enskildes liv. Kristna hem som lever i harmoni med Guds planer, har en ovärderlig betydelse när det gäller att forma en kristen karaktär... Föräldrar och barn bör förena sig i vänlig tjänst för Honom som är källan till all ren och ädel kärlek mellan människor. – *Manuskript 16*, 1899. (*Det adventistiska Hemmet*, sidan 19.)

Kärlek och Sexualitet i Erfarenheten som Människa

Anm.: Ellen White levde och verkade under en tid, då stor återhållsamhet gällde för offentliga uttalanden och skrivelser om sex och det sexuella samspelet mellan makar.

Hon gifte sig med James White den 30. augusti, 1846, efter att genom bön ha blivit säker på, att detta var ett riktigt steg. Det bör ihågkommas, att hon redan hade inlett sin kristna tjänst, ty under tjugo månader hade hon tagit emot syner från Herren. Som följd av föreningen med James White, födde hon fyra söner, år 1847, 1849, 1854 och 1860.

Det var på 1860-talet – ett årtionde, då hon fick två grundläggande syner om hälsoreformen (den 6. juni, 1863 och den 25. december, 1865) – som Ellen G. White först tog upp frågor knutna till sex.

Uttalanden under senare år vidareutvecklade detta. På tal om samlag för gifta, använde hon sådana uttryck som ”förmån inom äktenskapet”, ”förmån för dem med familj”, ”sexuella förmåner”.

För att få en riktig och balanserad uppfattning om Ellen Whites undervisning om detta känsliga ämne, bör det ena uttalandet jämföras med ett annat. Den balans, som framgår av många av dessa utsagor, bör noteras. Man bör noggsamt lägga märke till innebörden hos de ord, som används.

Ord såsom ”lidelse” och ”benägenhet” används emellanåt. Dessa förklaras ofta genom ord såsom lägre, djurisk, lustfylld, urartad, fördärvad. Sådana starka uttryck kan få en del läsare att tro, att all lidelse fördöms och all sexuell aktivitet är av ondo. Följande citat motsäger detta:

Gud kräver inte bara att du ska kontrollera dina tankar utan också din lidelse och starka åtrå... Passioner och lidelser är starka krafter... Håll sträng uppsikt över dina tankar, intressen och känslor. Låt dem inte nedvärderas till att tjäna begäret. Lyft upp dem [lidelser och tillgivenhet] till renhet. Helga dem åt Gud. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidorna 561, 564 (1870).

All djurisk benägenhet skall läggas under själens högre krafters kontroll. – *Manuskript* 1, 1888. (*Det adventistiska Hemmet*, sidan 128.)

I de sammanhang, där vissa av de ovan nämnda starka orden används, manar hon enträget, att lidelserna skall styras av det, som hon kallar för ”högre, ädlare krafter”, ”förnuftet”, ”moralisk återhållsamhet”, och ”moralens fulla bruk”. Hon skriver om avhållsamhet och återhållsamhet samt om, att undvika överdrifter. Inom äktenskapet skall de lidelser, som utmärker alla människor, stå under kontroll, de skall behärskas och styras. Lägga märke till följande:

De, som betraktar det äktenskapliga förhållandet som en av Guds okränkbara inrättningar – värnat genom Hans heliga påbud – låter sig behärskas av förnuftets röst. – *Healthful Living*, sidan 48.

Mycket få vet att det är en kristen plikt att behärska sina drifter... Äktenskapsförbundet döljer synder av mörkaste slag... Hälsa och liv offras på ett altare för förnedrande böjelser. De högre och ädlare krafterna underläggs de köttliga böjelserna... Kärlek är en ren och helig princip, men lustfyllda böjelser vill inte tillåta återhållsamhet och vill inte ta emot förståndets

kontroll och diktat. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidorna 472-473 (1870).

Äktenskapsförbundet betecknar hon som en ”helig inrättning”, vilken kan bli ”förvrängd”. Hon talar om ”sexuella förmåner”, som ”missbrukas”. Åter igen är det inte lidelsen, som fördöms, utan ”låg” och ”lustfylld” lidelse. Och det bör observeras, att Ellen White tecknar en bild av äktenskaplig närhet som en ”förmån”. Ehuru hon varnade för grovt sexuellt uppförande inom äktenskapet, framhöll hon, att det visst förekommer stunder, när tillgivenhet hållen inom sunda tyglar, må ”släppas lös”. Ett annat upplysande uttalande förtjänar närmare betraktelse:

Vad gäller äktenskapet, skulle jag föreslå genomläsning av Guds ord. Även i denna tid, de sista dagarna av denna världshistoria, ingår sjundedags-adventister giftermål... Som ett folk, har vi aldrig förbjudit äktenskap, förutom i de fall, där det har varit glasklart, att giftermål skulle betyda elände för båda parter. Och även då har vi bara gett goda råd. – *Brev* 60, 1900.

Vid en tidpunkt, då hon och maken på grund av behovet av deras insatser var åtskilda av en halv världsdal, anförtrodde hon sig åt James i ett brev:

Varje dag känner vi den största längtan efter en mera helgad närhet till Gud. Detta är min bön, när jag ligger ned, när jag vaknar på natten och när jag stiger upp på morgonen: Närmare, Gud, till Dig, närmare, Gud, till Dig...

Jag sover ensam. Mary gör detsamma. Det ger mig större möjlighet till eftertanke och bön. Jag är så tacksam över, att vara allen, såvida inte Din närvaro hedrar mig. Sängen vill jag dela endast med Dig. – *Brev* 6, 1876.

Vid ingen tidpunkt deltog hon i eller godkände lärosatser, som fordrade ett slags platoniskt förhållande mellan broder och syster inom äktenskapet. Då hon bemötte dem, som utbredde läror av detta slag, avrådde Ellen White pådyvlandet av dylika tankar. Att låta tankarna kretsa kring dem, skrev hon, öppnade vägen för Satan, att påverka ”fantasin, så att orenhet” i stället för renhet skulle inträffa. – *Brev* 103, 1894.

För varje lagenlig, gudagiven förmån, har Satan en förfalskning att locka med. Han försöker, att ersätta heliga, rena tankar med orena. Äktenskapets heliga kärlek vill han ersätta med frigjordhet, svek, överdrift och förvrängdhet; sex

före giftermålet, äktenskapsbrott, djuriskhet i och utom äktenskapet, och homosexualitet. Allt detta avhandlas i kapitlet. – Sammanställarna.

(A) Det Positiva

(Goda Råd och Ord om Förmåner)

Jesus och Förhållanden inom Familjen – Jesus tvingade inte en eller flera grupper människor att leva ogifta. Han kom inte för att ödelägga äktenskapet, utan för att upphöja det och ge det dess ursprungliga helighet tillbaka. Han gläder Sig över alla äktenskap, som är grundade på ren och osjälvisk kärlek. – *Manuskript 126, 1903. (Det adventistiska Hemmet, sidan 121.)*

Det var han [Kristus] som bestämde att män och kvinnor skulle förenas i ett heligt äktenskap, och bilda familjer vars medlemmar skulle krönas med heder och erkännas som medlemmar i den himmelska familjen. – *Hälsa för Hela Människan, sidan 356 (1905).*

Guds Avsikt förverkligas inom Äktenskapet – Alla, som går in i äktenskapet med ädla och heliga motiv, uppfyller Guds syften med dem – mannen för att väcka hustruns renaste tillgivenhet, kvinnan för att mildra och lyfta mannens karaktär och ge den rätta prägel åt den. – *Manuskript 16, 1899. (Det adventistiska Hemmet, sidan 99.)*

Äktenskapets Förmåner – Sedan bör de [kristna, som har gift sig] i rätt tid tänka över vilka följder varje äktenskaplig förmån kan föra med sig. Helgade principer bör ligga till grund för varje steg som tas. – *Vittnesbörd för Församlingen, Band 2, sidan 380 (1870).*

[Hon skrev om ett] ”bevarande {av} skyddsmuren, som omger familjens inte privatliv”. – *Vittnesbörd för Församlingen, Band 2, sidan 90 (1868).*

En Tid, när Kärleken kan ges Frihet – De ungas kärlek till varandra borde hållas tillbaka, tills den tid kommer då de är tillräckligt gamla och erfarna för att det ska vara tryggt och hedervärt att ge dem frihet. – *AM, Nummer 8, 1864. (Budskap till de Unga, 452.)*

Faran med, att överdriva det Lagliga – Det är i sig självt inte syndigt, att äta och dricka eller att gifta sig och bli bortgift. Det var lagligt, att gifta sig på Noas tid, och det är lagligt, att gifta sig nu, om det lagenliga hanteras rätt och ej förs till överdrift...

I Noas dagar gjorde den opassande, överdrivna kärleken till det, som i sig var lagligt äktenskapet, syndigt i Guds ögon. I våra dagar förlorar många sina själar, genom att låta sig uppslukas av tankarna på giftermål och genom förhållandet inom äktenskapet...

Gud har satt människor i världen, och det är deras förmån, att äta, dricka, göra affärer, gifta sig och bli bortgifta; men allt detta är endast tryggt att göra i vördnad för Gud. I den här världen bör vi leva med tanke på den eviga världen. – *The Review and Herald, den 25. september, 1888.*

Äktenskapet ingen Ursäkt för, att ge fritt Utlopp åt lustfyllda Lidelser – Men mycket få vet att det är en kristen plikt att behärska sina drifter. De har förenat sig i äktenskap med sitt hjärtas val och därför tänker de, att äktenskapet helgar deras eftergift för de lägre böjelserna. Till och med män och kvinnor som bekänner sig höra Gud till ger fria tyglar åt sina lustfyllda böjelser, och de har ingen tanke på att Gud håller dem ansvariga för hur de förbrukar väsentlig energi. Detta försvagar deras livskraft och försvagar hela deras kropp.

Äktenskapsförbundet döljer synder av mörkaste slag. Människor som bekänner sig höra Gud till förnedrar sina egna kroppar genom eftergift för fördärvade drifter och på så sätt sänker de sig själva under djurens nivå. De missbrukar de krafter vilka Gud har gett dem att bevara i helgelse och ära. Hälsa och liv offras på ett altare för förnedrande böjelser. De högre och ädlare krafterna underläggs de köttsliga böjelserna. De som på så sätt syndar är inte bekanta med resultatet av sina vägar. – *Vittnesbörd för Församlingen, Band 2, sidan 472 (1870).*

Balansgången mellan Kärlek och lustfylld Lidelse – Det är inte en ren kärlek som tvingar en man att göra sin hustru till ett instrument för att betjäna sin egen lusta. Det är de köttsliga drifterna som gör anspråk på eftergifter.

Hur få män är det inte som visar sin kärlek på ett sådant sätt som aposteln uttrycker det: ”I män, älsken edra hustrur, såsom Kristus har älskat församlingen och utgivit sig själv för henne till att helga henne genom att rena henne (inte orena henne)... fastmer skulle hon vara helig och ostrafflig.” (Ef 5:25-27.) Detta är den kärlekens kvalitet i ett äktenskapsförhållande som Gud erkänner såsom helig.

Kärlek är en ren och helig princip, men lustfyllda böjelser vill inte tillåta återhållsamhet och vill inte

ta emot förståndets kontroll och diktat. Den är blind för konsekvenserna och den tänker inte från orsak till verkan.

Många kvinnor lider av stor svaghet och kronisk sjukdom därför att deras kropps lagar har blivit åsidosatta. Naturens lagar har man trampat under fötterna. Hjärn- och nervkraften har kastats bort av män och kvinnor, därför att den har använts på ett onaturligt sätt för att tillfredsställa de lägre böjelserna. Detta förskräckliga monster – den förnedrande, låga driften – har getts det fina namnet kärlek. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidorna 473-474 (1870).

Kärleken kontra Lidelsen hos det icke omvända Hjärtat – Kärleken... är inte oförnuftig eller blind. Den är ren och helig. Men det naturliga hjärtats lidelser är något helt annat. Ren och äkta kärlek innesluter Gud i alla sina planer och vägleds av den Helige Ande, medan lidelserna är egensinniga, obetänksamma och oförnuftiga. De motsätter sig alla begränsningar och gör föremålet för sitt val till en avgud. När en person är vägledt av sann kärlek, kommer Guds nåd att genomsyra alla hans handlingar. – *The Review and Herald*, den 25. september, 1888. (*Det adventistiska Hemmet*, sidan 50.)

Förnuftets Krav skall styra – De, som betraktar det äktenskapliga förhållandet som en av Guds okränkbara inrättningar – värnat genom Hans heliga påbud – låter sig behärskas av förnuftets röst. – *Healthful Living*, Nummer 2, sidan 48, 1865. (*Utvalda Budskap*, Band 2, sidan 440.)

Håll Förtroligheter inom Familjens okränkbara Krets – Omkring varje familj finns en helig cirkel som bör hållas obruten. Innanför den cirkeln har ingen annan person rätt att komma. Mannen och hustrun får inte tillåta någon annan att ta del av förtroligheter som endast tillhör dem. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 309 (1905).

(B) Det Negativa
(*Ord om Återhållande och av Varning*)
Äktenskapet inte avsett, att dölja Sinnlighet och nedriga Vanor – Gud har aldrig avsett, att äktenskapet skulle skyla över den stora mängd synder, som utövas. Sinnlighet och enkla vanor lär personen, att längta efter avtrubbande göranden, som hör hemma utanför äktenskapet. – *The Review and Herald*, den 24. Maj, 1887.

Sexuella Överdrifter, som riskerar Liv och Hälsa – Det är inte ren, helig kärlek som leder en

hustru att tillfredsställa sin makes sinnliga böjelser på bekostnad av hälsa och liv...

Det kan hända att det är nödvändigt att ödmjukt och kärleksfullt förklara, även med risk för missnöje, att hon inte kan förnedra sin kropp genom att ge efter för sexuella överdrifter. Hon skulle på ett fint och mjukt sätt påminna honom om, att Gud har första och största rätten till hela hennes varelse, och att hon inte kan förbise detta krav, eftersom hon måste hållas ansvarig på Guds stora dag. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidan 475 (1870).

Sexuella överdrifter kommer på ett effektivt sätt att fördärva kärleken till ett andligt liv, tömma hjärnan på de substanser som behövs för att ge näring åt systemet och att på det mest effektiva sätt göra slut på livskraften. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidan 477 (1870).

Förvrängning av en helig Inrättning – Eftersom de har ingått äktenskap, tror många att de kan tillåta sig att behärskas av djuriska lidelser. De förleds av Satan, som bedrar dem och förmår dem att fördärva denna heliga institution. Han är mycket nöjd med den låga nivå som deras sinnen intar, för han har mycket att vinna i den riktningen.

Han vet att om han kan väcka de djuriska lidelserna och få dem att öka, har han inget att vara bekymrad över med tanke på deras kristna erfarenhet, för de moraliska och intellektuella förmågorna kommer att vara underordnade, medan de djuriska vanorna kommer att dominera och behålla herraväldet: och de djuriska lidelserna kommer att stärkas då de används, medan de ädlare egenskaperna blir allt svagare. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidan 480 (1870).

De sexuella Förmånernas Missbruk inom Äktenskapet – När de djuriska drifterna omhuldas och levs ut i denna tid, ökar de i styrka, vilket ovillkorligen leder till utsägligt lidande för gifta personer. I stället för, att sinnet utvecklas och äger den härskande makten, styr den djuriska inriktningen över de högre och ädlare krafterna, tills de underställs de djuriska böjelserna. Vad blir följden? Jo, kvinnans ömtåliga organ blir utslitna och sjuka; barnafödande förenas med fara; sexuella förmåner missbrukas.

Män fördärvar sina egna kroppar, och deras hustrur slavar under deras omåttliga, perversa lustar, tills de förlorar all gudsfruktan. Att inte ge efter för impulser, som föröder både kropp och

själ, är A och O inom äktenskapet. – *Manuskript 14*, 1888.

Inflytanden före Födelsen – Satan försöker förnedra deras tankar som förenas i äktenskap, så att han kan stämpla sin egen hatfulla bild på sina barn...

Han kan forma deras kommande generation snabbare än han kunde forma föräldrarna, för han kan styra föräldrarnas tankar så att han genom dem kan ge sin egen karaktärs stämpel på deras barn. På det sättet föds deras barn med mer djuriska lidelser i den kommande generationen, samtidigt som deras moraliska förmågor endast är svagt utvecklade. Dessa barn behöver den mest omsorgsfulla uppfostran för att få fram de moraliska krafterna, stärka och utveckla dem, så att de kan ta ledningen. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidan 480 (1870).

Förloppet i Utförsbacken – Det mänskliga sinnet svänger inte på ett ögonblick över från renhet och helighet till orenhet, synd och överträdelse. Det tar tid att förvandla det mänskliga till det gudomliga och det tar också tid att sänka det som har skapats till Guds avbild ned till en primitiv, satanisk nivå.

Vi förvandlas genom att se. Trots att hon är skapad till Guds avbild, kan människan uppfostra sitt sinne så att den synd tilltalar henne som hon en gång inte ville begå. När hon upphör att vaka och be, slutar hon att vakta sitt sinnes borg, sitt hjärta, och ger sig in i synd och överträder Guds bud. Vårt tankeliv förnedras och det är omöjligt att höja detta över moralisk förvillelse, eftersom det uppfostras till att göra de moraliska och intellektuella krafterna till slavar, och leder dem till underkastelse under starka lidelser.

Vi måste hela tiden föra en kamp mot vår syndiga natur. Gud kommer att hjälpa oss och lyfta oss upp genom Sin nåd. Han kommer ständigt att försöka vända våra sinnen uppåt och lära oss att tänka på rena och heliga ting. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidorna 478-479 (1870).

Råd till Kvinnor – Det är med sorg i hjärtat jag måste erkänna att kvinnorna i våra dagar, både gifta och ogifta, alltför ofta underlåter att visa den tillbakadragenhet de borde ha. De uppför sig som kurtisaner. De tilldrar sig uppmärksamhet från både gifta och ogifta män och de, som har för svag moralisk styrka, faller lätt i deras garn.

Om sådana tillstånd får råda, kommer de att undergräva den moraliska finkänsligheten och förmörka sinnet, så att överträdelserna inte längre verkar så avskyvärda. Även om det inte döljs några orena och otillåtna avsikter bakom hennes sätt att vara på, har hon ändå uppmuntrat män, som redan är frestade och som behöver all den hjälp och det stöd de kan få, från dem de umgås med.

Om hon är försiktig och tillbakadragen och aldrig tar sig otillbörliga friheter eller drar otillbörlig uppmärksamhet till sig utan alltid är ren och värdig i sitt tal och sitt uppträdande, kan hon hindra synd och ondska. – *Manuskript 4a*, 1885. (*Det adventistiska Hemmet*, sidan 258.)

Fresterskor – Borde inte de kvinnor som bekänner adventbudskapet strikt vaka över sig själva, så att de inte ger den minsta anledning till ansvarslös förtrolighet? De skulle stänga mången dörr för frestelsen, om de alltid var tillbakadragna och höviska. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidan 602 (1889).

Kvinnor är ofta frestare. Under en eller annan förevändning drar de till sig både ogifta och gifta mäns uppmärksamhet, och lockar dem till att överträda Guds lag, tills deras lämplighet i Guds verk är ödelagd och deras andliga liv i fara. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidan 596 (1889).

Förstående Pastor – Var Guds män, stå på den vinnande sidan! Kunskapen är inom räckhåll för alla, som önskar sig den. Gud avser, att sinnet skall stärkas, tänka mera djupsinnigt, mera fullständigt, klarare. Vandra med Gud likt Henok gjorde; gör Gud till Er rådgivare, så kan Ni enbart göra framsteg...

Det finns män, som säger sig hålla Guds bud, som besöker Guds hjord under sitt tjänsteutövande och föder hos intet ont anande själar tankegångar, som medför skamlösa friheter och närmanden...

Han [en pastor] börjar, under familjebesök, att fråga om äktenskapliga hemligheter. Lever de lyckligt med sina män? Känner de sig uppskattade? Kännetecknas deras liv som gifta av samklang? Genom dessa snärjande frågor förmås de omisstänksamma kvinnorna till, att yppa sina livs hemligheter, tala om sina besvikelser, sina små och stora prövningar, inför en främling, liksom katolikerna gör inför sina präster.

Sedan avslöjar den medlidsamme pastorn ett kapitel ur sitt eget liv; att han har valt fel kvinna till fru; att det inte förekommer någon egentlig samhörighet dem emellan. Han älskar inte sin hustru. Hon motsvarar inte hans förväntningar. Härigenom bryts en barriär ned, och så blir kvinnorna förledda. De menar, att deras liv är en enda stor besvikelse, och herden i fråga hyser omfattande sympati för sin hjord. Tankar på hjärtesmärta uppmuntras, varvid sinne och själ mister sin renhet, om inte detta slags verk rent av leder till brott mot det sjunde budet.

Snuskiga tankar, som inte motstås, blir till en vana, varpå själen ärras och skadas. Vål man har utfört en felaktig handling, uppstår det en fläck, som inget annat, än Kristi blod kan suddas ut; och med mindre man bestämt vänder ryggen åt vanan, blir själen fördärvad och så ödelägger strömmarna, som flödar från den nedlortande källan, andra. Hans inflytande vänds i förbannelse. Gud kommer förvisso att utplåna alla dem, som fortsätter på den inslagna stigen...

Vi måste bli upphöjda, förfinade, helgade. Vi finner styrka hos Jesus till seger; men när själen saknar renhet, när synden har blivit en del av karaktären, äger den en förhåxande kraft likställd med spritens berusande egenskap. Självtävlingskraftens och förnuftets makt betvingas av vanor, som smutsar ned hela personen; och om dessa syndfulla vanor fortsätter, då försvagas, insjuknar och förlorar hjärnan balansen. – *Brev 26d, 1887.*

Män, Kvinnor och Unga inblandade i moralisk Ursprung – De moraliska faror, som alla – både gamla och unga – svävar i, ökar dagligen. Moralisk förflackning, vilken vi benämner fördärv, sparkar in dörrar, och bekännande kristna män, kvinnor och ungdomar utövar ett tarvligt, sinnligt, djävulskt inflytande. – *Brev 26d, 1887.*

Satan är en mästare i, att förleda gifta män och kvinnor samt barn och ungdom till orena handlingar. Hans frestelser vinner gehör hos många, eftersom de inte har blivit upphöjda, renade, förfinade och förädlade genom den heliga sanning, som de hävdar sig tro på. Inte så få har varit enkla och vidriga till tanken och billiga till talet och uppförandet, så att när Satans frestelser infinner sig, saknar de moralisk kraft att stå emot dem med, och så faller de för hans välriktade skott. – *Brev 26d, 1887. (In Heavenly Places, sidan 199.)*

Stegen ledande nedåt – Satans ständiga frestelser är ägnade, att försvaga personens kontroll över det egna hjärtat, att underminera hans självbehärsknings kraft. Han förmår personen till, att slita itu banden, vilka håller honom i heligt, lyckligt förbund med hans Skapare.

När han så har tappat greppet om Gud, tar lidelsen nacksving på förståndet, och impulsen på principen, varpå han blir syndig i tanke och handling, ja, omdömet förvänds, förnuftet går på sparlåga, och då måste han återställas till sunda vätskor, genom att åter knytas till Gud med hjälp av en korrekt uppfattning om sig själv i ljuset från Guds ord. – *Brev 24, 1890.*

Undvik, att läsa, se och höra det Orena – De som inte vill bli fångade i Satans snaror måste noga bevaka alla tillfartsvägar till sinnet. De måste undvika att läsa, se och höra sådant som kan väcka orena tankar. Vårt sinne får inte ges frihet att fästa sig vid vad som helst. Själens fiender är alltid framme med antydningar om det som är orätt. Vårt sinnes portar måste troget bevakas, så att ont inflytande inte får väcka onda tankar och sinnet lämnas att irra omkring i mörker. – *Löftestiden, sidan 518 (1911).*

Du måste trofast bevaka dina öron och ögon och alla sinnesintryck som du släpper in, om du vill ha makt över ditt sinne och hindra tomma och moraliskt ruttna tankar att fläcka ner din själ. Enbart nådens kraft kan åstadkomma denna förändring, som är så väldigt önskvärd. – *Vittnesbörd för Församlingen, Band 2, sidan 561 (1870).*

Spännande Kärlekshistorier och Pornografi – Spännande kärlekshistorier och oanständiga bilder har en demoraliserande påverkan. Noveller konsumeras ivrigt av många. Till följd av detta blir deras fantasi nedsmutsad.

I olika lokaler och försäljningsställen finns ofta fotografier av nakna kvinnor till salu. Dessa avskyvärda bilder visas också på salonger [hos fotografer] och hänger på väggarna i de affärer, som handlar med graveringar. Vi lever i en tid, då moraliskt fördärv ökar överallt.

Ögonens lust och låga lidelser väcks genom att se och läsa. . . . Dessa syndiga bilder, betraktade med en orenad fantasi, ödelägger moralen och får vilseledda, förblindade människor till att ge de köttliga lustarna fritt utlopp. Sedan följer synder och brottslighet, som drar människor, som skapats till Guds avbild, ned till djurens nivå och leder

dem till sist till evig förtappelse. Undvik att läsa och att se sådant som kommer att inge dig orena tankar. Utveckla de moraliska och intellektuella förmågorna. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidan 410 (1870).

Avgörandet träffas i Sinnet – Paulus sade: ”Till min inte människa gläder jag mig över Guds lag” {Romarbrevet 7:22}. Om sinnet förmörkas genom eftergift för djurisk aptit och lidelse, försvagas moralen, så att det heliga och det simpla ställs sida vid sida. – *Brev 2*, 1873.

Onani [Anm.: Författarinnan går noga igenom ämnet i ”*Vittnesbörd för Församlingen*”, Band 2, sidorna 346-353, 480-482, och i den slutsålda pamfletten ”*Appeal to Mothers*” {”Vädjan till Mödrar”} (1864). Se ”*Child Guidance*” {”Barns Vägledning”}, *Sektion XVII*, ”*Preserving Moral Integrity*” {”Att bevara den moraliska Rättskaffenheten”}, ”*Patriarker och Profeter*”, sidorna 439-468, för en grundlig genomgång av ämnet utifrån allt utgivet och icke utgivet källmaterial. – *Sammanställarna*.] – Ungdomar och barn av båda könen hänger sig åt moralisk orenhet och praktiserar denna avskyvärda, själs- och kroppsförgörande last.

Många bekännande kristna är så avtrubbade av denna ovana att deras moraliska känslighet inte kan väckas till att förstå att det är synd. Om de fortsätter med denna synd, kommer det säkra resultatet att bli fullständig ödeläggelse av både kropp och själ. Människan, den mest högtstående varelsen på jorden, formad till Guds avbild, förvandlar sig själv till ett djur! Hon gör sig själv oanständig och fördärvad.

Varje kristen måste lära sig att behärska sina drifter och låta sig styras av principer. Om hon inte gör detta, är hon ovärdig att bära det kristna namnet.

Trots att en del har en hög beaktelse, förstår de inte det syndiga i denna självförnedring och dess säkra resultat. Sedan länge grundlagda vanor har förblindat deras uppfattning. De förstår inte det övermåttan syndiga i denna förnedrande synd, som försvagar kroppen och som skadar hjärnans nervkraft.

Moraliska principer blir ytterligt svaga när de kommer i konflikt med etablerade vanor. Allvarliga budskap från himmelen kan inte göra ett kraftfullt intryck på de sinnen som inte är skyddade mot eftergifter för denna förnedrande last. Hjärnans känsliga nerver har förlorat sin friska tonus genom sjuklig retning att

tillfredsställa en onaturlig längtan efter sinnliga njutningar. Hjärnans nerver som förmedlar impulser till hela systemet är de enda kanaler genom vilka himmelen kan överbringa budskap till människan och påverka hennes inte liv.

Vad som än stör den elektriska aktiviteten i nervsystemet förminskar de livgivande krafternas effekt och resultatet blir att sinnets känslighet dödas. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidan 347 (1870).

Somliga barn börjar utöva självbesmittelse i späda ålder och när de blir äldre växer deras lustfyllda lidelser med deras tillväxt och blir starkare med deras styrka. Deras tankar befinner sig inte i vila. Flickor vill ha sällskap med pojkar och pojkar med flickor. Deras uppträdande är inte reserverat och anspråkslöst. De är fräcka och framfusiga och tar sig ootillbörliga friheter. Självmissbrukets vanor har förnedrat deras tankar och fördärvat deras själar. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidan 481 (1870).

Sexuell Aktivitet före Äktenskapet (*råd till en sjundedags-adventistisk ungdom*) – Få frestelser är farligare eller dödligare för unga män, än sinnlighetens, och ingen visar sig så obönhörligt ödeläggande för själ och kropp för tid och evighet, när man faller för den...

Jag blev visad Dig i hennes [N:s] närvaro i timtal på kvällarna; Du vet bäst själv, hur dessa timmar tillbringades. Du bad mig att förklara, om Du hade överträtt Guds bud. Jag frågar Dig: Har Du inte överträtt dem?

Vad sysslade Ni med under dessa sena timmar? Var Er hållning, Er inställning, Era känslor sådana, att Ni skulle vilja se dem införda i himmelens register? Jag såg och hörde sådant, som skulle få änglar att rodna... Ingen ung man bör uppföra sig så, som Du har gjort mot N, med mindre han vore gift med henne; och det förvånade mig storligen att inse, att Du inte tänkte närmare på saken.

Orsaken till mitt brev är, att vädja till Dig för Din själs skull, att sluta att leka med frestelsen. Skynda Dig, att bryta förtrollningen, vilken likt en ohygglig nattmara har svävat över Dig. Kapa banden nu för gott, om Du alls söker Guds gillande...

Du har tillbringat hela kvällar i hennes sällskap, eftersom Ni båda har varit helt besatta... I Herrens namn, upphör med Din uppvaktning av N, eller

gift Dig med henne... Du kan lika gärna gifta Dig med henne, som att vara i hennes närhet och uppföra Dig så, som endast en man bör göra mot sin fru...

Om Du under resten av Ditt liv önskar njuta av N:s sällskap, som Du nu uppenbarligen gör och låta Dig nöja Dig därmed, varför inte gå ett steg längre, än Du redan har gjort, och göra Dig till hennes laglige beskyddare och därmed ha oomstridd rätt till, att ägna Din tid åt hennes närvaro? ... Era handlingar och samtal är anstötliga för Gud. – *Brev 3*, 1879.

Sodoms utsvävande Moral – Vi känner väl till, att Sodom föll på grund av invånarnas fördärv. Här har profeten noga angett de bestämda överträdelser, som medförde urspårad moral. Vi ser, att nu förekommer det i världen exakt de synder, som förekom i Sodom, och som tände Guds vrede mot henne, varigenom hon gick under. – *The Health Reformer*, juli, 1873. (*SDA Bibelkommentar*, Band 4, sidan 1161.)

Överträdelserna motsvarande dem, som föregick Syndafloden och Sodoms Undergång, tilltar – Överallt finner man mänskliga vrak, försummade familjealtaren, brutna familjeband. Det förekommer en ovanlig frigjordhet från principer, en sänkning av den moraliska standarden. De synder som orsakade att Gud sände den stora floden över jorden och förstörde Sodom i eld ökar allt mer och mer. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidan 601 (1889).

Gör Intrång i Dagens Församling – I dag är orenhet utbredd även bland Kristi bekännande efterföljare. Passionerna är otyglade. De köttliga böjelserna stärks när de får fritt utlopp, medan de moraliska krafterna ständigt blir allt svagare...

De synder som förgjorde dem som levde i och städerna på slätten existerar i dag – inte bara i de hedniska länderna, och inte heller bara bland kristna i allmänhet, utan hos somliga som bekänner sig vänta på Människosönens ankomst. Om Gud visade er dessa synder så som de framstår i Hans ögon, skulle ni fyllas med skam och skräck. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidan 218 (1882).

Blundar för Ljuset – Eftergift för de lägre böjelserna kommer att leda många att stänga sina ögon för ljuset, ty de fruktar att de kommer att se synder som de inte är villiga att överge. Alla kan se om de vill. Om de väljer mörker hellre än ljus, kommer inte deras brott att bli mindre.

Varför studerar inte människorna så att de blir upplysta om de ting, som på ett så avgörande sätt påverkar deras fysiska, intellektuella och moraliska styrka? Gud har gett dig en kropp att ha omsorg om och att bevara i allra bästa kondition till Hans tjänst och ära. Era kroppar är inte era egna. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidan 352 (1885).

(C) Balans och Seger
(*Löftesrika och hoppfulla Ord*)
Uppriktig Syndaånger och beslutsam Ansträngning måste till – De, som fördärvar sina kroppar, kan inte åtnjuta Guds favör, förrän de verkligen ångrar sig, förändrar sig helt och fulländar sin helgelse i vörndnad för Gud. – *An Appeal to Mothers* {En Vädjan till Mödrar}, sidan 29 (1864).

Det enda hoppet för dem, som utövar vidriga vanor, är att för alltid vända dem ryggen, om de sätter något som helst värde på hälsa här och frälsning härefter. När sådana här vanor har härskat under längre tid, krävs det allvarlig ansträngning, för att stå emot frestelse och säga nej till den fördärvade njutningen. – *An Appeal to Mothers*, sidan 27 (1864).

Kontrollera Fantasin – Du måste bestämt och ihärdigt lägga band på din fantasi, om dina passioner och lidelser ska kunna tyglas och underkastas förnuft, samvete och karaktär. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidan 562 (1870).

Underställd Guds Vilja – Alla, som har minsta förnimmelse av, vad det innebär, att vara en kristen, känner till, att Kristi efterföljare i egenskap av Hans anhängare är ålagda, att i allt underordna alla sina lidelser, sina kroppsliga krafter och mentala förmågor Hans vilja. De, som låter sig styras av sina lidelser, kan inte vara Kristi efterföljare. De är alltförhängivna tjänandet av sin herre, upphovsmannen till allt ont, för att lägga bort sina ödeläggande vanor och välja, att tjäna Kristus. – *An Appeal to Mothers*, sidorna 9-10 (1864). (*Child Guidance*, sidorna 445-446.)

Tankarna är avgörande – Orena tankar leder till orena handlingar. Om Kristus är ämnet för deras begrundande, kommer tankarna i stor omfattning att skilja sig från allt som leder till orena handlingar. Sinnet kommer att stärkas genom att uppehålla sig vid upphöjda ämnen. Om det uppfostras till att löpa i renhetens och helighetens kanal, kommer det att bli sunt och livskraftigt. Om det tränas till att uppehålla sig vid andliga ämnen, kommer det att upplevas naturligt

att göra detta. Denna dragningskraft från tankar på himmelska saker kan emellertid inte vinnas utan en tro på Gud och en allvarlig, ödmjuk tillit till Honom för att få den kraft och nåd som kommer att vara tillräcklig för varje nödsituation. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidan 408 (1870).

Fantiserandets Synd – Inför Gud måste du ta ansvar för dina tankar. Om du ger dig hän åt ofruktbara och tomma fantasier och tillåter ditt sinne att dröja vid det som är orent, så är du till en viss grad skyldig inför Gud, lika skyldig som om dina tankar hade blivit till handling. Det är bara brist på tillfälle som hindrar dig. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidan 561 (1870).

Ta Kontroll över Tankarna – Du borde ha kontroll över dina tankar. Det är ingen lätt sak. Du kan inte bli herre över dina tankar utan att anstränga dig mycket med stränghet och fasthet...

Gud kräver inte bara att du ska kontrollera dina tankar utan också din lidelse och starka åtrå. Din frälsning är beroende av att du kan behärska dig på detta område. Passioner och lidelser är starka krafter. Om de blir missbrukade och sätts i drift utan de rätta motiven, är de starka nog att förstöra dig och göra dig till ett vrak, en stackars förtvivlad människa utan Gud och utan hopp. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidan 561 (1870).

Vanemässiga Tankar blir till vanemässiga Gärningar – Snuskiga tankar, som inte motstås, blir till en vana, varpå själen ärras och skadas. Vål man har utfört en felaktig handling, uppstår det en fläck, som inget annat, än Kristi blod kan suddas ut; och med mindre man bestämt vänder ryggen åt vanan, blir själen fördärvad och så ödelägger strömmarna, som flödar från den nedlortande källan, andra. – *Brev 26d*, 1887. (*In Heavenly Places*, sidan 197.)

När Tankarna tyglas – Vi behöver korrekt värdera vår rätt, att behärska tankarna, ty denna kontroll förbereder sinnet och själen, att verka harmoniskt för Mästaren. Att våra tankar kretsar kring Kristus, är nödvändigt för vår frid och lycka i detta liv. Såsom en människa tänker, sådan är hon. Våra moraliska framsteg hänger på rätta tankar och handlingar...

Ont tänkande slår sönder själen. Guds kraft till omvändelse förändrar hjärtat, den förfinar och renar tankarna. Med mindre man allvarligt anstränger sig, för att hålla tankarna riktade på Kristus, är nåden maktlös, att uppenbara sig i levernet. Sinnet måste delta i den andliga

krigföringen. Varje tanke måste göras till en lydlig fånge hos Kristus. {Jämför Andra Korintierbrevet 10:5.} Alla vanor måste ställas under Guds herravälde.

Vi måste oavbrutet vara medvetna om de rena tankarnas förädlande kraft och de onda tankarnas skadliga inflytande. Låt oss inrikta våra tankar på heliga ting. Låt dem vara rena och ädla, ty den enda tryggheten för varje själ ligger i sunt tänkande. Vi förväntas att använda varje hjälpmedel, som Gud har ställt till vårt förfogande, för att styra över och uppodla våra tankar. Det är meningen, att vi skall bringa våra sinnen i samklang med Hans sinne. Hans sanning kommer att helga oss, till kropp och själ samt ande, och då kommer vi att kunna betvinga frestelserna. – *Brev 123*, 1904 (*In Heavenly Places*, sidan 164.)

Dieten en Språngbräda – Det går inte att upprepa för ofta, att vad som förs ned i magen, inte bara påverkar kroppen, utan också i slutändan sinnet. Fet och stimulerande föda gör blodet febrigt, retar nerverna och förslöar ofta den moraliska uppfattningsförmågan, så att sinnliga impulser tillfångatar förståndet och samvetet. Det är vanskligt, ja, ofta nära nog omöjligt för den, vars kosthåll är otyglat, att utöva tålmod och självbehärskning. – *Christian Temperance and Bible Hygiene*, sidan 134, 1890. (*Child Guidance*, sidan 461.)

Kött hetsar upp och stärker de lägre Böjelserna – Köttmat skulle inte serveras åt våra barn. Dess inflytande påverkar och stärker de lägre böjelserna och har en tendens att försvaga de moraliska krafterna. Spannmålsprodukter och frukt, som bereds utan fett och i så naturligt tillstånd som möjligt, skulle vara den mat som sätts fram på deras bord, vilka bereder sig för förvandling för himmelen. Ju mindre upphetsande dieten är, desto lättare kan drifterna kontrolleras. Eftergift för smaken borde inte ske utan hänsyn till den fysiska, intellektuella och moraliska hälsan. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidan 352 (1869).

Döda Frestelsen – De lägre drifterna har sitt säte i kroppen och verkar genom den. Orden "köttet" eller "köttslig" eller "köttets lustar" betecknar vår fördärvade natur. Den mänskliga organismen kan inte av sig själv handla mot Guds vilja. Gud kräver att vi skall korsfästa "köttet" med alla dess lustar och lidelser. Hur skall vi göra detta? Skall vi pina och plåga oss själva? Nej, vi skall besegra alla syndiga frestelser.

Alla lastbara tankar måste drivas ut och alla tankar måste tas till fånga under lydnad mot Jesus Kristus. Alla djuriska böjelser måste underkastas sinnets ädlare krafter. Kärleken till Gud måste ha första platsen i livet och Kristus måste sitta ensam på hjärtats tron. Vår kropp är Hans egendom, köpt med Hans blod. Alla köttets lemmar skall vara rättfärdighetens verktyg. – *Manuskript 1*, 1888. (*Det adventistiska Hemmet*, sidorna 96-97.)

Byt ut orena Idéer mot rena, upphöjande Tankar – Personen måste se till, att ständigt begrunda rena och heliga saker. Varje oren idé måste genast trängas undan, och ersättas av rena, upphöjande tankar, helig begrundan, varigenom han vinner allt mera kunnande om Gud, genom att han vänjer sinnet vid tänkande på himmelska ämnen. Gud har enkla hjälpmedel redo åt varje individ. Dessa är tillräckliga, för att säkra den egentliga avsikten, nämligen själens frälsning.

Föresätt Dig, att uppnå en hög och helig standard; sikta riktigt högt; handla med allt allvar och uppriktighet, liksom Daniel, stadigt, uthålligt, för då kommer fienden förgäves att förhindra Din förbättring. Trots olägenheter, förändringar, bryderier, kan Du fortlöpande växa till i mental vigör och styrka. – *Brev 26d*, 1887. (*In Heavenly Places*, sidan 197.)

Bjud inte in Bekymren – Varje ohelgad passion måste hållas i tukt och förmaning inför förnuftet genom den nåd, som Gud givmilt tillhandahåller i varje nödläge. Se dock till, att inte bjuda in bekymren, att skapa ett nödläge, se till, att inte ställa Dig i frestelsens väg, eller ge minsta sken av något opassande. – *Brev 18*, 1891.

Håll Dig borta från Stupkanten – Ta inte reda på, hur nära stupkanten Du kan röra Dig och ändå vara säker. Undvik första tecknet på fara. Det går ej att leka med själens angelägenheter. Ditt kapital utgörs av Din karaktär. Betrakta den som Din skattkista. Moralisk renhet, självaktning, stark motståndsförmåga, måste alltid ges företräde...

Ingen skall föreställa sig, att han kan segra utan Guds hjälp. Energin, styrkan, kraften hos ett inte liv måste utvecklas hos Dig. Då kommer Du att bära gudaktighetens frukt och känna vämjelse inför ogudaktigheten. Du måste ständigt eftersträva, att undvika världslighet, struntprat, all sinnlighet, och sikta på själslig förträfflighet och karaktärens renhet och fläckfrihet. Ditt namn går att hållas så rent, att det helt enkelt inte kan förknippas med något oärligt eller orättfärdigt, utan respekteras av alla med sund inställning. Därmed skrivs det i Lammets livsbok. –

Manuskript 4a, 1885. (*Medical Ministry*, sidorna 143-144.)

Satan eller Kristus i Kontroll – När sinnet inte står under Guds Andes direkta inflytande, kan Satan forma det efter behag. Han gör samtliga förståndsmässiga krafter köttliga. Han är Guds svurne fiende, vad gäller smak, åsikter, preferenser, sympatier och antipatier, val av ting och intressen; han ogillar allt, som Gud älskar och godkänner. Samtidigt finner han nöje i det, som Han föraktar...

Om Kristus bor i hjärtat, förekommer Han i alla våra tankar. Våra förnämsta tankar gäller Honom, Hans kärlek, Hans renhet. Hans är den finaste platsen i sinnets kamrar. Jesus äger vår tillgivenhet. Allt vårt hopp och all vår förväntan knyts till Honom. Att leva vårt nuvarande liv genom tro på Guds Son, att se framåt till och älska tanken på Hans framträdande, är själens största nöje. Han är vår glädjes krona. – *Brev 8*, 1891. (*In Heavenly Places*, sidan 163.)

Livslång Vaksamhet – Så länge som livet består, kommer vi att behöva beslutsamt vaka över våra känslor och lidelser. Det förekommer invärtes fördärv, det förekommer utvärtes frestelser, och närhelst framsteg skall göras i Guds verk, sätter Satan planer i verket, för att frestelser skall slå till mot själen med överväldigande styrka. Vi är inte trygga ens ett ögonblick, med mindre vi förlitar oss på Gud, och har våra liv dolda med Kristus i Gud. – *Brev 8b*, 1891. (*SDA Bibelkommentar*, Band 2, sidan 1032.)

Gud förbereder ett Folk – Guds folk skall inte bara känna till Hans vilja, utan de måste också leva ut den. Många kommer att sållas ut från skaran, som känner till sanningen, eftersom de inte har helgats av den. Sanningen måste inlemmas med deras inre, den måste helga och rena dem från all världslighet och sinnlighet i deras innersta väsen. Själens tempel måste rengöras. Varje hemlighet ligger uppslagen inför Gud och de heliga änglarna, ty för Honom är allting vidöppet och inget kan döljas...

Gud håller på, att rena ett folk, för att det skall stå med ofläckade händer och hjärtan inför Honom i domen. Nivån måste höjas, fantasin renas; tjusningen med varje fördärvande praxis måste ges upp, och själen höjas till rena tankar, en helig praxis. Alla, som ämnar bestå provet och domen, som strax väntar oss, kommer att få del i gudomlig natur, eftersom de har undgått och inte deltagit i det fördärv, som finns i världen på grund

av begäret. {Se Andra Petrusbrevet 1:4.} – *The Review and Herald*, den 24. Maj, 1887.

Broderskärlek

Kärlek till andra bringar Glädje – Jag skulle vilja säga till mina bröder överallt: Vårda Kristi kärlek! Den bör springa fram från den kristnes själ som strömmar i öknen, förfriska och försköna, och föra glädje och frid in i hans eget liv och i andras liv. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidan 565 (1889).

Exempel på osjälvisk Kärlek går inte att stå emot – Ju mer vi liknar vår Frälsare till karaktären, desto större kommer vår kärlek att vara mot dem som han dog för. Kristna som visar en anda av osjälvisk kärlek mot varandra bär ett vittnesbörd för Kristus, som icke-troende varken kan förneka eller motstå. Det är omöjligt att värdera kraften i ett sådant föredöme. Inget kommer så framgångsrikt att övervinna Satans och hans agents bedrägeri och inget kommer att bygga upp Frälsarens rike så, som Kristi kärlek när den manifesteras hos församlingens medlemmar. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidorna 167-168 (1882).

Självvet ställer Kärleken i Skuggan – Kärlek är en aktiv princip. Den håller alltid andra människors bästa inför våra ögon, och håller oss på så sätt tillbaka från tanklösa handlingar så att vi inte misslyckas med vårt mål, att vinna själar för Kristus. Kärlek söker inte sitt eget. Den kommer inte att få människor att söka egen bekvämlighet eller att tillfredsställa det *egna jaget*. Det är den respekt vi ger till det *egna jaget* som så ofta hindrar kärleken att växa. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidan 124 (1882).

Kärleken får Ödmjukheten att spira – Kärleken är inte skrytsam. Den är en ödmjuk drivkraft. Den får aldrig en människa att skryta och upphöja sig själv. Kärlek till Gud och våra medmänniskor kommer inte att visa sig i obetänksamma handlingar eller få oss att vara dryga, kritiska eller diktatoriska. Kärleken är inte uppblåst. Det hjärta där kärleken regerar i kommer att leda till ett milt, vänligt och medkännande beteende mot andra, vare sig vi gillar dem eller inte, oavsett om de respekterar oss eller behandlar oss illa. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidorna 123-124 (1882).

Verklig Kärlek dämpar Jaget – Hängivenheten, som Gud fordrar, visar sig i icke låtsad kärlek till själarna, som Kristus gav sitt liv för. När Kristus bor i hjärtat, framgår det genom kärleken, som Han ålägger Sina lärjungar att visa. Hans sanna barn sätter andra framför sig själva. De eftersträvar inte främsta rangen någon gång någon stans, ty de betraktar inte sina talanger som överlägsna sina bröders. När det här har förverkligats, märks det på uppenbarandet av den kärlek, som Kristus visade för människors själar – osjälvisk, icke låtsad kärlek, som satte andras välgång före den egna. – *Manuskript* 121, 1899.

Kärleken förvandlar Karaktären – Framställ Jesu kärlek för dem, som inte känner till sanningen, så kommer den att likt en surdeg verka karaktärens förvandling. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 8, sidan 60 (1904).

Självisk Kärlek – Gud vill, att Hans barn skall inse nödvändigheten av, att de måste visa sin tillgivenhet för dem i störst behov därav, för att förhålliga Honom... Ingen själviskhet i form av blick, ord, eller handling skall visas, när man bemöter dem, som delar ens dyrbara tro, ... oavsett om de är anspråkslösa, rika eller fattiga. Den kärlek, som endast riktar vänliga ord till några få, medan andra behandlas med kyla och nonchalans, är inte kärlek, utan själviskhet. Den betyder inget gott alls för själar, eller Guds förhålligande. Vår kärlek skall inte reserveras för några speciella, till andras försummelse. Öppna flaskan, så kommer väldoftan att fylla huset. – *Manuskript* 17, 1899. (*Our High Calling*, sidan 231.)

Förmågor ersätter inte Kärlek – Prat, skenhelighet och självgodhet finns det gott om, men detta kommer aldrig att vinna själar till Kristus. En ren, helig kärlek, som den som kom till synes i Kristi livsgärning, är som en helig doft. Den fyller hela huset, liksom den väldoftande nardusoljan i Marias uppbrutna flaska. Vältalighet, kunskap i Guds ord och ovanliga förmågor är alla dyrbara gåvor när de kombineras med kärlek. Men enbart skicklighet eller enbart de utvalda förmågorna kan inte ersätta kärlek. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 6, sidan 84 (1900).

Givmildhet ett Bevis på Kärlek – Beviset för vår kärlek framgår av en Kristuslik anda, en villighet, att dela med oss av det goda, som Gud har gett oss, en oförbehållsamhet, att utöva självförnekelse och självuppoffring, för att bidra till Guds saks gynnande och för att mildra människors lidande. Vi bör aldrig förbise den, som önskar att vi delar med oss av vårt överflöd.

Vi visar, att vi har gått från döden till livet, när vi troget förmedlar Guds nåd. Gud har gett oss Sitt goda; Han har gett oss Sitt ord på, att om vi är trogna förvaltare, kommer vi att i himmelen spara ihop till en skatt, som aldrig går om intet. – *The Review and Herald*, den 15. Maj, 1900.

Äkta Kärlek ett Tecken på Lärjungaskap – Även om vi har en storslagen bekännelse, är vi ändå inte Kristi sanna efterföljare, om våra sinnen inte är uppfyllda av kärlek till Gud och medmänniskorna. Även om vi hade en aldrig så stor tro och makt att göra underverk, skulle denna tro, om den saknade kärlek, vara utan värde. Man kan visa stor frikostighet, men om man av andra bevekelsegrunder än sann kärlek gav bort allt vad man ägde till de fattiga, skulle det inte ge oss någon som helst fördel inför Gud. Även om vi hade en verksamhetsiver och en trofasthet, som gjorde att vi inte ens ryggade tillbaka för martyrdöden, skulle vi ändå av Gud betraktas som bedragna svärmare eller ärelystna hycklare, om inte kärleken vore dess motiv. – *Löftestiden*, sidan 299 (1911).

Ett Hjärta, vari Kärleken härskar – Det hjärta som behärskas av kärlek kommer inte att vara fyllt av häftighet och hämndbegär, av kränkningar som stolthet och egenkärlek skulle betrakta som outhärdliga. Kärlek är inte misstänksam, utan har alltid den allra bästa förklaringen till andras motiv och handlingar. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidorna 168-169 (1882).

Aktiviteten i Satans här, den fara som omger människosjälén, efterfrågar varje arbetares krafter. Men inget tvång skall användas. Människors fördärv skall vi möta med Guds kärlek, tålmod och långmodighet. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 6, sidan 237 (1900).

Egenheter rättas till – När människor får ta del av gudomlig natur, kommer Kristi kärlek att vara en bestående princip i själen och jaget och dess egenheter kommer inte att kunna märkas. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 6, sidan 52 (1900).

Bara Kristi Kärlek botar – Det är bara Jesu kärlek som kan bota. Bara den som har en sådan kärlek inom sig, precis som saven i trädet eller blodet i kroppen, kan förnya det inte hos en sårad människa. – *Vägen till Mognad*, sidan 130 (1903).

Bereder en på varje Eventualitet – Var och en som i sanning älskar Gud, får Kristi Ande och en innerlig kärlek till sina trossyskon. Ju närmare en människa är förenad med Gud och ju mer Kristus-

centrerade hennes känslor är, desto mindre oroar hon sig för motgångar och prövningar. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidorna 483-484 (1889).

Brödraskapet bevaras aldrig genom Kompromiss – De, som älskar Jesus och själarna, för vilka Han har dött, håller sig till det, som leder till frid. Men de måste akta sig för, att de i sin iver för, att förhindra oenighet, ger upp sanningen och i värnet mot splittring offerar principer. Äkta sammanhållning går aldrig att upprätthålla, genom att kompromissa bort principer. När den kristne blir allt mera lik Kristus och blir ren i ande och handling, förnimmer han ormens gift. En andligt livaktig kristenhet väcker olydnadens barns motstånd... Friden och samklagen, som uppnås genom ömsesidiga eftergifter, för att undvika alla meningsskiljaktigheter, är inte värda namnet. När det gäller känslomässiga frågor mellan människor, är eftergifter någon gång på sin plats; men aldrig bör minsta beståndsdel av principer offeras, för att säkra harmoni. – *The Review and Herald*, den 16. januari, 1900.

Gudomlig Kärlek opartisk – Kristus anlände till denna jord med ett budskap om nåd och förlåtelse. Han lade grunden till en tro, varigenom jude och hedning, svart och vit, fri och träl, är sammanbundna i ett gemensamt brödraskap, och erkänns som jämbördiga i Guds ögon. Frälsaren hyser oändlig kärlek till varje människa. I var och en ser han möjlighet till förbättring. Med gudomlig kraft och hopp hälsar han dem, för vilka han gett sitt liv. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 7, sidan 225 (1902).

Låter Gud omfamna det mänskliga Brödraskapet – Helgad, inbördes kärlek är okränkbar, helig. Inom detta verk bevarar kristen, inbördes kärlek – mycket högre upphöjd, mera beständig, mera artig, mera osjälvisk, än vi är vana vid – kristen ömhet, kristen välvilja och hövlighet samt låter Gud omfamna det mänskliga brödraskapet, varvid vi erkänner den värdighet, som Gud har klätt människans rättigheter med. Denna värdighet måste kristna alltid vårda, för att hedra och ära Gud. – *Brev 10*, 1897 (*SDA Bibelkommentar*, Band 5, sidorna 1140-1141.)

Ens Kärlek till Själär är ett Mått på ens Kärlek till Gud – Den kärlek, som Kristus visade genom Sitt självförnekande och självupppoffrande leverne, skall framgå av Hans efterföljares leverne. Vi uppmanas, ”att själv{a} leva så som han levde.” {Första Johannesbrevet 2:6.} ... Det är vår förmån, att stå badande i himmelens ljus. Det var på det viset Henok vandrade med Gud. Det var inte

enklare för Henok, att leva ett rättfärdigt liv, än det är för oss i nutiden. Världen i hans dagar var lika fientlig mot tillväxt i nåd och helighet som den är i våra... Vi lever mitt uppe i de sista dagarnas faror, och vi måste ta emot vår kraft från samma källa. Vi måste vandra med Gud...

Gud uppmanar Er till, att lägga ned varje uns av kraft i arbetet. Ni kommer att måsta avlägga räkenskap för det goda, som Ni kunde ha utträttat, om Ni hade intagit rätt hållning. Det är på tiden, att Ni blir Kristi och de himmelska änglarnas medarbetare. Tänker Ni vakna? Ibland Er finns det själar, som behöver hjälp. Har Ni känt en börda för, att ta dem till korset? Tänk på, att exakt den mängd kärlek Ni hyser till Gud, kommer Ni att visa Era bröder, och själar utanför Kristus – förlorade, maktlösa själar. – *The Review and Herald*, den 9. januari, 1900.

Kristi Målsättning är fulländad Kärlek inom Församlingen – Jesus kunde ha sänt klara ljusstrålar över vetenskapens djupaste mysterier, men Han slösade inte bort ett ögonblick från utlärandet av frälsningens kunskap på detta. Han ägnade all Sin tid, Sitt kunnande, Sina förmågor, själva Sitt liv åt, att garantera människornas själafrälsning. O vilken kärlek, vilken makalös kärlek!

Jämför så våra tama, livlösa, halvt paralyserade ansträngningar med Herren Jesu verksamhet. Lyssna till Hans ord, till Hans bön till Fadern: ”Jag har gjort ditt namn känt för dem, och jag skall göra det känt, för att den kärlek som du har älskat mig med skall vara i dem och jag i dem” (Johannesevangeliet 17:26). Vilket språk är inte detta! Hur djupt, hur brett, hur fullständigt! Herren Jesus önskar, att Han skall få utbreda Sin kärlek genom varje lem i kroppen, Sin församling, för att livskraften hos denna kärlek skall få cirkulera genom varje del av kroppen och bo kvar i oss, liksom den bor kvar i Honom. Då kan Herren älska den fallna människan så, som Han älskar Sin egen Son; och Han tillkännager, att Han inte tänker nöja Sig med något mindre å våra vägnar. – *Manuskript* 11, 1892.

Guds Kärlek

Gud är Kärleken – ”Gud är kärlek.” – 1 Joh. 4:8. Hans natur, Hans lag är kärlek. Så har det alltid varit, och så kommer det alltid att vara. ”Han som är hög och upphöjd, han som tronar i evighet”, Han, som ”går fram på urtidens vägar”,

förändras inte. Hos Honom sker ”ingen förändring och ingen växling mellan ljus och mörker.” – Jes. 57:15; Hab. 3:6; Jak. 1:17.

Varje uppenbarelse av Guds skapande makt är ett uttryck för oändlig kärlek. Guds herravälde innefattar den fullkomligaste lycka för alla skapade väsen...

Historien om den stora striden mellan det goda och det onda, från dess inledning i himmelen till upprorets slutliga kuvande och syndens fullkomliga utrotande, är också ett tydligt bevis på Guds oföränderliga kärlek. – *Patriarker och Profeter*, sidan 29 (1890).

Naturen vittnar om Guds Kärlek – Naturen och Bibeln vittnar båda om Guds kärlek. Vår himmelske Fader är källan till allt liv, all kunskap och all glädje. Betrakta naturens skönhet och under. Se, hur fullkomligt allt har anpassats, inte bara för människans utan också för alla andra skapade varelsers livsmöjligheter och lycka. Solsken och regn som uppfriskar och gläder marken och allt som lever på den. Allt vittnar om Guds kärlek.

Det är Gud som ser till alla sina skapade varelsers dagliga behov...

Gud är kärlek står skrivet på varje svällande knopp, på varje spirande grässtrå. De vackra fåglarna som fyller luften med sin glada sång, de vackra blommorna som sprider sin milda vällukt omkring sig, de majestätiska träden i all sin yppiga grönska – allt vittnar om Guds kärleksfulla, faderliga omsorg och hans önskan att göra människorna lyckliga. – *Vägen till Kristus*, sidorna 8-9 (1892).

Buden vilar på Kärlekens Princip – Sedelagens föreskrifter är tillämpliga på alla, och de förkunnades till undervisning och ledning för alla. Tio korta, högst omfattande och avgörande bud innehåller människans plikter mot Gud och mot medmänniskorna, och alla är grundade på kärlekens stora princip. – *Patriarker och Profeter*, sidan 318 (1890).

Jesus och Lagen om medkännande Kärlek – Till sin natur, var Guds lag oföränderlig, och därför utgav Kristus Sig som offer å den fallna människans vägnar, eftersom Adam hade förlorat Eden och getts en provotid tillsammans med alla sina avkomlingar.

Hade Guds lag ändrats till någon del efter Satans förjagande ur himmelen, skulle han på jorden efter sitt fall i synd ha vunnit det han inte vann i himmelen före sitt syndafall. Han skulle ha fått allt, vad han bad om. Vi vet, att det gjorde han ej... Lagen... förblir lika oföränderlig som Guds tron, och varje själs frälsning avgörs av lydnad eller olydnad...

Genom lagen om medkännande kärlek bar Jesus våra synder, Han led vårt straff, och tömde Guds vredes bägare, som egentligen skulle räckas åt överträdaren... Han bar självförnekelsens och självupppoffringens kors, för att vi skulle få liv, evigt liv. Tänker vi bära korset för Jesu skull? – *Brev 110, 1896 (KH 289).*

Kristi känsliga, kärleksfulla Natur – Hans liv var från början till slut präglad av självförnekelse och självupppoffring. På Golgata kors frambar han sig själv som det stora offret för alla människor, för att hela världen skulle kunna vinna frälsning, om de själva ville det. Kristus var fördold i Gud och Gud blev uppenbarad för världen i sin Sons gestalt ...

Kärleken till en förlorad värld visade sig varje dag och genom varje handling i hans liv. De som har fått Andens gåva kommer att arbeta efter samma riktlinjer som Kristus. I Kristus uppenbarade sig Guds ljus och kärlek i mänsklig gestalt. Ingen människa har någonsin haft ett så känsligt sinne som Guds syndfrie, helige Son. Han står som representant för vad människor kan bli genom att få del av den gudomliga naturen. – *The Youth's Instructor*, den 16. augusti, 1894. (*Med Kristus i Dag*, den 9. oktober.)

Guds Kärlek ett levande Källsprång – Guds kärlek omfattar mer än att bara hålla tillbaka det onda. Den tar initiativ för att föra fram det goda. Den har alltid något positivt att dela med sig. Om denna kärlek finns hos oss nöjer vi oss inte med att låta bli att ha en negativ inställning till våra medmänniskor. – *Men Jag säger. . .*, sidan 65 (1896).

Universum uttrycker Guds Kärlek – Tänk, om alla ville sätta rätt värde på den himmelske Faderns dyrbara gåva till vår värld! Lärjungarna kände sig vara oförmögna till, att uttrycka Kristi kärlek. De kunde bara säga: ”Detta är kärleken?”. {Första Johannesbrevet 4:10, *Reformations-Bibeln*.} Hela världsalldet ger uttryck för denna kärlek och för Guds gränslösa välvilja.

Gud kunde ha sänt Sin Son till världen, för att fördöma världen. Men förunderliga nåd! Kristus

kom, för att rädda, inte för att förstöra. Det hände aldrig, att apostlarna berörde detta ämne, utan att deras hjärtan flammade av inspirationen från Frälsarens unika kärlek. Aposteln Johannes saknar ord, att uttrycka sina känslor med. Han utropar: ”Se, vilken kärlek Fadern har skänkt oss: att vi får kallas Guds barn, och det är vi också. Världen känner oss inte, därför att den inte har lärt känna honom” (Första Johannesbrevet 3:1). Hur hett Fadern älskade oss, kan vi aldrig räkna ut. Det finns ingen måttstock att jämföra detta med. – *Brev 27, 1901*

Satan ansvarig för Uppfattningen om Gud som hård och sträng – Satan förledde människorna till att tro att Gud framför allt var en sträng, rättvis, men hårdhärtad domare och en omedgörlig och nogräknad borgenär. Han utmålade Skaparen som en rannsakande Gud som håller ett misstänksamt öga riktat på människorna för att upptäcka alla deras fel och brister, så att han skall kunna straffa dem. Det var för att skingra denna mörka skugga och för världen uppenbara Guds oändliga kärlek, som Jesus kom till vår värld och bodde bland människorna. – *Vägen till Kristus*, sidan 9 (1892).

Kärleken mellan Fadern och Sonen en Bild – Hur högt en herde än må älska sina får, älskar han dock sina söner och döttrar ändå högre. Jesus är inte endast vår herde han är ”evig Fader”. Och han säger: ”Jag känner mina får, och mina får känna mig, såsom Fadern känner mig, och såsom jag känner Fadern.” – Joh. 10:14, 15. Vilka ord! Den enfödde Sonen som är i Faderns sköte, han som Gud har förklarat vara ”den man som fick stå mig nära”. (Sak. 13:7.) Gemenskapen mellan honom och den evige Guden får tjäna som liknelse för att förklara gemenskapen mellan Kristus och hans barn på jorden. – *Vändpunkten*, sidan 483 (1898).

Gud älskar Kristi anhängare så, som Han älskar Sin enfödde Son. – *Manuskript 67, 1894.*

Kristi Kärlek är en livgivande, helande Energi – Den kärlek som Kristus låter flöda genom hela varelsen är en livgivande kraft. Den har en helande inverkan på varje livsviktigt organ – hjärnan, hjärtat och nerverna. Den stimulerar de högsta krafterna hos människan till aktivitet. Den befriar själen från skuld, sorg, oro och bekymmer som förstör livskrafterna, och för med sig inte ro och balans. Den ger en glädje till själen som ingenting här på jorden kan förstöra – en glädje i den helige Ande – en glädje som ger hälsa och liv. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 84 (1905).

Tänk på Guds Kärlek! – Vi bör tacka Gud för de ljusa stunderna. Låt oss bevara i minnet hans kärleks löften och ständigt betrakta dem. Gud vill att vi skall tänka på hans Son, hur han lämnade sin Faders tron och iklädde sig mänsklig gestalt, för att frälsa människan från Satans makt. Vi skall tänka på hans seger för vår skull, hur han öppnade himmelen för oss och uppenbarade för våra blickar gudomens härlighet. Vi skall tänka på hur han lyft människan ur syndens avgrund samt återförenat henne med den oändlige Guden. Vi skall tänka på hur hon blir iklädd Kristi rättfärdighet och upphöjd till hans tron, sedan hon utstått det gudomliga provet genom tron på sin Återlösare. Detta är vad Gud vill att våra tankar skall syssla med. – *Vägen till Kristus*, sidan 102 (1892).

Kärleken skapar en Himmel åt oss – Det är Kristi kärlek, som skapar vår himmel. Men när vi försöker, att berätta om denna kärlek, famlar vi efter ord. Vi tänker på Hans liv på jorden, på Hans offer för oss; vi tänker på Hans verk i himmelen som vår försvarare, på praktbostäderna Han bygger åt dem, som älskar Honom; och då förmår vi blott att utbrista: ”Oh, höjderna och djupen hos Kristi kärlek!” När vi dröjer oss kvar under korset, uppfattar vi en svag skymt av Guds kärlek, och då yttrar vi: ”Kärleken består inte i att vi har älskat Gud utan i att han har älskat oss och sänt sin Son till försoning för våra synder” (Första Johannesbrevet 4:10). Men under vår betraktelse av Kristi välvilja, nuddar vi bara kanten på en gränslös kärlek. Hans kärlek är lik ett väldigt världshav, utan botten och strand. – *The Review and Herald*, den 6. Maj, 1902.

Guds Kärlek är omätbar, outtömlig – All den faderliga kärlek som generation efter generation har strömmat genom människors hjärtan, alla de ömhetens källor som sprungit upp i människors inte är, om man jämför med Guds gränslösa, outtömliga kärlek, bara en liten rännil mot den oändliga oceanen. Ingen tunga kan beskriva den, ingen penna teckna den. Du må meditera över den dagligen hela ditt liv; du må flitigt studera Bibeln för att fatta den; du må använda varje kraft och förmåga som Gud gett dig, i försöket att förstå din himmelske Faders kärlek och medlidande, men ändå är det en oändlighet därbortom. Du må studera denna kärlek under tidsåldrar, ändå kan du inte helt förstå längden och bredden, höjden och djupet av Guds kärlek, när Han gav Sin Son att dö för denna värld. Inte ens själva evigheten kan helt uppenbara den. Dock, när vi studerar Bibeln och mediterar över Kristi liv och frälsningsplanen, blir dessa ämnen allt klarare för oss. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidan 740 (1889).

Insikten om Guds Kärlek ökar gradvis – Efterhand som åren i evigheten förflyter kommer de att skänka en ständigt rikare och härligare uppenbarelse av Gud och Kristus. Allt eftersom kunskapen växer, kommer också kärleken, vördnaden och lyckan att öka. Ju mer människor lär sig om Gud, desto större blir deras beundran för hans karaktär. – *Den Stora Striden*, sidan 579 (1911).

Sektion 6

Själviskhet och Självaktning

Självaktning

Utveckla Självaktningen – Om vi önskar, att göra gott mot själar, kommer vår framgång med dessa själar att stå i förhållande till deras tro, till vår tro, och till vårt värdesättande av dem. Respekt för kämpande människosjälar är det säkra medel, varigenom Kristi Jesu återupprättelse av människans förlorade självaktning förverkligas. Vår ökande insikt om, vad hon kan bli, är en hjälp, som vi inte fattar till fullo. – *Brev 50*, 1893. (*Grundsatser för Kristen Utbildning*, sidan 280.)

Aktning för Människans Värdighet som Människa – Om vi inte kompromissar med våra principer, kommer vår hänsyn till andra att leda till att vi följer godtagna seder, och verklig artighet kräver inte att vi ger efter på våra principer för konventionens skull. Den bryr sig inte om vår sociala ställning. Den lär oss självaktning och respekt för människans värdighet som människa, respekt för alla medlemmar i mänsklighetens stora broderskap. – *Vägen till Mognad*, sidan 260 (1903).

Bevara Självaktningen – Somliga, som ni kommer i beröring med, är kanske enkla och oartiga, men bli därför inte själva mindre artiga. Den som vill bevara sin egen självaktning, måste vara försiktig så att han inte i onödan sårar andras självaktning. Denna regel bör man heligt iaktta gentemot den trögaste och den mest felande. Vad Gud har för avsikt att göra med dessa skenbart så föga lovande, vet ni inte. Han har i gångna tider använt människor, som inte var mer lovande eller tilltalande, till att utföra ett stort verk för Honom. Hans Ande, som verkar på hjärtat, har väckt varje förmåga till kraftig verksamhet. I dessa enkla, icke tillhuggna stenar såg Herren ett dyrbart material, som skulle klara prövningar i form av storm, hetta och tryck. Gud ser inte så som människor ser. Han dömer inte efter det som Han

har för ögonen, utan rannsakar hjärtat och dömer rättfärdigt. – *Evangelists Tjänare*, sidan 88 (1915).

På Samvetsgrannhet följer Självakning – För principfasta personer behöver vi inte låsa; vi behöver inte bevaka sådana. De uppträder ärligt och redbart alla gånger – på egen hand, utan att någon ser dem, likaså offentligt. De fläckar inte ned själen för allt smör i Småland, eller andra förmåner. De rynkar kraftigt på näsan åt varje nedrig handling. Även om ingen annan skulle känna till ett dylikt handlande från deras sida, skulle de vara alltför medvetna om det själva, och detta skulle ödelägga deras självakning. De, som saknar samvetsgrannhet i det lilla, skulle inte bli bättre av lagar och inskränkningar samt bestraffningar härvidlag. – *Testimony for the Physicians and Helpers of the Sanitarium* {Vittnesbörd för Läkarna och Medhjälparna på Hälsohemmet} 1879, sidan 62. (*Counsels on Health*, sidan 410.)

Självakningen måste verkligen omhuldas – Moralisk renhet, självakning, stark motståndskraft måste hela tiden vara A och O. Avvik aldrig från denna inställning. Ett alltför familjärt tilltag, en obetänksamhet, kan försätta själen i fara, genom att öppna dörren för frestelse och härigenom försvaga motståndskraften. – *Health, Philanthropic, and Medical Missionary Work* 1896, sidan 28. (*Counsels on Health*, sidan 295.)

Graden av Aktning för andra framgår av ens Självakning – Genom syndig njutning förstörs självrespekten och när den är borta, minskar respekten för andra och vi tror att andra är lika orättfärdiga som vi själva. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 6, sidan 53 (1900).

Genom felaktiga Vanor förstör Studenten Självakningen – Ovanorna gör att ungdomarna gör slut på sig själva. De kan knappast vara lyckliga eftersom de inte bryr sig om att skaffa sig rena och hälsosamma principer, och det leder till att friden försvinner. Alla arbetsfyllda studieår är förgäves. Ungdomarna har missbrukat sina fysiska och mentala krafter och då är kroppen, som är ett tempel, fördärvat. Inte nog med att detta liv är fördärvat, de har också fördärvat möjligheterna till det eviga livet. De trodde att världslig kunskap var vägen till rikedom. Men genom att nonchalera Bibeln offrade de den skatt som är värd mer än allt annat. – *Såningsmannen*, sidan 79 (1900).

Otåliga Ord skadar Självakningen – De som ger fritt utlopp åt ett sådant språk, kommer att bli skamsna. De förlorar självrespekten och

självförtroendet. De kommer att få samvetskval och ångra att de lät det gå över styr och förlorade behärsknigen, så att de talade på det sättet. Hur mycket bättre vore det inte om sådana ord aldrig kom över våra läppar? Hur mycket bättre är det inte att ha nådens olja i hjärtat för att kunna sätta sig över all förargelse, stå ut med allt och ha ett kristuslikt saktmod och tålmod? – *The Review and Herald*, den 27. februari, 1913. (*Budskap till de Unga*, sidan 313.)

Föräldrar bör aldrig ge Avkall på Självakningen genom ööverlagda Ord – Låt inte ett enda irriterat, hårt eller lidelsefullt ord undslippa läpparna. Kristi nåd väntar på, att bli åkallad. Hans Ande kommer att ta kommandot över hjärta och samvete, så att Han inspirerar till tal och gärning. Ge aldrig upp självakningen genom hastiga, tanklösa ord. Se till, att alla ord är rena, att samtliga uttryck är helgade. Ge barnen ett exempel på, vad Du vill att de skall bli... Frigör friden, de vänliga orden och de glada minerna. – *Brev* 28, 1890. (*Child Guidance*, sidan 219.)

Självakningen ödeläggs av Masturbering [Se *Child Guidance*, sidorna 439-468.] – Effekten av sådana vulgariserande vanor är inte densamma hos alla. Det finns en del barn som har en stark moralisk styrka, som umgås med barn som praktiserar självtillfredsställelse, och som därigenom har invigts i denna last. Effekten på sådana kommer alltför ofta att vara att det gör dem melankoliska, irriterade och svartsjuka. Trots detta behöver dessa inte mista sin respekt för religiös gudsdyrkan och behöver inte visa någon särskild otro när det gäller andliga saker. De kommer tidvis att lida starkt av samvetsförebråelser och kommer i sina egna ögon att känna sig mindervärdiga och förlora sin självrespekt. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidan 392 (1870).

Ha inte sönder Självakningen – När någon har handlat fel och inser sitt felsteg bör vi vara försiktiga så att vi inte förstör hans självakning. Gör honom inte missmodig genom att visa likgiltighet eller misstänksamhet. Säg inte till dig själv: ”Innan jag visar honom förtroende skall jag vänta och se om han står fast.” Ofta kan en sådan misstänksamhet vara just det som gör att den frestade faller. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 137 (1905).

Självförsörjning ökar Självakningen – Se till att de som försöker reformera sina liv får något att sysselsätta sig med. Ingen som kan arbeta borde få den uppfattningen att man kan förvänta sig mat, kläder och logi gratis. För deras egen och andras

skull, borde man hitta på något sätt genom vilket de kan ge ersättning för det de får. Uppmuntra varje ansträngning de gör för att försörja sig själva. Det kommer att stärka deras självaktning och ett sunt oberoende. Och att vara mentalt och kroppsligt sysselsatt med något nyttigt arbete är dessutom ett nödvändigt skydd mot frestelser. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 146 (1905).

Eget Ägande låter den Fattige vinna Självaktning – Vissheten om att äga sitt eget hem, skulle skapa en stark önskan [hos de fattiga] om att göra saker och ting på ett bättre sätt. Det skulle utveckla förmågan att planera och utföra saker. Barnen skulle lära sig sparsamhet och driftighet allteftersom de växte upp och deras förstånd skulle utvecklas. De skulle känna sig som fria, värdiga människor, inte som slavar, och de skulle kunna vinna tillbaka något av självrespekten och oberoendet. – *Historical Sketches of the Foreign Missions of the Seventh-day Adventists*, sidorna 165-166, 1886. (*Det adventistiska Hemmet*, sidan 291.)

Självutveckling och Värdighet – Det är viktigt, att Kristi tjänare inser att det är nödvändigt att utveckla sig själv, för att framhäva sin bekännelse och behålla en klädsam värdighet. Utan mental uppfostran kommer de med säkerhet att handla fel i allt vad de företar sig. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidorna 500-501 (1870).

Akta Dig för Självömkan – Vi måste vara på vår vakt mot självömkan. Ge aldrig efter för känslan att du inte värdesätts som du borde, att dina ansträngningar inte uppskattas, och att ditt arbete är alltför svårt. Tänk på vad Kristus har utstått för oss, och låt detta tysta varje klagande tanke. Vi behandlas bättre än vår Herre behandlades. ”Begär du något stort för egen räkning? Gör inte det!” (Jeremia 45:5). – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 417 (1905).

Kristus återställer Självaktningen – Det borde inte vara svårt att minnas att Herren önskar, att Du skall lägga Dina besvärligheter och förvecklingar vid Hans fötter, och lämna dem där. Gå till Honom och säg: ”Herre, mina bördor är för tunga för mig att bära. Vill Du bära dem åt mig?” Och Han kommer att svara: ”Jag vill ta dem, ’med evig nåd vill jag nu förbarma mig över dig’ {Jesaja 54:8}. Jag vill ta Dina synder, och vill ge Dig frid. Bannlys inte längre Din självaktning; för Jag har köpt Dig till priset av Mitt eget blod, Du är Min. Din svaghet skall Jag styrka. Din förtvivlan över Din synd tänker Jag avlägsna.” – *Brev 2*, 1914. (*Vittnesbörd för Predikanter och Bibelarbetare*, sidorna 519-520.)

Goda Råd åt en, som hade förlorat Självaktningen – Jesus älskar Dig, och Han har gett mig ett meddelande att förmedla till Dig. Han längtar med Sitt stora hjärtas omätbara ömsinhet efter Dig. Han sänder Dig budskapet, att Du visst kan glida ur fiendens snara. Du kan visst återvinna självaktningen. Du kan visst försätta Dig i ett läge, där Du betraktar Dig själv, inte som ett misslyckande, utan som en erövrare, i och med samt tack vare Guds Andes upplyftande inflytande. Grip tag om Kristi hand och släpp inte taget. – *Brev 228*, 1903. (*Medical Ministry*, sidan 43.)

Uppodla Självaktningen – Gud kan inte med välbehag se till att du enbart ser på dig själv såsom svag och bristfällig. Du bör uppodla självvillit genom att leva så att du har ett gott samvete och ett gott förhållande till människor och änglar... Det är din förmån att gå till Jesus och få rening, så att du kan stå framför honom utan skam och samvetsqual. ”Så finnes nu ingen fördömelse för dem som är i Kristus Jesus.” (Rom. 8:1.) Även om vi inte bör tänka alltför högt om oss själva, fördömer emellertid inte Guds ord en tillbörlig självrespekt. Såsom Guds söner och döttrar bör vi uppvisa ett värdigt sinne, i vilket stolthet och självhävdelse inte har något utrymme. – *The Review and Herald*, den 27. mars, 1888. (*Our High Calling*, sidan 143.)

Beroende och Oberoende

(A) Avhängig Gud, inte Människor Gudsberoendet skall vara fullständigt – Gud vill, att varje själ, för vilken Kristus dog, skall uppgå i eller bli en del av vinträdet, varvid han förbinds med vinstocken, och suger näring från den. Vårt beroende av Gud är absolut, och bör hålla oss synnerligen ödmjuka; och på grund av vår avhängighet av Honom, bör vår kunskap om Honom växa till högst märkbart. Gud vill, att vi avlägsnar oss från varje form av själviskhet, och vi skall komma till Honom, inte som ägare av oss själva, utan som Herrens köpta egendom. – *Special Testimonies, Serie A*, Band 8, sidorna 8-9, 1897. (*Vittnesbörd för Predikanter och Bibelarbetare*, sidorna 324-325.)

Var beroende av Gud, inte av Människor – Gud vill föra människan in i ett direkt förhållande till sig själv. I allt sitt handlande med människor upprätthåller han principen om människans personliga ansvar. Han försöker uppmuntra oss till att känna ett personligt beroende av honom och att

inse vårt behov av personlig vägledning. Han längtar efter att föra det mänskliga i förbindelse med det gudomliga, så att människan kan bli förvandlad till Guds avbild. Satan arbetar för att förhindra detta. Han försöker få människor att bli beroende av andra människor. När människors sinnen vänds bort från Gud, kan frestaren föra dem in under sitt herravälde. På det sättet får han kontroll över människan. – *Hälsa för hela Människan*, sidan 206 (1905).

Gör Gud till Ditt allt. Om inte, är det dags att göra halt. Stanna upp, där Du befinner Dig och ändra sakernas tillstånd... Ropa på Gud i uppriktighet, i själslig hunger. Brottas med de himmelska krafterna, tills Du uppnår segern. Läggs hela Ditt väsen i Herrens händer – själ, kropp och ande – och bestäm Dig för, att bli Hans kärleksfulla, helgade redskap, som handlar enligt Hans önskan, behärskas av Hans sinne, fylls av Hans Ande; ... då kommer Du att tydligt uppfatta himmelska saker och ting. – *Manuskript 24*, 1891. (*Guds Söner och Döttrar*, sidan 105.)

Gör Gud till Din Rådgivare – I stället för att berätta om Dina bryderier för en broder eller predikant, skall Du lägga fram dem inför Herren i bön. Ställ inte predikanten på Guds plats, utan be för honom. Alla har vi felat på den här punkten. En Kristi predikant är som andra personer. Förvisso bär han ett heligare ansvar på sina axlar, än den vanlige medborgaren, men han är inte ofelbar. Han är omgiven av svaghet, och behöver nåd och Guds ljus. Han behöver den himmelska smörjelsen, för att utträtta sitt arbete med precision och framgång, varigenom han bevisar sig vara en sann tjänare åt korset. Det finns de, som inte känner till vägen till liv och frälsning, och de finner i en gudfruktig pastor en person, som lär dem, vad de skall göra, för att bli frälsta.

De, som känner till bedjandets konst, som känner till invitationen från Kristi evangelium, som känner till Hans löftens osvikliga hållbarhet, visar Gud vanära, när de lägger sina bördor på begränsade människor. Det är alltid rätt, att rådgöra gemensamt. Det är rätt, att tala gemensamt. Det är rätt, att tydliggöra hindren mot genomförandet av ett projekt för bröderna och pastorn. Men skandalisera inte Gud, genom att söka klokhets från människor. Sök upp Gud för den visdom, som kommer ovanifrån. Inbjud medarbetarna till bön med Dig, för då kommer Herren att uppfylla Sitt ord: ”där två eller tre är samlade i mitt namn, där är jag mitt ibland dem” (Matteusevangeliet 18:20). – *Manuskript 23*, 1899.

(B) Beroende och Oberoende under Arbetets Gång

En Persons Tänkande – Det är ett misstag, att få folk till att tro, att Kristi arbetare inte skall gå framåt, förrän de har lagt fram sina planer för en ansvarshavande. Folk får inte vänjas vid, att blicka upp till människor som till Gud. Samtidigt som det är nödvändigt, att bröder rådslår och att medarbetarna strävar enhälligt, får inte en persons tänkande och en persons omdöme styra det hela. – *The Review and Herald*, den 7. augusti, 1894.

Att växa till i Slagkraft – Gud är Sitt folks styresman, och Han lär dem, som skänker Honom sin tankeförmåga, hur de skall använda förståndet. När de använder sin beslutsförmåga, växer de till i slagkraft. Herrens arvtagare består av stora och små kärll, men var och en tilldelas sitt eget arbete. En eller flera mäns tänkande skall inte betraktas som tryggt för alla att rätta sig efter. Måtte alla vända sig till Gud, förtrösta på Honom, och fullständigt tro på Hans kraft. Bär Kristi ok, inte människors, ty de saknar kraft till, att avhålla Dig från syndafall. – *Brev 88*, 1896.

Råd till en Chef – Du måste vara beroende av Gud. Du får inte låta andra ta över Ditt tänkande och beslutande. Du får inte låta deras hala tungor övertala Dig till, att färdas längs falska vägar. Lita fullt ut på Honom, som har tillkännagett: ”*Jag skall aldrig lämna dig eller överge dig*” (Hebréerbrevet 13:5, kursivering i *Svenska Folk-Bibeln 98*). – *Brev 92*, 1903.

Beroende av Gud stärker Tilliten – När människor låter bli med, att vara avhängiga av människor, när de förlitar sig på Guds kraft, kommer de att visa varandra mera tillit. Vår tro på Gud är över huvud taget väldigt svag, och vår tillit till varandra är över huvud taget väldigt dålig. – *Special Testimonies, Serie A, Band 3*, sidan 48, 1895. (*Vittnesbörd för Predikanter och Bibelarbetare*, sidan 214.)

Självberoende inleder i Frestelse – Genom allvarlig bön och beroende av Gud fick Salomo en vishet som väckte beundran i världen. Men när han lämnade honom som var källan till hans styrka, och började lita på sig själv, blev han ett byte för frestelsen. De underbara gåvor och krafter som gavs denne, den visaste bland kungar, gjorde honom till ett mer verksamt redskap för själens fiende. – *Den Stora Striden*, sidan 439 (1911).

Beroende av andra kan antyda Omognad – Människor, som borde vara lika uppriktiga i varje nödsituation som kompassnålen i förhållande till polen, har blivit ineffektiva i sina ansträngningar

att skydda sig mot kritik och undvika ansvar av rädsla för att begå misstag. Människor med gott intellekt är bebisar när det gäller disciplin, därför att de är fega när det gäller att ta det ansvar och bära de bördor som de borde. De försummar att bli effektiva. De har alltför länge litat på att någon människa skall göra upp planer för dem och att denne tänker ut det som de i högsta grad själva förmår att göra för Guds verk. Mentala brister möter oss på varje punkt.

Människor som är nöjda med att låta andra planera för dem och tänka för dem är inte helt utvecklade. Om de lämnades till att själva göra upp sina planer skulle de visa sig vara omdömesgilla, nogräknade människor. Men när de förs i kontakt med Guds verk, är det en helt annan sak för dem. De förlorar nästan helt denna förmåga. De är nöjda med att förbli så inkompetenta och ineffektiva att andra måste utföra planeringsarbetet och tänka mycket för dem. Somliga människor visar sig vara helt odugliga till att bana en egen väg åt sig. Måste de alltid lita på att andra skall göra deras planeringsarbete och deras undersökningar och att de skall använda sitt intellekt och sitt omdöme för deras räkning? Gud skäms över sådana soldater. Han blir inte förhålligad genom att de deltar i Hans verk, när de bara är maskiner. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidorna 495-496 (1875).

Efterlyses: Själständiga Män – Det behövs självständiga män som är allvarliga i sina strävanden, inte män som är påverkbara som kitt. De, som vill att deras arbete skall vara tillrättalat för deras händer och som vill ha en viss mängd arbete att utföra för en bestämd lön och som tror sig vara lämpliga utan anpassning eller utbildning, är inte de män som Gud kallar till att verka i Hans sak. En man som inte kan anpassa sina förmågor till nästan vilken plats som helst när förhållandena kräver det, är inte den man som vår tid behöver.

De män som Gud vill knyta till Sitt verk, är inte slappa, förståndssvaga män som varken äger muskelkraft eller moralisk karaktärsstyrka. Det är endast genom fortsatt och uthållig tjänst som människor kan disciplineras till att bära en del av Guds verk. Dessa män borde inte bli missmodiga om omständigheter och omgivningar är de mest ogynnsamma. De bör inte ge upp sitt mål som ett totalt misslyckande förrän de är överbevisade bortom allt tvivel om att de inte kan göra mycket för Guds ära och för själars goda. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidan 496 (1875).

Ohelgat Oberoende härrör från Självviskheten – De onda följderna av egenkärlek och ohelgat oberoende, som skadar vår användbarhet mest och som kommer att visa sig bli vår undergång om den inte övervinns, kommer från självviskhet. ”Rådgör med varandra” är budskapet som har upprepats för mig om och om igen av Guds ängel. Genom att påverka en människas omdöme kan Satan försöka styra saker och ting som det passar honom. Han kanske lyckas vilseföra två personer, men när flera rådgör med varandra är det säkrare. Varje plan blir då närmare granskad och varje nytt steg blir noggrannare genomtänkt. Därigenom blir risken mindre för förhastade och okloka ageranden, som skulle föra med sig förvirring, svårigheter och nederlag. Enighet ger styrka. Splittring leder till svaghet och nederlag. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidorna 29-30 (1882).

(C) En oberoende Anda

Farorna med personligt Oberoende – Påminn er alltid om, vad som passar till vår kristna bekännelse som Guds särskilda folk och ta er i akt så att ert inflytande inte får motarbeta Guds avsikt, så att ni på grund av Satans bedrägeri blir en stötesten, direkt på de svagas och haltandes väg. Det ligger en fara i att ge våra fiender tillfälle att håna Gud och hysa förakt för dem som tror på sanningen. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidorna 477-478 (1889).

Andligt Oberoende – Det har alltid i församlingen funnits sådana som varit benägna att hävda ett individuellt oberoende. De tycks inte kunna inse att andligt oberoende har en benägenhet att leda människan till att lita för mycket på sig själv och att handla efter sitt eget omdöme, snarare än att respektera sina medtroendes råd och högt uppskatta deras omdöme, framför allt deras som bekläder de ämbeten som Gud har utsett för att leda sitt folk. Gud har beklätt sin församling med särskild auktoritet och kraft, vilken ingen kan anses ha rätt att ringakta eller avvisa, eftersom den som handlar så, avvisar Guds röst. – *Löftestiden*, sidan 163 (1911).

Gemensamt Agerande – En punkt måste beaktas och det är den personliga friheten. Såsom soldater i Kristi arme skulle vi handla i samförstånd inom de olika avdelningarna i vårt arbete. ... Varje arbetare skulle handla med hänsyn till de övriga. Jesu lärjungar handlar inte oberoende av varandra. Vår styrka måste vara i Gud, och den måste förvaltas så att den omsätts i ädel, samlad handling. Den får inte förlösas på

meningslösa företag. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidorna 534-535 (1889).

Själv tillräcklighet utsätter oss för Satans List – Vi lever mitt under den sista tidens faror och om vi har en anda av själv tillräcklighet och oberoende kommer vi att utsättas för Satans list och bli besegrade. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidan 66 (1872).

(D) Moraliskt Oberoende

Lagen om ömsesidigt Beroende – Vi är alla delar av mänsklighetens stora väv, och vadhelst vi kan göra, för att gagna och lyfta upp andra, kommer att ge oss själva välsignelse. Lagen om ömsesidigt beroende löper genom alla samhällsklasser. De fattiga är inte mera beroende av de rika, än de rika är av de fattiga. Lika väl som att den ena klassen begär en del av de välsignelser, som Gud har givit dess förmögnare grannar, behöver den andra den trogna tjänst, de andliga och kroppsliga krafter, som är den fattiges kapital. – *Patriarker och Profeter*, sidan 579 (1890).

Plikten, att följa Överbevisningen om Pliktens Väg – Satan verkar på många sätt genom mänskligt inflytande för att binda sina fångar. Han försäkrar sig om stora skaror genom att binda dem med sympatins silkessnören till personer som är fiender till Kristi kors. Oavsett vilka dessa band är, mellan föräldrar och barn, mellan äkta makar eller mellan vänner, blir konsekvenserna desamma. Sanningens motståndare vill härska över samvetet. De som påverkas av dem har inte tillräckligt mycket mod eller självständighet för att följa sin egen överbevisning om pliktens väg. – *Den Stora Striden*, sidan 513 (1911).

Individens Omdöme offras – Även om förnuftet och samvetet har överbevisats, vågar dessa människor [trons bekännare inom de stora samfundet], som är vilseförda, inte tänka annorlunda än sina predikanter. Deras personliga uppfattning och deras eviga intressen offras av hänsyn till en annans otro, stolthet eller fördomar. – *Den Stora Striden*, sidan 512 (1911).

Stå själv för det Rätta – Det kommer att kräva mod och självständighet att resa sig över den kristna världens religiösa standard. De följer inte Frälsarens självförnekande exempel. De gör inga uppoffringar. De försöker hela tiden att undgå det kors som Kristus förklarar vara tecknet på lärjungaskap. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidan 78 (1882).

Moralisk Självständighet, när Världen måste trotsas – Moralisk självständighet kommer att

vara helt på sin plats, när världen måste trotsas. Genom att anpassa oss helt till Guds vilja, kommer vi att hamna i ett fördelaktigt läge, och kommer vi att inse det nödvändiga i en fullständig skilsmässa från världens seder och bruk. Vi skall inte blott upphöja vår standard en smula över världens standard; utan vi skall göra skiljelinjen klar och tydlig. – *The Review and Herald*, den 9. januari, 1894. (*Grundsatser för Kristen Utbildning*, sidan 289.)

Moralisk Självständighet en Dygd – Det enda säkra för oss är att stå fasta som Guds utvalda folk. Inte en tum får vi ge efter för denna degenererade tids mode och vanor, utan vi ska stå moraliskt självständiga och inte kompromissa med dess omoraliska, avgudadyrkande vanor. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidan 78 (1882).

(E) Tankens Självständighet

Äkta Självständighet är inte lika med Envishet – Sinnets sanna självständighet är inte lika med styvsinhet. Denna självständighet leder de unga till, att anta åsikter vilande på Guds Ord, oavsett, vad andra säger eller gör. I fall de är i en grupp med icke-troende, ateister eller hedningar, leder det dem till, att erkänna och försvara sin tro på evangeliets sanningar i motsättning till de ogudaktiga kamraternas orimliga invändningar och spetsfundigheter. I fall de är hos sådana, som menar det vara en dygd, att påvisa bekännande kristnas fel och därmed håna religion, moral och dygd, kommer sinnets verkliga självständighet att leda dem till, att vänligt och samtidigt frimodigt förklara, att hänflin är en dålig ersättning för sunda argument. Detta sätter dem i stånd till, att se bortom den småaktiga kritiken och skönja dess upphovsman, Guds och människors fiende, och till att stå emot honom i form av hans mänskliga redskap. – *The Review and Herald*, den 26. augusti, 1884. (*Grundsatser för Kristen Utbildning*, sidorna 88-89.)

Individuell Självständighet är av Nöden – Det finns män som smickrar sig med att de skulle kunna uträtta något stort och gott om bara omständigheterna omkring dem var annorlunda, samtidigt som de inte använder de förmågor de redan har genom att vara verksamma i de situationer som Försynen har placerat dem i. Människan kan forma sina omständigheter, men omständigheter borde aldrig forma människan. Människan bör gripa tag i omständigheter som redskap, som hon bör arbeta med. Hon bör råda över omständigheter, men skulle aldrig låta omständigheter att råda över henne. Personlig självständighet och personlig kraft är de

egenskaper som nu behövs. Individens karaktär behöver inte offras, men den bör anpassas, förädlas och höjas. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidorna 496-497 (1875).

Så långt, men inte längre, i Självständighet – Gud vill, att det skall vara disciplin bland Hans folk, att de enigt skall samverka och att de skall ha samma synsätt, vara ens till sinnes och ha samma åsikt. För att detta skall uppnås, är det mycket, som måste göras... Herren skulle inte vilja att vi gav upp vår individualitet. Men vilken människa kan rätt bedöma, hur långt denna fråga om personlig självständighet borde få sträcka sig? ...

Petrus förmanar sina bröder: ”Likaså, ni yngre, underordna er de äldre. Och ni alla, klä er i ödmjukhet mot varandra. Ty Gud står emot de högmodiga, men de ödmjuka ger han nåd.” (1 Petr. 5:5) Aposteln Paulus uppmuntrar också sina bröder i Filippi till enighet och ödmjukhet: ”Om ni nu har tröst hos Kristus, uppmuntran av hans kärlek och gemenskap i Anden, om medkänsla och barmhärtighet betyder något, gör då min glädje fullkomlig genom att ha samma sinnelag och samma kärlek och genom att vara ett i själ och sinne. Var inte självupptagna och stolta. Var i stället ödmjuka och sätt andra högre än er själva.” – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidan 360 (1875).

Guds Kraft vår Förtröstan – Bröder, jag uppmanar er att gå framåt med blicken riktad endast på Guds härlighet. Låt Hans kraft vara er förtröstan och Hans nåd bli er styrka. Sök att genom studiet av Bibeln och genom allvarlig bön få en klar uppfattning om er plikt, och utför den sedan troget. Det är viktigt att ni visar trohet i de små tingen. Genom att göra så kommer ni att skaffa er okränkbara vanor även vid större ansvar. Vardagslivets små händelser går ofta förbi utan att ni lägger märke till dem, men det är dessa som formar karaktären. Varje händelse i livet är betydelsefull för det goda eller det onda. Sinnet behöver fostras genom dagliga provningar, för att det skall få kraft att stå fast i svåra situationer. I dagar av provningar och faror kommer ni att behöva styrka för att kunna stå orubbligt fasta för det rätta, oberoende av varje motsatt inflytande. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidan 561 (1881).

Själviskhet och Självupptagenhet

Av Naturen är vi självupptagna – Av naturen är vi självupptagna och envisa. Men när vi lär oss de lärdomar som Kristus önskar lära oss, får vi del

av hans natur så att vi kan leva hans liv. Det underbara exempel på ömhet Kristus visade när han satte sig in i andras känslor, när han grät med dem som grät, och glädde sig med dem som var glada, måste få göra ett djupt intryck på deras karaktär som uppriktigt följer honom. Genom vänliga ord och handlingar kommer de att försöka göra stigen lätt att vandra för trötta fötter. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 126 (1905).

Själviskhet gör, att Intellectet krymper ihop – Själviska intressen måste alltid göras underordnade; ty om de bereds handlingsutrymme, blir de en förhärskande kraft, som kommer intellectet att krympa ihop, hjärtat att hårdna och den moraliska kraften att avta. Därpå följer besvikelse. Personen i fråga har därmed tagit ut skilsmässa från Gud och övergått till ovärdiga företaganden. Han kan ej längre vara lycklig, ty han kan ej längre respektera sig själv. Han har försämrat sig själv i sina egna ögon. Han har blivit intellektuellt misslyckad. – *Manuskript 21*, 1899.

Själviskhet Orsaken till Människors Skuld – Själviskhet är detsamma som frånvaron av [bristen på] Kristuslik ödmjukhet, och själviskheten innebär människors lyckas undergång, orsaken till deras syndaskuld och förmår själviskhetens vänner, att lida andligt skepsbrott. – *Brev 28*, 1888.

Förvirrar Sinnena – I dag, såväl som på Kristi tid, härskar Satan i mångas sinnen. Oh, att hans förfärliga och ohyggliga verk kunde genomskådas och motverkas! Själviskheten och egenkärleken har undergrävt principer, jagiskheten har förvirrat sinnesförmögenheterna och förmörkat omdömet. Det tycks så besynnerligt, att det till trots för allt ljus, som strålar från Guds välsignade Ord, skall förekomma märkliga tankar och ett sådant avfall från sanningens gärningar och anda.

Önskan om en hög lön, med en fast föresats om att beröva andra deras Gudagivna rättigheter, har sin upprinnelse i Satans tankar; och genom att lyda hans vilja och vägar, ställer människor sig själva under hans banér. Föga tillit går att visa dem, som har fångats i denna snara, med mindre de fullständigt vänder om och förnyas; för de har genomsyrats av felaktiga grundsatser, vars skadlighet för dem själva de inte har varit varse. – *Special Testimonies, Serie A*, Band 10, sidan 26, den 6. februari, 1896. (*Vittnesbörd för Predikanter och Bibelarbetare*, sidorna 392-393.)

Tala mindre om Jaget (råd till en person, som var högdragen och diktatorisk) – Låt ditt hjärta

mjukna och smälta under Guds Andes gudomliga påverkan. Du bör inte tala så mycket om dig själv. Detta kommer nämligen inte att göra någon stark. Du borde inte sätta dig själv i centrum och inbilla dig att du hela tiden måste bry dig om dig själv och förmå andra att bry sig om dig. Rikta dina tankar bort från dig själv in i en annan sundare kanal. Tala om Jesus och låt självet gå. Låt det sänkas ned i Kristus och låt detta vara ditt hjärtas språk: "... nu lever inte längre jag, utan Kristus lever i mig." (Gal. 2:20) Jesus vill vara en hjälp för dig vid varje tillfälle du nu behöver den. Han kommer inte att låta dig kämpa ensam mot mörkrets krafter. O, nej, Han har sört för hjälp från Honom som har makt att frälsa till det yttersta. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidorna 320-321 (1869).

Akta Dig för Självömkan! – Upphör att hysa medömkan med dig själv och påminn dig om världens Frälsare. Betrakta det gränslösa offer Han gjorde för människornas skull och tänk på hur besviken Han måste bli över, att människan – efter att Han gjort ett sådant offer för människornas skull – skulle välja att förena sig med dem, som hatar Kristus och rättfärdighet, och skulle bli ett med dem i att ge efter för en förvänd aptit och därigenom föra evigt fördärv över sin själ. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidan 508 (1889).

Att leva för Jaget, vanärar Gud – Vi lever i en svår tid, och de som nu bara tänker på sig själva, vanärar Herren. Han kan inte använda dem, eftersom de som inte känner evangeliets sanningar, då skulle få en falsk bild av Gud... Det kan vara så att Gud ser att du är stolt och fåfäng. Han kan finna det nödvändigt att befria dig från medel som du bara skulle ha utnyttjat till din egen fördel. – *Manuskript 24*, 1904. (*Utvalda Budskap*, Band 1, sidan 83.)

Självbelåtenhet tyder på andlig Nöd – En del är inte villiga att utföra ett självförsakande arbete. De visar otålighet, när de nödgas ta ett visst ansvar. "Varför behöver man öka kunskapen och erfarenheten?" frågar de.

Och det förklarar allt. De säger: "Jag är rik, ja, jag har vunnit rikedomar och behöver intet", medan himmelen förklarar dem vara fattiga, ömkansvärda, blinda och nakna. Till dessa säger det sannfärdiga Vittnet: "Så råder jag dig då att du köper av mig guld som är luttrat i eld, för att du skall bli rik, och att du köper vita kläder till att kläda dig i, för att din nakenhets skam icke skall bli uppenbar, och att du köper ögonsalva till att smörja dina ögon med, för att du skall kunna se."

(Upp. 3:17, 18.) Just er självbelåtenhet visar att ni är i avsaknad av allt. Ni är andligen sjuka och behöver Jesus som er läkare. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidan 265 (1882).

Faror med Självsmicker – Det är svårt för oss att förstå oss själva och att ha en rätt insikt om vår egen karaktär. Guds ord är tydligt, men ofta är det felaktigt att använda det på sitt eget jag. Det finns en benägenhet till självbedrägeri och till att tro att Skriftens varningar och tillrättavisningar inte gäller mig. "Bedrägligare än allt annat är hjärtat, det är obotligt sjukt. Vem kan förstå det?" (Jer. 17:9) Självsmicker kan uppfattas som en kristen sinnesrörelse och iver. Egenkärlek och tillit kan förvissa oss om att vi är på rätt väg, trots att vi är långt från att leva upp till Guds ords krav. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidan 332 (1885).

Självupphöjelse ödelägger Intellectet – Så djupt är avtrycket från självupphöjelsen på mänskohjärtat, så omfattande önskan om mänsklig makt, att hos många fjättras sinne och hjärta samt själ av tanken på, att styra och ställa. Inget förmår, att rätta till detta ödeläggande inflytande på mänskossinnet, än sökandet efter Herren, för att vinna himmelsk synförmåga. Bara kraften hos den gudomliga nåden kan få människan att förstå sin verkliga ställning och utträta i henne det verk, som behöver utföras i hjärtat. – *Brev 412*, 1907.

Undvik Ytterligheter och överdrivet Självförtroende (råd till en direktör) – Om du tänker alltför höga tankar om dig själv, kommer du att tro att ditt arbete är av större betydelse än det verkligen är och du kommer att visa en personlig självständighet som gränsar till högmod. Om du går till den andra ytterligheten och formar en alltför låg uppfattning om dig själv, kommer du att känna dig underlägsen och kommer att ge ett intryck av ovärdighet som kommer att begränsa ditt inflytande mycket där du annars skulle kunna göra gott. Du bör undvika båda ytterligheterna. Känslor bör inte styra dig, omständigheterna bör inte påverka dig. Du kan forma en korrekt självuppfattning som kan visa sig vara ett beskydd från båda ytterligheterna. Du kan bli värdig utan någon tom självsäkerhet. Du kan vara nedlåtande och eftergiven utan att offra din självrespekt eller personliga självständighet och ditt liv kan ha stor betydelse för dem som tillhör såväl de högre som de lägre samhällsklasserna. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidan 506 (1875).

Självupptagenhet åstadkommer Sjuklighet (ett personligt budskap) – Dina ansträngningar bör vara allvarligt menade och grundliga samt

uthålliga, för att Du skall bli lyckosam. I egenskap av en Kristi efterföljare måste Du lära Dig, att tygla varje uttryck för irritation och lidelse. Tankarna kretsar alltför mycket kring Dig. Du talar för mycket om Dig själv, Dina kroppsliga lidanden.

Din egen inställning orsakar Dig dagligen ohälsa på grund av Dina felaktiga vanor. Aposteln väddar till sina bröder om, att de skall helga sina kroppar åt Gud. ”Så förmanar jag nu er, bröder, vid Guds barmhärtighet, att frambära era kroppar som ett levande och heligt offer som behagar Gud – er andliga gudstjänst. Och anpassa er inte efter den här världen, utan låt er förvandlas genom sinnets förnyelse, så att ni kan pröva vad som är Guds vilja, det som är gott och fullkomligt och som behagar honom” (Romarbrevet 12:1-2). – *Brev 27*, 1872.

Självupptagenhet påverkar Uppfattningsförmågan (ett till personligt budskap) – Du, min bror, kan hjälpa oss på många sätt. Men Herren har gett mig i uppdrag att säga till dig att du inte får lov att vara självupptagen. Ge akt på hur du lyssnar, vad du förstår och hur du använder Guds ord. Herren kommer att välsigna dig när du samarbetar med dina bröder. De som han har sänt ut för att förkunna den tredje ängelns budskap, har varit verksamma i gemenskap med de himmelska änglarna. Herren har inte gett dig som uppgift att förkunna ett budskap som kommer att vålla splittring i de troendes led. Jag upprepar, han vägleder inte någon genom sin Helige Ande till att forma en teori som kommer att rubba tron på de allvarliga budskap han har gett sitt folk att föra ut till världen. – *Manuskript 32*, 1896. (*Utvalda Budskap*, Band 2, sidan 117).

Självglömskans Dygd skall läras ut till varje Barn – En av de egenskaper som man särskilt bör ta vara på och vårda hos alla barn är den osjälviskhet som ger livet en så omedelbar skönhet. Av alla framstående egenskaper i karaktären är den en av de vackraste, och för att utföra ett gott verk i livet hör den till de viktigaste kvalifikationerna. – *Vägen till Mognad*, sidan 237 (1903).

Omedvetenhet om sig själv är Grunden till sann Storhet – Det räckte emellertid inte för Jesu apostlar att de fick undervisning om hans rikes natur. Vad de behövde var en sinnesförändring som förde dem i samstämmighet med dess principer. Jesus kallade till sig ett litet barn och ställde det mitt ibland dem. Han tog det lilla barnet milt upp i sin famn och sade: ”Om I icke omvänden eder och bliven såsom barn, skolen I

icke komma in i himmelriket.” Ett litet barns enkelhet, omedvetenhet om sig självt och tillitsfulla kärlek är de egenskaper som himmelen värdesätter. Dessa utgör det som utmärker sann storhet. – *Vändpunkten*, sidan 437 (1898).

Självsonande utgör Bönens Drivkraft inom falska Religioner – Hedningarna trodde att deras böner hade en inneboende magisk kraft som kunde försona deras synder. Ju längre bön desto större kraft. Om det nu var så att de genom egna ansträngningar kunde bli heliga, då skulle de verkligen ha något att glädjas och yvas över. Denna uppfattning om bön är konsekvensen av den vilseledande princip som genomsyrar alla falska religionssystem, nämligen att det är möjligt att göra bot för sin synd. Fariséerna hade införlivat denna syn på bön i sin version av judendomen. Nu för tiden betraktar stora grupper fortfarande bön på det sättet, till och med många som kallar sig kristna. Att läsa vissa fastställda böner utan att kännas vid något behov av Gud är att ”rabbla tomma ord som hedningarna”. – *Men Jag säger...*, sidan 92 (1896).

I Kristi Liv förekom det ingen Självhävdelse – Till hans liv skulle inte någon självhävdelse få tillträde. Den hyllning, som världen visar för ställning, rikedom och begåvning, skulle vara främmande för Guds Son. Inget av de sätt som människor använder för att försäkra sig om tillgivenhet eller ära, skulle Messias använda. Hans totala självförnekelse förutsågs i följande ord: ”Han skall inte skria eller ropa, inte låta sin röst höras på gatorna. Ett brutet strå skall han inte krossa, en tynande veke skall han inte släcka.” – *Profeter och Kungar*, sidorna 692-693 (1917).

Guds Botemedel för Själviskhet och Självupphöjelse – Det finns hos människan en benägenhet att betrakta sig själv som större än alla andra och att arbeta för sitt eget jag och söka att nå de främsta platserna. Detta leder ofta till onda ingivelser och bitterhet. Avsikten med denna förordning [fottvagning], som skall föregå Herrens måltid, är att avlägsna sådana missförstånd och leda människan bort ifrån sin egenkärlek och få henne ned ifrån sin självupphöjelses styltor, och till henne förmedla den sinnets ödmjukhet som kommer att leda henne till att tjäna sina medsyskon.

Den helige väktaren från himmelen är närvarande vid detta tillfälle för att göra det till en stund av självvrannsakan med överbevisning om synd och med förvissning om syndernas förlåtelse. I sin nåds fullhet är Kristus närvarande för att förändra den ström av tankar som har löpt

genom egenkärlekens kanaler. Den helige Ande levandegör känsligheten hos den som följer sin Herres exempel.

När vi erinrar oss Frälsarens ödmjukhet, knyts tanke till tanke. En rad minnen väcks, minnen av Guds stora godhet och om jordiska vänners välvilja och ömhet. Glömda välsignelser, missbrukad barmhärtighet och ringaktad godhet dyker upp i minnet. Bittra rötter som har förträngt kärlekens dyrbara planta kommer upp i dagen. Karaktärsbrister, försummelse av plikter, otacksamhet mot Gud och kyla mot våra medsyskon kommer fram i vårt minne. Synden visar sig i det ljus, vari Gud ser den. Det blir inte självgodhetens tankar som upptar oss, utan tankar om allvarlig självrannsakan och ödmjukhet. Sinnet styrks till att bryta ned varje barriär som har förorsakat splittring. Onda tankar och onda ord upphör. Synder blir bekända och förlättna. Kristi betvingande nåd tränger in i sinnet och Kristi kärlek drar människor till varandra i en välgörande enhet. – *Vändpunkten*, sidorna 651-652 (1898).

Sektion 7 - Tonår och Ungdomstid Ungas Vanskligheter

Unga är mottagliga och hoppfulla – Ungdomen är mottaglig, sund, brinnande och hoppfull. När de en gång har smakat självuppföringens välsignelser, kommer de inte att mättas, förrän de hela tiden tar emot undervisning av den Store Läraren. Herren kommer att öppna vägar för dem, som kommer att besvara Hans kallelse. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 6, sidan 471 (1900).

De Unga måste välja sitt eviga Öde – Genom att omhulda tankar och känslor under sina tidiga år, bestämmer varje ungdom sitt livs inriktning. Sunda, dygdiga, manliga vanor formade i ungdomen tvinnas in i karaktären och utmärker vanligen personens vägval livet igenom. De unga kan bli lastbara eller rika på dygd, allt enligt eget gottfinnande. De kan lika gärna bli kända för välvilliga och ädla gärningar, som för allvarliga brott och elakhet. – *The Signs of the Times*, den 11. oktober, 1910. (*Child Guidance*, sidan 196.)

Fostran, som slutar i mental och moralisk Svaghet – En sträng fostran av de unga, utan att på ett passande sätt leda dem att själva tänka och handla allt efter som deras förmåga och begåvning tillåter, kommer alltid att resultera i människor

som är svaga i andlig och moralisk kraft. När de sedan står på egna ben i världen för att själva handla, kommer det att visa sig att de har fostrats som djur och inte utbildats som människor. I stället för att ha letts, har deras vilja genom hård disciplin tvingats till underdånighet av både föräldrar och lärare. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidan 133 (1872).

Sinnet skall ledas till, att kontrollera Levernet – Barnen har en intelligent vilja, som skall ledas till att kontrollera alla deras krafter. Stumma djur behöver tränas, för de har varken förstånd eller intellekt. Men människosinnet måste läras självkontroll. Det måste utbildas till att styra hela människan, medan djuren kontrolleras av sin herre och tränas att vara honom undergivna. Människan är både sinne, omdöme och vilja för sitt djur. Ett barn kan fostras på samma sätt som djuret, så att det inte får någon egen vilja. Även dess individualitet kan gå upp i den som leder dess utbildning. Barnets vilja kan faktiskt helt och hållet bli lärarens vilja underdånig.

Barn som utbildas på det sättet kommer dock alltid att vara undermåliga i moralisk styrka och individuellt ansvar. De har inte uppfostrats att handla utifrån förstånd och principer. Deras vilja har kontrollerats av andra och deras sinne har inte kommit till användning så att det skulle kunna vidgas och stärkas genom övning. De har inte letts och fostrats med hänsyn till sin särskilda kroppsbeskaffenhet och sina själsförmågor, för att de skulle kunna använda sina starkaste krafter när det behövs. Lärare borde inte stanna här utan borde ägna särskild uppmärksamhet åt att öva de svagare själsförmögenheterna, så att alla krafter kan tas i bruk. På så sätt kan de gå framåt från ett utvecklingsstadium till ett annat, så att sinnet kan nå upp till största möjliga kapacitet. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidan 132 (1872).

Många är oförmögna till eget Tänkande – Det finns många familjer vars barn ser ut att vara väluppfostrade så länge som de får en bestämd fostran men när det som hjälpt dem att hålla regler inte längre existerar verkar de vara oförmögna att tänka, handla och bestämma själva. Sådana barn har alltför länge varit under en järnhand, som inte har tillåtit dem att själva tänka och handla i sådana fall när det skulle varit mycket lämpligt att de hade gjort det. De har ingen tillit till sig själva och vågar inte handla efter eget omdöme eller ha en egen åsikt.

När de sedan lämnar sådana föräldrar för att fatta sina egna beslut, är det mycket lätt att de leds av andras omdöme i felaktig riktning. De har inte en

fast karaktär. De har inte fått lära sig att förlita sig på sitt eget omdöme så snabbt och så långt som det var praktiskt möjligt, och därför har inte deras sinnen utvecklats och stärkts på ett passande sätt. De har fullständigt kontrollerats av sina föräldrar så länge, att de helt litat på dem. Deras föräldrar är både huvud och omdöme för dem. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidan 133 (1872).

Följderna av, att härska genom Tvång och Fruktan – De föräldrar och lärare som har skrutit med att ha fullständig kontroll över sinne och vilja hos de barn som var under deras vård, skulle upphöra med sitt skryt om de kunde se dessa barns framtida liv, som på så sätt har fostrats och underkuvats med tvång och fruktan. Dessa är nästan helt och hållet oförberedda att ta sin del i livets hårda ansvar. När dessa ungdomar inte längre är under sina föräldrars och lärares vilja, utan tvingas att tänka och handla själva, är det nästan säkert att de kommer att välja en felaktig väg och ge efter för frestelsens makt. De kan inte leva detta liv framgångsrikt, och samma brister ses i deras andliga liv. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidorna 133-134 (1872).

Disciplin, som stimulerar och stärker – Förutom den fostran vi får i hemmet och i skolan måste vi alla möta livets hårda fostran, och hur man ska göra det på ett förnuftigt sätt är något som behöver förklaras tydligt för alla barn och alla ungdomar. Det är visserligen sant att Gud älskar oss och att han verkar för vår lycka och att vi, om vi alltid följde hans lag, aldrig skulle känna av lidande. Det är inte mindre sant, att till följd av synden drabbas alla här i världen av lidande, bekymmer och bördor. Vi kan vara till livslång nytta för barn och ungdomar om vi lär dem att möta bekymmer och bördor med friskt mod. Samtidigt som vi visar dem medkänsla, får vi aldrig uppmuntra dem till självömkan. Vad de behöver är sådant som stimulerar och stärker och inte sådant som försvagar dem. – *Vägen till Mognad*, sidan 316 (1903).

Reaktion på järnhårda Regler – Inlemma inte en gnutta hårdhet i uppfostran. Utsätt inte de unga för några stelbenta fordringar. Det är dessa järnhårda regler och bud, som stundom får dem till att känna, att de måste och skall göra just det, som är förbjudet. När Du förmanar eller tillrättavisar ungdomar, visa härigenom Ditt djupa intresse för dem. Låt dem se, att Din högsta önskan är deras goda vitsord i himmelens böcker. – *Brev 67*, 1902.

Svårt för Unga, att bära Bördor – De unga kan ha ett starkt inflytande om de vill ge upp sin stolthet och själviskhet och helga sig själva åt Gud, men de vill i allmänhet inte bära andras bördor. De måste själva bli burna. Den tid har kommit då Gud kräver en förändring i detta avseende. Han kallar på unga och gamla att vara ivriga och ångra sig. Om de fortsätter i sitt ljumma tillstånd, kommer Han att spy ut dem ur sin mun. Det Sannfärdiga Vittnet säger: ”Jag känner dina gärningar.” Unga män och unga kvinnor, era gärningar är kända, oavsett om de är goda eller om de är onda. Är ni rika på goda gärningar? Jesus kommer till er som en rådgivare: ”Jag råder dig att av mig köpa guld som är renat i eld, så att du blir rik, och vita kläder att skyla sig med, så att din skamliga nakenhet inte syns, och salva att smörja dina ögon med, så att du kan se.” – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 1, sidan 485 (1867).

Tankar förvandlas till Vanor – Vi bör alltid komma ihåg vilken förädlade kraft det ligger i rena tankar. Det enda trygga för alla är att tänka rätt. Som människan tänker, sådan är hon. Förmågan till självbehärskning stärks genom övning. Det som först verkar svårt blir lättare efter ständig upprepning, tills rätta tankar och handlingar blir en vana. Om vi vill, kan vi vända oss bort från allt som är tarvligt och lågt och höja oss till en högre nivå, och bli respekterade av människor och älskade av Gud. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 431 (1905).

Tråkiga Exempel från Historien – Napoleon Bonapartes karaktär formades i hög grad genom barndomens fostran. Okloka lärare inspirerade honom till kärlek för erövring, de ställde fram tennsoldater och låt honom gå i spetsen som deras befälhavare. Här lades grunden till hans bana med strid och blodutgjutelse. Hur annorlunda kunde inte hans liv ha blivit, om samma nit hade lagts ned på, att göra honom till en god människa, genom att ingjuta evangeliets anda i hans hjärta!

Det sägs, att skeptikern Hume i unga år samvetsgrant trodde på Guds Ord. Eftersom han ingick i ett debattsällskap, fick han i uppdrag, att framlägga sakskalet för otro. Han studerade med allvar och uthållighet, varvid hans skarpa och livliga sinne höljdes i tvivlets spetsfundigheter. Inom kort kom han att tro på dess vilseledande undervisning, varefter han ständigt bar otrons svarta stämpel. – *The Signs of the Times*, den 11. oktober 11, 1910. (*Child Guidance*, sidan 196.)

Lektyrens Inverkan [Se Kapitel 13, ”Föda för Sinnet”.] – Många ungdomar hungrar efter

böcker. De läser allt, som de kan lägga vantarna på. Jag vädjar till föräldrarna åt sådana barn, att de skall styra över barnens önskan om lektyr. Låt inte tidskrifter och nyhetstidningar innehållande kärleksromaner ligga på Era bord. Ersätt dem med böcker, som bidrar till de ungas uppförande av karaktärens tempel med det allra bästa virke – kärleken till och vördnaden för Gud, kunskapen om Kristus. Uppmuntra barnen till, att förvara värdefullt vetande i sinnet, att fylla och styra själens förmågor med det goda, varigenom dörren stängs mot usla, fördärvande tankar. Bekämpa åstundan efter läsning, som inte tillför sinnet något gott. De pengar, som läggs på tidskrifter innehållande fantasifulla berättelser, må te sig blygsamma, men det är ändå för mycket att slösa på sådant, som är vilseledande och knappast för något gott med sig. – *Counsels to Parents, Teachers, and Students*, sidan 133 (1913).

Förståndet når samma Nivå som de Ting det livnär sig på – Förståndet når samma nivå som de ting det livnär sig på. I fall alla ville göra Bibeln [se Kapitel 11, ”Bibelstudium och Sinnet”] till sitt studium, skulle vi se ett långt mera utvecklat folk, som vore i stånd till, att tänka djupare och uppvisa större intelligens, än genom de ihärdigaste ansträngningar, att blott studera världens vetenskaper och historia skulle ge dem. Bibeln ger den sanne sökaren en framåtskridande utbildning av sinnet, och av betraktelserna av det gudomliga berikas hans förmågor; jaget görs ödmjukt, samtidigt som Gud och Hans uppenbarade sanning upphöjs. – *The Review and Herald*, den 21. augusti, 1888. (*Grundsatser för Kristen Utbildning*, sidan 130.)

Värdet av en personlig Troserfarenhet – Gud bör vara våra tankars högsta mål. Meditation över Honom och bön till Honom lyfter själen och stimulerar våra sinnesrörelser. Försummelse av meditation och bön leder med säkerhet till att ens religiösa intresse minskar. Då blir vår tanklöshet och lättja märkbar.

Religion är inte enbart en sinnesstämning, känsla. Det är en princip som är invävd i alla dagliga uppgifter och alla livets angelägenheter. Inga överväganden görs, inga sysslor utförs som kommer att hindra att denna princip förverkligas. För att bevara en ren och obesmittad religion, är det nödvändigt att vara tjänare, som är uthålliga i sina ansträngningar.

Vi måste själva göra något. Ingen annan kan utföra våra uppgifter. Ingen annan än vi själva kan med fruktan och bävan arbeta på vår frälsning. Detta är det uppdrag som Herren har överlåtit åt

oss att utföra. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidorna 505-506 (1870).

De Unga behöver Arbetets Disciplin – Varje ung person bör även nu undervisas om det praktiska livets skyldigheter, såsom skedde med israeliterna fordomdags. Envar bör inhämta kunskap om något praktiskt arbete, genom vilket han, vid behov, kan tjäna sitt uppehälle. Detta är nödvändigt, inte bara som ett skydd mot livets växlingar, utan även på grund av dess inflytande på den fysiska, andliga och sedliga utvecklingen. Även om det vore säkert, att man aldrig behövde arbeta i ett praktiskt yrke, för att tjäna sitt uppehälle, borde han likväl lära sig att arbeta. Utan kroppsansträngning, kan ingen erhålla en god hälsa och kraftig fysisk utveckling; och den disciplin man lär sig genom ett väl ordnat arbete, är inte mindre väsentlig för erhållandet av ett kraftigt och verksamt förstånd samt en ädel karaktär. – *Patriarker och Profeter*, sidan 653 (1890).

Lathet är en Synd – Tanken, att flotta män och kvinnor utmärks av sin okunskap om nyttigt arbete, strider mot Guds plan från människans skapelse. Lathet är en synd, okunskap om husliga plikter är följden av dårskap, som efter döden kommer att ge anledning till bitter förtrytelse. – *The Signs of the Times*, den 29. juni, 1882. (*Grundsatser för Kristen Utbildning*, sidan 75.)

Uppläring i Hushållets Plikter skall inte försummas – Under barndomen och ungdomens år bör praktisk och akademisk skolning kombineras. Barn bör läras, att ta del i hushållets uppgifter. De bör läras, hur de kan bistå far och mor med de små saker, som de kan utföra. De bör vänjas vid, att tänka, de bör få anstränga sig, att minnas sitt tilldelade arbete; och under upplärningen, för att lägga sig till med nyttiga vanor i hemmet, blir de undervisade i utförandet av praktiska skyldigheter anpassade efter ålder. Om barn uppfostras rätt i hemmet, uppehåller de sig inte på gatan, där så många erhåller en helt annan utbildning. Föräldrar, som älskar sina barn på vettigt sätt, låter dem inte växa upp och bli lata samt okunniga om, hur ett hushåll sköts. – *Counsels to Parents, Teachers, and Students*, sidan 149 (1913).

Vad varje Kvinna borde veta – Många damer, vilka räknas som välutbildade och som har tagit examen med fina betyg från allehanda läroverk, är skamligt ovetande om livets praktiska plikter. De är utblottade på de egenskaper, som är nödvändiga, för att hålla ordentlig reda i en familj, och härigenom ett måste för deras lycka. De må

tala om kvinnans upphöjda ställning och hennes rättigheter, likväl håller de själva till på en nivå långt under kvinnans sanna sfär.

Det är varje Evas dotters rättighet, att bli riktigt utbildad om hemmets plikter, att bli skolad i alla delar av hemmets arbete. Varje ung kvinna bör utbildas så, att om hon kallas, att fylla en hustrus och mors ställning, kan hon inta platsen som drottning i sitt eget hem. Hon bör vara fullt kompetent till, att vägleda och undervisa sina barn...

Det är hennes förmån, att förstå människokroppens mekanism och renlighetens grundsatser, frågan om kosthåll och klädsel, arbete och vederkvickelse, och otaliga andra ting, som omedelbart angår det egna hushållet. Det är hennes förmån, att känna till de bästa sätten, att behandla sjukdom på, så att hon kan visa sina barn omsorg vid ohälsa, i stället för att överlämna sina dyrbara rikedomar i händerna på främmande sjuksköterskor och läkare. – *The Signs of the Times*, den 29. juni, 1882. (*Grundsatser för Kristen Utbildning*, sidan 75.)

Kvinnor, som försummar Tankars Fostran – Kvinnor, som bekänner sig frukta Gud, försummar att uppfostra sina tankar. De lämnar dem okontrollerade, till att gå vart de vill. Detta är ett stort misstag. Många verkar inte ha någon mental kraft. De har inte uppfostrat sitt sinne till att tänka, och eftersom de inte har gjort det, antar de att de inte kan göra det. Andakt och bön är nödvändiga för att växa i nåd.

Anledningen till att det inte finns mer fasthet bland kvinnor är en minimal mental uppfostran, liten eftertanke. Genom att låta tankarna befinna sig i ett passivt tillstånd, lutar de sig mot andra som får utföra hjärnans arbete, planera och tänka och minnas för dem. Därigenom blir de alltmer ineffektiva. Somliga borde tvinga sig själva att tänka. De borde tvinga sinnet att tänka. Så länge de är beroende av någon som tänker för dem, att klara av deras problem och så länge de vägrar att anstränga sitt sinne med att tänka, kommer deras oförmåga att minnas, att se framåt och skilja mellan saker, att fortsätta. Varje enskild person måste anstränga sig för att uppfostra sitt sinne. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidorna 187-188 (1868).

Kvinnors Klädsel skvallrar om Tillståndet hos deras Sinnet – Kläderna utmärker sinnet och hjärtat. Det, som hängs på utsidan, betecknar det, som finns på insidan. Att överdriva klädvalet, kräver varken ett skarpt intellekt eller kultiverad

förfining. Blotta faktumet, att kvinnor får för sig, att de skall drapera sig i en massa onödiga plagg, visar deras bristfälliga intellektuella uppodling och obefintliga allmänbildning. – *Manuskript* 76, 1900.

Behov av Renhet i Tanke och Gärning – På nytt vädjar jag enträget till Er om renhet i varje tanke, i varje ord, i varje handling. Vi ansvarar var och en inför Gud, vi har alla ett enskilt verk att göra, som ingen kan utträta åt oss. Det går ut på, att förbättra världen genom föreskrift, personlig ansträngning och ett gott föredöme. Samtidigt som vi bör gilla umgänge, skall det inte bara ske för nöjes skull, utan för en saks skull. – *The Review and Herald*, den 10. november, 1885. (*Evangelisation*, sidan 495.)

Masturbering kommer Sinnet att urarta [Se *Child Guidance*, sidorna 439-468.] – Somliga barn börjar utöva självbesmittelse i späda ålder och när de blir äldre växer deras lustfyllda lidelser med deras tillväxt och blir starkare med deras styrka. Deras tankar befinner sig inte i vila. Flickor vill ha sällskap med pojkar och pojkar med flickor. Deras uppträdande är inte reserverat och anspråkslöst. De är fräcka och framfusiga och tar sig otillbörliga friheter. Självmissbrukets vanor har förnedrat deras tankar och fördärvat deras själar. Avskryvda tankar och läsning av noveller, kärlekshistorier och dåliga böcker sporrar deras fantasi och just sådana passar deras förnedrade tankar.

De tycker inte om att arbeta och när de engagerar sig i någon uppgift, klagat de över trötthet. De har ont i ryggen. De har huvudvärk. Finns det inte någon tillräcklig orsak? Är de utmattade på grund av arbete? Nej, nej! Ändå ger föräldrarna efter för dessa barn då de klagat och befriar dem från arbete och ansvar. Detta är det värsta de kan göra mot dem. Därigenom tar de bort den enda barriär som förhindrar Satan från att få fri tillgång till deras försvagade sinne. Nyttigt arbete i någon omfattning skulle vara ett skydd mot den kontroll av dem som han beslutat dig för att utöva. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidan 481 (1870).

De Unga kommer att använda sina Krafter – I församlingen finns det behov av ungdomliga begåvningar som är väl organiserade och väl utbildade. De unga kommer att utträta något med sitt överflöd av krafter. Om dessa krafter inte leds in på de rätta spåren, kommer de unga att använda dem på ett sätt som kommer att skada deras eget andliga liv och verka till skada för dem som de

umgås med. – *Evangeliets Tjänare*, sidan 156 (1915).

De Unga behöver Aktivitet – De unga hyser en naturlig önskan om aktivitet, och om de inte finner ett legitimt spelrum för sin instängda energi, efter att ha suttit inspärrade i klassrummet, blir de rastlösa och otåliga samt svårregerliga. Därmed förleds de till de skamlösa, omanliga förlustelser, som vanäras så många grund- och högskolor, ja, rent av till förnedring i riktiga utsvävningar. Många av de unga, som lämnar sina hem i troskyldighet, fördärvas av sina kamrater på skolan. – *The Signs of the Times*, den 29. juni, 1882, (*Grundsatser för Kristen Utbildning*, sidan 72.)

Reaktion på Förslag – Avkoppling som bara är till nytta för barnen och ungdomarna själva, kommer aldrig att vara till lika stor glädje som när de hjälper varandra. Barn och ungdomar är av naturen entusiastiska och lättpåverkade och är gärna öppna för förslag. När lärarna planerar att barnen ska odla växter, så bör de försöka göra dem intresserade av att göra skolans område och klassrummet vackrare. Det gör dubbel nytta. Det som eleverna vill göra vackrare, kommer de ogärna att vilja förstöra och trampa ner. Man uppmuntrar god smak, ordning och noggrannhet. Den anda av gemenskap och samarbete man utvecklar, kommer att bli av livslångt värde för eleverna. – *Vägen till Mognad*, sidan 230 (1903).

När Gud inte betraktas som en kärleksfull Fader – De unga betar sig i allmänhet som om provningstidens dyrbara timmar, medan det fortfarande finns nåd att få, vore en enda lång semester och som om de kommit till den här världen bara för sitt eget nöjes skull, för att tillfredsställas med en enda lång räcka av spännande händelser. Satan har gjort särskilda ansträngningar för att få dem att finna glädje i världsliga nöjen och att rättfärdiga sig själva genom att försöka visa att dessa nöjen är harmlösa och oskyldiga, ja, till och med viktiga för hälsan. En del läkare har låtit påskina att andlighet och hängivenhet mot Gud är skadliga för hälsan. Det passar själafienden. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 1, sidan 501 (1867).

En sjuk Fantasi ger en falsk Bild av Gud – Det finns personer med sjuk fantasi som inte representerar Kristi religion på rätt sätt. Sådana människor har inte den rätta bibliska religionen. Somliga plågar sig själva hela livet på grund av sina synder. Allt de kan se är en förörrättad dömande Gud. De kan inte se Kristus och Hans frälsande kraft genom Hans blods förtjänster.

Sådana personer har inte någon tro. Denna grupp består vanligen av dem som saknar välbalanserade sinnen.

Genom sjukdom som de har fått från sina föräldrar och en felaktig fostran när de var unga, har de skaffat sig felaktiga vanor som skadar kroppsstrukturen och hjärnan och gör att de moraliska organen blir sjuka och gör det omöjligt för dem att handla och tänka rationellt i alla avseenden. De har inte välbalanserade hjärnor. Gudsfruktan och rättfärdighet är inte skadliga för hälsan, utan gör kroppen frisk och själen stark. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 1, sidorna 501-502 (1867).

Dämpa Dig! – Handla alltid efter principer och aldrig från impulser. Dämpa din naturliga häftighet med mildhet och ömhet. Ägna dig inte åt lättsinnigt prat eller skämtande. Låt inga opassande vitsar komma från din mun. Inte ens tankarna bör tillåtas att löpa ohejdat. De måste tyglas och underordnas Kristi lydighet. Fäst tankarna vid heliga ting. Då kommer de, genom Kristi nåd, att vara rena och sanna. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 430 (1905).

Håll Känslomheten borta från Ditt Liv – Du befinner Dig nu mitt uppe i livet som student; se till, att koncentrera Dig på andliga ämnen. Spärra ute all känslomhet från livet. Instruera Dig själv noga och ställ Dig under självtuktens makt. Under den här perioden formas karaktären; ingenting hos personligheten skall ses som obetydligt eller oväsentligt, så att Du distraheras från den högsta, heligaste satsning på effektivitet i beredelsen för det verk, som Gud har bestämt åt Dig.

Handla alltid i all enkelhet, men sikta på stjärnorna, för att de mentala förmågorna skall utvecklas harmoniskt och stärkas. Föresätt Dig bestämt, att rätta till varje fel och brist. Varje nedärvd fallenhet går att betvinga – blixtrande utbrott av ursinne går att med Kristi nåd så förändra, att de helt upphör, exempelvis. Vi skall var och en beakta, att vi befinner oss i Guds snickarbod. – *Brev 23*, 1893.

De skall inse Behovet av goda Råd – Å andra sidan borde de unga inte lämnas att både handla och tänka oberoende av sina föräldrar och lärare. Barnen borde läras att respektera erfarna människors omdöme och låta sig ledas av sina föräldrar och lärare. De borde utbildas så att deras sinnen förenas med deras lärares och föräldrars och undervisas på ett sådant sätt att de kan se att det är klokt att följa givna råd. När de sedan

lämnar sina föräldrars och lärares ledande hand, kommer deras karaktärer inte att vara som ett frö som drivs av vinden. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidan 133 (1872).

Den bästa Utbildning förväntas – Herren vill att vi skaffar oss så bra utbildning som möjligt, med siktet inställt på att dela med oss av våra kunskaper till andra. Ingen vet när eller hur de blir kallade till att utföra arbete eller tala för Gud. Det är bara vår himmelske Fader som vet vad han kan använda människan till. Framför oss har vi möjligheter som vår klena tro inte kan se. Därför är det viktigt att vårt sinne får en sådan träning att vi kan, om det blir nödvändigt, lägga fram sanningen i hans Ord inför världens högsta auktoriteter på ett sådant sätt att det är hans namn. Vi ska inte förbise en enda möjlighet att intellektuellt kvalificera oss till tjänst för Gud. – *Säningsmannen*, sidan 270 (1900).

Sinnet är ständigt påslaget – Intellectet tar aldrig paus. Det är öppet för både goda och onda inflytanden. Liksom en människas ansikte fastnar på konstnärrens vita duk, fastnar tankar och intryck i barnets sinne; och oavsett om dessa intryck är världsligt färgade, eller moraliskt betingade och religiösa, är de nära nog outplånliga.

När förståndet slår upp ögonen, är sinnet som mest mottagligt, och därför är de allra första lärdomarna av så stor betydelse. Dessa lärdomar bidrar kraftigt till karaktärens gestaltning. Om de är av den sorten, och om de följs upp med tålmodigt påbyggande under barnets vidare levnad, formas det jordiska och världsliga till något gott. Så här lyder Herrens utsaga: ”Vänj den unge vid den väg han bör vandra, så viker han ej av från den när han blir gammal” (Ordspråksboken 22:6). – *Special Testimonies on Education*, sidan 71, omkring 1897. (*Counsels to Parents, Teachers, and Students*, sidan 143.)

Läglig Tid i Ungdomen – Nu är de ungas hjärtan mottagliga som vax, och Du kan komma att leda dem till, att beundra den kristna karaktären; men om några få år kan vaxet ha blivit hårt som granit. – *The Review and Herald*, den 21. februari, 1878. (*Grundsatser för Kristen Utbildning*, sidan 51.)

Det är i ungdomen, som känslorna är som mest brinnande, minnet bäst och sinnet mest mottagligt för gudomlig påverkan; och det är i ungdomens tid, som de själsliga och kroppsliga krafterna bör väckas, för att åstadkomma stora framsteg med tanke på den nuvarande och den kommande världen. – *The Youth's Instructor*, den 25.

oktober, 1894. (*Guds Söner och Döttrar*, sidan 78.)

Besatthet och blind Kärlek

[*Se Sektion V, "Livets energigivande Kraft".*]
Uppvaktning – Behov av sunt Bondförnuft – De unga litar för mycket på plötsliga, kortvariga känslor. De borde inte hänge sig alltför lätt och bli så villigt erövrade, på grund av att den älskade ser så bra ut. Den uppvaktning som är vanlig i dag är ingenting annat än en skenhelig, listig och ond plan, som har mycket mer med själafienden att göra än med Herren. Om gott, sunt förnuft någonstans är på sin plats, så är det här, men i verkligheten har det lite att säga till om. – *The Review and Herald*, den 26. januari, 1886. (*Budskap till de Unga*, sidan 450.)

Ädlaste Dragen skall utvecklas – Uppfattningarna om uppvaktning bygger på felaktiga tankar rörande äktenskapet. Därmed styr impulser och blind lidelse. Uppvaktningen bedrivs i en anda av flirt. Parterna bryter ofta mot reglerna för återhållsamhet och reservation och gör sig skyldiga till indiskretion, såvida inte de rent av överträder Guds lag. Guds högt syftande, ädla, sköna avsikt med äktenskapets inrättning urskiljs inte; alltså utvecklas inte hjärtats renaste tillgivenhet, karaktärens ädlaste drag. – *Manuskript 4a*, 1885. (*Medical Ministry*, sidan 141.)

Ren Tillgivenhet mer himmelsk, än jordisk – Inte ett enda ord borde sägas, inte en enda handling utföras, som Du inte skulle vilja, att de heliga änglarna skulle betrakta och anteckna i böckerna där ovan. Du bör i allt inrikta Dig på Guds förhärligande. Hjärtat bör endast vara fyllt av ren, helig tillgivenhet, värdig Jesu Kristi efterföljare, upphöjande till naturen, och mer himmelsk, än jordisk. Allting annat är fördärvande, nedrigt vid uppvaktning; och äktenskapet kan inte vara helgat och hedervärt inför en ren och helig Gud, med mindre det överensstämmer med Bibelns upphöjda principer. – *Manuskript 4a*, 1885. (*Medical Ministry*, sidan 141.)

Faran med Nattsudd – Att sitta uppe sent på natten är något folk ofta gör, men det är ingenting som Gud är nöjd med, även om ni båda är kristna. Dessa sena timmar skadar hälsan och gör det svårt att ta itu med nästa dags plikter och onda impulser kan komma fram. Min broder, jag hoppas du har

tillräckligt med självrespekt för att undgå denna form av uppvakning. Om du är helt inställd på Guds ära kommer du att röra dig långsamt och försiktigt. Du kommer inte att tåla att kärlekskrank sentimentalitet förblindar din syn, så att du inte kan urskilja de höga krav som Gud har på dig som en kristen. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidorna 44-45 (1872).

Förtrollning en usel Grund för Äktenskap – I vår omoraliska tid kommer denna slags utsvävningar som regel att leda till undergång för båda parter. Satan jublar och Gud blir vanärad vid sådana tillfällen. Plikterna mot Gud offras på förtrollningens och blindhetens altare. En helig Gud kan inte välsigna ett sådant äktenskap. Många blir gifta därför att lidelserna tar överhand och när spänningens böljor har lagt sig, kommer de att börja inse, vad de har gjort. – *The Review and Herald*, den 25. september, 1888. (*Det adventistiska Hemmet*, sidan 42.)

Falsk Kärlek ostyrbar – Den kärlek, som inte har någon bättre grund än sinnlig tillfredsställelse, är alltid egensinnig, blind och okontrollerbar. Alla sinnets ädlare egenskaper, som värdighet och kärlek till sanningen, kommer under lidelsernas herravälde. Den människa som är fånge under den blinda förälskelsens band, är alltför ofta döv för att kunna höra förnuftets och samvetets röst. Varken argument eller böner kan få vederbörande att se dåraktigheten i sin egen kurs. – *The Signs of the Times*, den 1. juli, 1903. (*Det adventistiska Hemmet*, sidan 37.)

Ohelgad Kärlek vilseför – Människors ohelgade tillgivenhet vilseför alltid, ty den lockar ut på andra vägar, än dem, som Gud har pekats ut. – *Brev 34*, 1891.

Upprepning av Synd minskar Motståndskraften – Den, som en gång har vikit för frestelsen, viker mera villigt den andra gången. Varje upprepande av synden förminskar hans motståndskraft, fördunklar hans syn och kväver hans överbevisning om rätt och orätt. Varje njutningsfrö, som blivit sått, skall bära frukt. Gud utför ej något underverk, för att hindra skörden. – *Patriarker och Profeter*, sidan 279 (1890).

Lidelse förstör allting – Kristi ord bör alltid betänkas: ”Som det var på Noas tid, så skall det vara under Människosonens dagar. Folk åt och drack” (Lukasevangeliet 17:26-27). I vår tid behärskar aptiten intellektet och samvetet. Frossande, vinpimplande, spritdrickande, tobaksbruk förhärskar, men Kristi anhängare kommer att vara måttfulla gällande mat och dryck.

De kommer inte att ge efter för aptiten på bekostnad av hälsa och andlig förkovran.

”gifte sig och blev bortgifta, ända till den dag då Noa gick in i arken och floden kom och gjorde slut på dem alla” (vers 27). Vi ser samma scener utspela sig nu gällande giftermål. Unga, ja, även män och kvinnor, som borde vara kloka och ha urskiljning, agerar, som om de vore förhäxade på den här punkten. En satanisk makt tycks ta dem i besittning. De olämpligaste äktenskap ingås. Gud blir inte rådfrågad. Människors känslor, önskemål och lidelser river omkull varje hinder, till dess tärningen är kastad. Outsägligt elände blir följden av detta sakernas tillstånd, varvid Gud vanäras. Äktenskapslöftet tjänar som täckmantel för varje slags lustfylld vidrighet. Borde det inte inträffa en avgjord förändring härvidlag? – *Brev 74*, 1896. (*Special Testimony to the Managers and Workers in our Institutions* {Särskilt Vittnesbörd till Ledarna och Medarbetarna vid våra Institutioner} 1898, sidan 22.)

Blind Kärlek påverkar varje Förmåga – Alla förmågor hos dem som angrips av denna smittsamma sjukdom – blind kärlek – blir underkastade den. De verkar sakna sunt förnuft och deras uppförande väcker avsmak hos alla som ser det. Min broder, du har gjort dig själv till föremål för prat och har sänkt dig själv i deras uppfattning, vars erkännande du borde värdesätta.

Många når kulmen i denna sjukdom i ett omoget äktenskap, och när nyhetens behag är förbi och älskandets förtrollande kraft är över vaknar den ena parten, eller båda, upp och inser sin verkliga situation. De upptäcker att de inte passar ihop men är bundna till varandra för livet.

Bundna till varandra av de allvarligaste löften ser de missmodigt på det bedrövliga liv de måste leva. De borde då göra det bästa av situationen, men många vill inte det. De kommer antingen att svika sitt äktenskapslöfte eller göra det ok som de envisades med att ta på sig, så ytterst plågsamt att många feget tar livet av sig. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidorna 110-111 (1882).

Kärlek under de tidiga Tonåren – Satan styr i allmänhet de ungas tankar. Era döttrar lär sig aldrig självförnekelse och självbehärskning. De är bortskämda och deras stolthet och fåfänga får näring. De får lov att följa sina egna önsknings till de blir egensinniga och trotsiga. Alltför ofta står föräldrarna rådvilla och hjälplösa när det gäller att rädda sina barn från fördärv. Satan leder dem till att bli ett ordspråk i otrogna människors

mun, på grund av deras frejdiga uppträdande och brist på ärbärdhet och anspråkslöshet.

På samma sätt blir de unga pojkar överlämnade åt sig själva. De har knappt kommit upp i tonåren innan de börjar intressera sig för flickor i sin egen ålder, följer dem hem och förälskar sig i dem. Och föräldrarna är så fullständigt slavbundna genom sin egen släpphänthet och sin missriktade kärlek till sina barn att de inte vågar följa tydliga riktlinjer för att förändra sina barns livsstil och tillrättvisa sina alltför lättsinniga barn i denna alltför lättsinniga tid. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidan 460 (1870).

Uppvakning i Smyg – De unga har många läxor att lära, och den betydelsefullaste är den, att lära känna sig själv. De bör ha en korrekt förståelse av sina förpliktelser mot sina föräldrar, och i Kristi skola bör de fortgående lära sig, att vara ödmjuka och saktmodiga av hjärtat. Samtidigt som de skall älska och hedra sina föräldrar, skall de också respektera erfarna människors omdöme, sådana, som de är förbundna med i församlingen.

När en ung man trivs i en ung dams sällskap och vinner hennes vänskap, utan att hennes föräldrar känner till det, handlar han ej som en ädel kristen vare sig mot henne eller hennes föräldrar. Vid hemliga sammankomster kan han vinna inflytande över hennes sinne, men när han gör detta, uppenbarar han inte den själens upphöjdhed och ärlighet, som varje Guds barn bör besitta. För att uppnå sina syften, uppträder de inte ärligt och öppet enligt Bibelns regel och handlar svikligt mot dem, som älskar dem och som försöker, att vara deras trofasta beskyddare. Äktenskap, som kommer till stånd på sådant sätt, stämmer inte överens med Guds Ord. En man, som vilseleder en dotter från pliktens väg, som förvirrar hennes uppfattning beträffande Guds enkla och tydliga befallningar om, att lyda och hedra sina föräldrar, kommer heller ej att vara trogen sina äktenskapliga förpliktelser. – *The Review and Herald*, den 26. januari, 1886. (*Grundsatser för Kristen Utbildning*, sidorna 101-102.)

Lek inte med Hjärtan! – Att leka med hjärtan är ingen liten synd i Guds ögon. Och ändå är det många unga män, som ger uttryck för kärlek och väcker en kvinnas varmaste känslor, för att sedan bryta kontakten och glömma alla de ord de har uttalat och deras konsekvenser. De finner ett nytt ansikte tilldragande för ögonblicket och de upprepar samma ord och visar samma uppmärksamhet mot det nya offret. – *The Review*

and Herald, den 4. november, 1884. (*Det adventistiska Hemmet*, sidan 42.)

Talar om Ännen, som Tankarna mest rör sig om – För många unga damer är pojkar deras samtalsämne. För de unga männen är det flickor. ”Vad hjärtat är fullt av, det talar munnen.” (Matt. 12:34) De talar för det mesta om det som deras tankar mest rör sig om. Den ängel som för protokoll skriver ned orden från dessa pojkar och flickor som bekänner sig ha en kristen tro. Hur förvirrade och skamsna kommer de inte att bli, när de möter dem på nytt på Guds dag! Många barn är fromma hycklare. De ungdomar som inte har avlagt någon trosbekännelse stöter på dessa hycklare och blir förhårdade mot varje ansträngning, som kan göras av dem som är intresserade av deras frälsning. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidan 460 (1870).

Därför föredrar Unga varandras Sällskap – De unga känner mer frihet när de äldre inte är närvarande eftersom de då är tillsammans med dem som liknar dem själva. Var och en tycker att han är lika bra som de andra. Alla missar målet, men bedömer sig själva i förhållande till varandra. Man jämför sig med varandra och nonchalerar den enda fullkomliga och sanna måttstocken. Jesus är den sanna Mönsterbilden. Hans självupppoffrande liv är vår förebild. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 1, sidorna 154-155 (1857).

En Dam råds till, att akta sig för Känslorvall – Du delar med Dig alldeles för frikostigt av Din tillgivenhet och skulle, om ingen bromsar Dig, begå ett misstag för livet. Sälj Dig inte billigt. Umgås ej lättsinnigt med vilken som helst manlig studerande. Tänk på, att Du bereder Dig på arbete för Mästaren. För att spela Din roll, och garantera återkastning på kapitalet åt Den, som har satsat på Dig, och sedan få höra Hans dyrbara beröm ”Bra, du gode och trogne tjänare” (Matteusevangeliet 25:23), måste Du tänka Dig för och inte umgås med vem som helst.

För att rätt tjäna Gud, måste Du vinna fördelarna med den grundligaste utbildning. Dina mentala förmågor behöver utvecklas kraftfullt och bli liksidiga, Du behöver bli en behagfull, mångsidig, kultiverad kristen, för att vara en verklig Guds arbetare. Du behöver tukta och förfina smaken och fantasin samt rena alla Dina strävanden genom ständig självbehärskning. Du behöver låta Dig styras av ädla, upphöjda bevekelsegrunder. Öka prestationsförmågan, gör det bästa av varje tillfälle, att skola och lära upp karaktären, så att Du passar i vilken som helst ställning, som Herren må anvisa Dig. Du är verkligen i behov av

välbalanserade, klokt överlagda råd. Förkasta inte sådana. – *Brev 23*, 1893.

Fostra Dig själv – Du har lätt för, att notera uppmärksamheten från dem, som är underlägsna Dig i allt. Du måste bli gjord klokare genom Kristi nåd. Du måste ta notis om varje steg Du tar i ljuset [från faktumet], att Du inte äger Dig själv; Du är köpt för ett pris. Måtte Herren bli Din Rådgivare. Gör ingenting, som hindrar eller kullkastar Din verkningsgrad. Var uppriktig mot Dig själv; fostra Dig själv genom ihärdig ansträngning. Jesu Kristi nåd kommer att bistå Dig vid varje steg, bara Du är läraktig och omtänksam.

Jag skriver detta till Dig nu, och kommer att skriva på nytt inom kort, ty på grund av Dina begåvna misstag – som har visats för mig – vågar jag inte hålla tillbaka mina enträgnaste vädjanden om, att Du måste fostra Dig själv strängt...

Låt Dig inte ledas in på några farliga stigar och visa inte Ditt gillande för unga mäns sällskap, för Du kommer inte bara att skada Ditt eget rykte och framtidsutsikter, utan Du kommer att väcka hopp och förväntningar hos dem, som Du visar Din gunst, och då kommer dessa att bli som förhåxade med kärlekskrank känslomhet och ödelägga sitt studentliv. Du och de befinner Er på skolan med avsikt, att säkra en utbildning, som till intellekt och karaktär gör Er mäktiga till användbarhet i detta liv och i det framtida, eviga livet. Begå inte misstaget, att finna Dig i uppvaktning från unga män, eller att uppmuntra dem till det. Herren har bestämt, att Han har en uppgift åt Dig att fylla. Besluta Dig för, att motsvara Guds tanke och vilja, och inte följa Din egen böjelse och låta Dig trälbindas inför framtiden. – *Brev 23*, 1893

Felaktiga Bindningar kan försvaga de Mentala Krafterna (råd till en artonårig flicka) – Du har ingen rätt till, att fästa Din tillgivenhet vid en ung man utan Dina föräldrars fulla godkännande. Du är bara ett barn, och om Du visar en ung man Din favör utan Din fars vetande och tillåtelse, vanäras Du honom. Din bindning till denne yngling berövar Dig Din sinnesfrid och kostar Dig nattsömn. Denna bindning orsakar löjligen fantasier och känslösvall. Den försvårar Dina studier och orsakar Dig allvarlig mental och fysisk brist. När detta påpekas, blir Du irriterad och sur. – *Brev 9*, 1904.

Skolregler – Reglerna på denna högskola [i College City i Norra California] reglerar ingående unga mäns och unga kvinnors umgänge under studietiden. Det är endast när dessa regler

tillfälligt upphävs, som herrar får lov till, att ledsaga damer till och från offentliga samlingar.

Vår egen högskola i Battle Creek har liknande regler, dock inte lika stränga. Sådana regler är omistliga, för att bevara de unga från faror som för tidig uppvaktning och okloka äktenskap. Ung personer sänds till en skola av sina föräldrar, för att få en utbildning, icke för att flirta med det motsatta könet. Samhällets bästa, liksom de studerandes högsta intressen, kräver, att de inte söker att välja livspartner, medan den egna karaktären ännu inte är utvecklad, omdömet är omoget, samtidigt som de är utan föräldrarnas omsorg och vägledning. – *The Signs of the Times*, den 2. mars, 1882. (*Grundsatser för Kristen Utbildning*, sidan 62.)

Faktorer som Ålder, Hälsa och det, som Tankarna kretsar kring – Vid allt vårt bemötande av studenter, måste ålder och karaktär vägas in. Det går inte, att behandla personer av alla åldrar likadant. Under vissa omständigheter må män och kvinnor med sund erfarenhet och gott rykte tillåtas en del förmåner, som inte ges åt de yngre studenterna. Ålder, hälsa och intressen måste beaktas. Vi behöver vara kloka och omtänksamma i all vår verksamhet. Likväl får vi inte bli mindre beslutsamma och vaksamma, när vi strängt bemöter studenter av alla åldrar, för att unga och omogna studenter inte skall umgås alltför förtroligt. – *Counsels to Parents, Teachers, and Students*, sidan 101 (1913).

Farorna med Förtrollning – Somliga av dem som går på skolan använder inte sin tid ordentligt. Fulla av ungdomlig livslust avvisar de alla begränsningar som läggs på dem. I synnerhet gör de uppror mot de regler som inte tillåter unga män att visa sin uppmärksamhet mot unga damer. De negativa konsekvenserna av en sådan livsstil är välkända i denna degenererade tidsålder.

Om man på en skola där så många ungdomar är samlade, tog efter världens vanor i detta avseende, skulle tankarna ledas i en riktning som hindrar dem i deras strävan efter kunskap och deras intresse för religiösa ting. Förtrollningen, från såväl unga mäns som unga kvinnors sida, att på det sättet visa varandra sina känslor under skoldagen, tyder på bristande omdöme. Liksom i ditt fall, styr blind impulser förnuft och omdöme. Under denna förtrollande illusion läggs det viktiga ansvar som varje uppriktig kristen känner, åt sidan. Andligheten dör och domen och evigheten mister sin fruktansvärda betydelse. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidan 110 (1882).

När mänsklig Kärlek ges Företräde – Hos många släcker kärleken till det mänskliga kärleken till det gudomliga. De tar det första steget på avfallets väg, genom att våga att visa olydighet emot Herrens uttryckliga befallning, och följden blir ofta fullständigt avfall. Det har alltid visat sig vara farligt, att människor genomdriver sin egen vilja i strid med Guds befallningar. Men det är en svår läxa för människor att lära, att Gud menar, vad Han säger. Det går nästan alltid så, att de, som väljer sina vänner och kamrater ibland människor, som förkastar Kristus och trampar på Guds lag, till sist får samma sinne och samma anda. – *The Signs of the Times*, den 19. Maj, 1881. (*Guds Söner och Döttrar*, sidan 165.)

Oförenliga Äktenskap – Om du, min bror, lockas att förena ditt livs intresse med en ung, oerfaren flicka, som egentligen har en bristfällig utbildning, när det gäller livets vanliga, praktiska, dagliga plikter, begår du ett misstag. Ändå är denna brist obetydlig i jämförelse med hennes okunnighet om den plikt hon har mot Gud. Hon har inte saknat ljus. Hon har haft andliga förmåner och ändå har hon inte känt sitt förtvivlade syndiga tillstånd utan Kristus. Om du i din blinda förälskelse gång på gång kan utebli från de bönemöten där Gud möter sitt folk, hur kan du då förvänta att Gud ska göra en sådan förening lycklig? – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidan 44 (1872).

Kristnas Äktenskap med Icke-troende – I den kristna världen råder en överraskande och alarmerande likgiltighet för Guds ords undervisning vad beträffar äktenskap mellan troende och icke-troende. Många som bekänner sig älska och frukta Gud, väljer att följa sin egen böjelse i stället för att följa de råd som den oändliga Visdomen ger dem. I en sak som är av livsviktig betydelse för båda parternas lycka och välfärd, både i denna och i den tillkommande världen, åsidosätts förnuft, omdöme och gudsfruktan, och blind impuls och envishet tillåts att ta kontroll.

Personer som annars är känsliga och samvetsgranna, tillsluter sina öron för råd, de är döva för de vädjanden och enträgna böner som vänner, släktingar och Guds tjänare riktar till dem. En varning betraktas som en obehörig inblandning, och en vän som är trofast nog att göra en invändning, behandlas som en fiende. Så vill Satan ha det. Han tar själen till fånga och den blir som förtrollad och förblindad. Förnuftets tömmar, som tyglat lustan, faller, och lidelsen kommer att föra spiran, ända tills och då för sent, offret vaknar till ett liv av elände och trældom.

Detta är inte inbillning, det är återgivande av fakta. Gud sanktionerar inte ett förbund som Han uttryckligen har förbjudit. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidorna 365-366 (1885).

Detta är en Icke-troende – Även om den du valt till livskamrat i alla andra avseenden vore värd att respekteras (vilket han inte är), så har han inte tagit emot sanningen för vår tid. Han är en icketroende, och himmelen själv förbjuder dig att förena dig med honom. Du kan inte, utan att skada din själ, ringakta denna gudomliga befallning. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidan 364 (1885).

Oheliga Känslonyckers förbjudna Område (råd till en pastor) – Du har framställts för mig såsom svävande i stor fara. Satan är Dig hack i häl, och under stundom har han viskat behagliga fabler i Ditt öra och har visat Dig charmiga bilder av en, som han säger är en bättre livsledsagarinna åt Dig, än Din ungdoms hustru, som har burit Dina barn.

Satan verkar i löndom, utan att tröttnas, för att störta Dig över ända genom sina sluga frestelser. Han är fast besluten, att bli Din lärare, och nu behöver Du försätta Dig i ett läge, där Du finner kraften, att stå emot honom med. Han hoppas, att leda Dig in i spiritualismens irrgångar. Han hoppas, att vänja Dig av vid Din tillgivenhet för Din hustru och rikta in den på en annan kvinna. Han önskar, att Du skall låta sinnet uppehålla sig vid denna kvinna, tills hon genom ohelgad tillgivenhet blir Din gudinna.

Själafienden har nått långt, när han kan förmå en av Jehovas utvalda väktare till, att drömma om möjligheterna till äktenskap, i den kommande världen, med en kvinna, som han älskar, och att bilda familj med henne där. Några sådana ljuvliga hägringar behöver vi inte. All dylik inbillning har sitt ursprung i frestarens tankar...

Det har visats mig, att andliga fabler tar många tillfånga. Deras sinnen är sensuella, och såvida inte de ändrar sig, kommer det här att visa sig bli deras undergång. Åt alla, som hänger sig åt de här oheliga fantasierna, vill jag bara säga: Stopp; för Kristi skull, hejda Er genast. Ni rör Er på förbjuden mark. Ångra Er, bönfaller jag Er, och bli omvända. – *Brev 231*, 1903.

Fri Kärlek – Jag har sett följderna av dessa fantasifulla uppfattningar om Gud i form av avfällighet, spiritualism och fri kärlek. Den benägenhet till fri kärlek som dessa teorier inbegriper var så insvepta att det i början var svårt

att avslöja deras verkliga karaktär. Innan Herren lade fram detta för mig visste jag inte vad jag skulle kalla den. Men det blev sagt till mig att jag skulle kalla den ohelig, andlig kärlek. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 8, sidan 292 (1904).

Kärlek är inte Känslösvall – Den kärlek och medkänsla, som Jesus vill, att vi skall visa andra, har inget med sentimentalitet att göra. Känslösamhet är nämligen en snara för själen. Nej, det här är en kärlek av himmelskt ursprung, som Jesus belyser både genom föreskrifter och exempel. Men hur ofta blir vi inte främmande för varandra, i stället för att uppenbara denna kärlek. . . . Följden är, att vi blir främlingar för Gud, vi får en förkrumpt erfarenhet och kristenlivets växt skadas. – *The Youth's Instructor*, den 20. oktober, 1892. (*Guds Söner och Döttrar*, sidan 147.)

Förfalskning fastställd – Vi förmanas av aposteln: ”Älska varandra uppriktigt. Avsky det onda, håll fast vid det goda. Var innerligt tillgivna varandra i broderlig kärlek. Överträffa varandra i ömsesidig hedersbevisning.” Paulus vill att vi ska skilja mellan den rena och osjälviska kärlek som förmedlas genom Kristi Ande och de innehållslösa och bedrägliga undanflykter som världen översvämmas av.

Denna värdelösa förfalskning har vilselett många människor. Den vill utplåna skillnaden mellan rätt och fel, genom att hålla med överträdaren i stället för att troget visa honom hans fel. Ett sådant agerande kommer aldrig ur sann vänskap. Den anda som leder till detta finns bara i det köttsliga hjärtat. Medan den kristne alltid kommer att vara vänlig, medkännande och förlåtande kan han aldrig känna samhörighet med synden. Han kommer att avsky det onda och hålla fast vid det som är gott, även om han måste offra umgänge eller vänskap med de gudlösa. Kristi Ande kommer att få oss att hata synden, medan vi är villiga att göra vilket offer som helst för att rädda syndaren. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidan 171 (1882).

Att välja Livsledsagare – Med en sådan vägledning bör en ung kvinna som livskamrat endast acceptera den som har rena, manliga karaktärsdrag, som är arbetsam, uppåtsträvande och ärlig, och som älskar och fruktar Gud. En ung man bör söka efter en kvinna som kommer att kunna stå vid hans sida och som är passande att bära sin del av livets bördor, en kvinna vars inflytande kommer att förädla och förfina honom, och som kommer att göra honom lycklig genom

sin kärlek. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 307 (1905).

Faror, som möter Ungdomen

Vanor avgör ens Öde – Under barndomen och ungdomen är karaktären mest påverkbar. Det är då förmågan till självbehärskning bör uppövas. I familjekretsen och vid måltiderna utövas ett inflytande som ger resultat, lika bestående som evigheten. I högre grad än några naturliga anlag kommer de vanor som grundläggs under de tidiga åren, att bli avgörande för om en människa skall segra eller lida nederlag i livets kamp. Ungdomstiden är såningstiden. Den bestämmer skördens art i detta liv och i det tillkommande. – *Vändpunkten*, sidan 87 (1898).

Måttfullhet kontra självisk Njutning – Världen är begiven på självisk njutning. Villfarelse och villoläror florerar. Satans snaror för att fånga människor och fördärva dem blir allt fler. Alla som vill helga sig i gudsfruktan måste lära sig återhållsamhetens och självbehärskningens konst. Lystnad och passioner måste underordnas de högre andliga krafterna. Denna självdisciplin är nödvändig för den mentala styrka och andliga insikt som skall göra det möjligt för oss att förstå och tillämpa de heliga sanningarna i Guds ord. Av denna orsak är måttfullhet på sin plats i arbetet för att förbereda sig för Jesu andra ankomst. – *Vändpunkten*, sidan 101 (1898).

”Var manliga och starka!” – Unga män borde ha vidsträckta idéer och visa planer, så att de kan utnyttja sina tillfällen på bästa sätt och fånga upp den inspiration och ta till sig det mod som drev apostlarna. Johannes säger: ”Jag har skrivit till er, unga män: ni är starka och Guds ord förblir i er och ni har besekrat den onde.” 1 Joh 2:14 En hög standard har framställts för de unga och Gud inbjuder dem att verkligen tjäna Honom. Uppriktiga unga män, som finner glädje i att lära sig i Kristi skola, kan göra ett stort arbete för Mästaren, om de bara vill lägga märke till Kaptanens befallning. Den ljuder genom alla släktled ända till vår tid: ”Var manliga och starka!” 1 Kor 16:13. – *The Review and Herald*, den 16. juni, 1891. (*Budskap till de Unga*, sidan 24.)

Risken med, att försumma Utbildning och inkom Beredelse – Unga män med lust att gå ut på fältet som predikanter, bokevangelister eller

kolportörer, bör först få en passande andlig utbildning lika väl som en särskild förberedelse till sitt kall. De som inte har någon utbildning, utan är olärda och okultiverade, är inte lämpliga att bege sig ut på ett fält där de mäktigaste inflytanden som begåvningar och utbildning bekämpar Guds Ords sanningar. De kan inte heller framgångsrikt möta de märkliga former av kombinerade religiösa och filosofiska villfarelser, som det krävs såväl vetenskapligt kunnande som kunskap om biblisk sanning för att avslöja. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidan 390 (1885).

Stor Begåvning ingen Garanti för Framgång – Det stämmer inte, att välbegåvade unga personer alltid gör de största framstegen. Det har ofta varit fallet, att män med begåvning och utbildning har satts i förtroendeställningar och sedan har visat sig vara ett nummer för små för uppgiften. Allt har sett så rosig ut, som om de varit Pojken med Guldbyxorna, men i prövningens stund har de visat sig vara undermåliga. Deras arbete har misslyckats på grund av deras otro.

De har inte varit flitiga och uthålliga, de har inte kämpat ända in i kaklet. De har varit ovilliga, att börja på stegens nedersta pinne och arbeta sig tålmodigt uppåt steg för steg, tills de nått toppen. De har vandrat i gnistorna från sin egen tända eld (sina hastigt uppblossande tankars flammor). De har inte litat på den visdom, som endast Gud kan ge. Det har slagit fel för dem, inte för att de saknat tillfälle, men eftersom den rätta balansen och sunda nykterheten inte varit ett faktum. De har ej förstått, att sätta värde på den fördel de erhållit genom sin utbildning och därför har de heller inte gjort de framsteg, som de kunnat göra inom religiöst och vetenskapligt kunnande. Deras sinnen och karaktärer har inte varit välbalanserade tack vare höga principer om rättfärdighet. – *The Review and Herald*, den 8. december, 1891. (*Grundsatser för Kristen Utbildning*, sidan 193.)

Okunnighet är ingen Dygd – Ni har trott att det allra viktigaste var att få en vetenskaplig utbildning. Det ligger ingen dygd i okunnighet och kunskap kommer inte nödvändigtvis att hämma den kristna tillväxten. Om ni söker den på rätta grunder, har det rätta syftet och känner ert ansvar inför Gud att använda era förmågor för att göra gott mot andra och ära honom, då kommer kunskaper att hjälpa er att nå detta mål. De kommer att hjälpa er att bruka de krafter Gud har gett er och att använda dem i hans tjänst. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidan 223 (1872).

Somliga ställer sig på Otrons Sida – Guds ord kommer att döma varenda en av oss på den stora dagen. Unga människor talar om vetenskap och gör sig kloka över mer än det som står skrivet, de försöker att förklara Guds vägar och Hans verk så att det passar deras begränsade fattningsförmåga, men alltsammans är ett förtvivlat misslyckande.

Sann vetenskap och gudomlig inspiration är i fullkomlig harmoni. Falsk vetenskap är något som är oberoende av Gud. Det är förmåten okunnighet. Denna förvillande makt har fångat och underkuvat mångas sinnen, och de har valt mörkret framför ljuset. De har intagit sin plats på otrons sida, som om det vore en dygd och ett tecken på en stor människa att tvivla, när det i stället tyder på ett sinne som är alltför svagt och trångt för att upptäcka Gud i Hans skapade verk. De kunde inte fatta Hans försyns mysterium, även om de ett helt liv skulle studera det med all sin kraft. Därför att Guds gärningar inte kan förklaras av begränsade sinnen, leder Satan in sin förvillelse för att påverka dem och trasslar in dem i otrons nät. Om dessa tvivlande människor ville komma i nära gemenskap med Gud skulle Han klargöra Sina avsikter så att de skulle förstå dem. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidorna 584-585 (1881).

Tvivlets ödeläggande Kraft – Det finns ingen ursäkt för tvivel och skepticism. Gud har gett oss tillräcklig upplysning för att stadfästa tron hos alla människor, om de vill låta bevisens tyngd vara det avgörande. Men om de väntar med att tro tills varje tänkbar invändning är avlägsnad, kommer de aldrig att bli rotade och grundade i sanningen. Gud kommer aldrig att flytta bort alla tänkbara svårigheter från vår väg. De som vill tvivla, kan finna orsak därtill. De som vill tro, kommer att finna ett överflöd av bevis som de kan grunda sin tro på.

En del människors ståndpunkt är oförklarlig, även för dem själva. De driver utan ankare, och kastas omkring i ovisshetens dimma. Satan rycker snart till sig rodret och styr den bräckliga farkosten varthelst han önskar. De blir underlagda hans vilja. Hade dessa människor inte lyssnat till Satan, skulle de inte ha blivit bedragna av hans förvillelser. Om de hade ställt sig på Guds sida, skulle de inte ha blivit förvirrade och förbryllade. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidorna 583-584 (1881).

Misslyckandet med, att praktiskt använda vunnen Kunskap – Men, unga män, om ni får hur mycket kunskap som helst, men den inte kommer till praktisk användning, då har ni missat

målet. Om ni, när ni skaffar er en utbildning, blir så uppslukade av era studier att ni försummar bön och religiösa förmåner, blir likgiltiga och ointresserade av era själars välfärd, om ni slutar lära i Kristi skola, då säljer ni er förstfödslov för en skål linssoppa. Ni bör inte förlora målet ur sikte för ett ögonblick, orsaken till att ni utbildar er. Syftet bör vara att utveckla och inrikta era förmågor så att ni kan vara till mesta möjliga välsignelse för andra.

Om er utbildning ökar egenkärleken och er benägenhet att urskulda er själva från att ta ansvar, då är det bättre för er att inte ha någon utbildning. Om ni älskar och avgudar böcker och låter dem komma emellan er och era plikter, så att ni inte vill lämna era studier och läsandet för att utföra viktigt arbete som någon måste göra, då borde ni lägga band på er studielust och utveckla en önskan att göra det som ni inte har något intresse av nu. Den som är trogen i det lilla kommer också att vara trogen i det som är större. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidorna 223-224 (1872).

Det Onda med fysisk Inaktivitet och överdriven mental Verksamhet – Kroppen är avsedd för att vara aktiv, och om vi inte håller vår fysik vid hälsa med motion, kan vi inte längre använda den fulla kapaciteten hos de intellektuella krafterna. Det går nästan inte att undvika att det blir brist på fysisk aktivitet i klassrummet, och tillsammans med andra ohälsosamma förhållanden blir det en besvärlig plats för barnen, särskilt för dem som är känsliga. . . . Dåligt utformade stolar gör att barnen lätt sitter fel och det minskar aktiviteten i lungorna och hjärtat. Här måste små barn tillbringa tre till fem timmar om dagen och andas in luft som är fylld av föroreningar och kanske också infekterad av bakterier. Inte att undra på att grunden till livslånga sjukdomar ofta läggs i skolan. Hjärnan som är det ömtåligaste av alla kroppens organ, lider störst skada. Nervkraften i hela systemet kommer ju därifrån. När hjärnan tvingas till för tidig eller för stor aktivitet, och dessutom under ohälsosamma förhållanden, blir den försvagad och det ger ofta bestående men. – *Vägen till Mognad*, sidorna 207-208 (1903).

Att sky Bördor och Slit (två unga mäns erfarenhet) – Dessa unga män har plikter i hemmet som de inte lägger märke till. De har inte fått lära sig att ta itu med sina sysslor och ta ansvar i hemmet, som det är deras plikt att göra. De har en trofast och praktisk mor som har burit många bördor som hennes barn inte borde ha låtit henne slita med. I detta avseende har de inte

hedrat sin mor. De har inte delat sin fars bördor, som det var deras plikt att göra, och de har inte hedrat honom som de borde. De gör det de har lust till istället för att utföra sina plikter.

De har följt en självisk bana i sina liv genom att undvika bördor och slit och på det sättet har de undgått att skaffa sig värdefull erfarenhet, en träning som de inte har råd att vara utan om de vill lyckas i livet. De har inte förstått vikten av att vara trofasta i de små tingen och de har inte heller känt sina förpliktelser gentemot föräldrarna att vara sanna, grundliga och trofasta i livets små, enkla plikter, som ligger precis framför deras fötter. De bortser från den vardagskunskap, som är så oerhört viktig i det praktiska livet. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidorna 221-222 (1872).

Rekreation kontra Förströelse – Det är skillnad mellan avkoppling och nöje. Avkoppling innebär att samla styrka och bygga upp krafterna. Avkopplingen gör att vi kommer bort från våra vanliga sysslor och arbeten, den bygger upp kroppen och tankarna och gör att vi kan återgå till våra arbetsuppgifter med ny kraft. Nöje däremot söker vi för att få förströelse och då är det lätt att gå till överdrift. Den energi vi behöver för nyttigt arbete går då åt till nöjen och det hindrar oss därmed från att få verklig framgång i livet. – *Vägen till Mognad*, sidan 207 (1903).

Oförnuftig Uppsluppenhet – Vi får inte använda fritiden till oförnuftig uppsluppenhet som gränsar till det meningslösa. I stället kan vi använda den så att vi förmår hjälpa och upplyfta dem vi är tillsammans med och därmed göra både dem och oss dugliga till att utföra våra plikter som kristna. – *The Health Reformer*, juli, 1871. (*Det adventistiska Hemmet*, sidan 382).

Den lätt sinniga, nutida Dansen – Nöjeslystna personer har anfört Davids dansande av vördnad och glädje inför Gud till försvar för nutidens allmänna danser; men man har inget skäl för att göra en sådan jämförelse. Vår tids dans är förbunden med dårskaper och nattliga lustbarheter. Hälsan och sederna uppoffras för nöjet. De som flitigt besöker danssalarna, har inte Gud i tankarna, ej heller känner de sig benägna att vörda Honom; böner eller lovsånger skulle vara opassande i deras församlingar.

Detta prov borde vara avgörande. De kristna bör icke söka sådana förströelser, som bidrar till att försvaga kärleken till det heliga och minskar vår glädje i Guds tjänst. Musiken och dansandet under ett fröjdefullt lov till Gud vid arkens flyttning

hade ej den minsta likhet med nutidens lättsinniga dansande. Den förra avsåg, att fästa Gud i minnet och att upphöja Hans heliga namn; den senare är en av Satans uppfinningar, med vilken han söker förleda människorna till, att glömma Gud och att vanära Honom. – *Patriarker och Profeter*, sidan 707 (1890).

Att söka Tillfredsställelse i Förströelser och Nöjen – Fienden försöker på många vis, att distrahera oss från studiet av Ordet. Han förmår många till, att söka tillfredsställelse i förströelser och nöjen, som ter sig önskvärda för det köttliga hjärtat. Men Guds sanna barn suktar inte efter lycka i denna värld; de söker efter den bestående glädjen i ett hem i den eviga staden, där Kristus vistas, och där de frälsta skall erhålla lönen för lydnad mot Guds krav. Vederbörande önskar inte detta livs övergående, tarvliga nöjen, utan himmelens ousinliga fröjder. – *Manuskript 51*, 1912. (*Our High Calling*, sidan 284.)

Dåraktiga Tankar och tomma Ord – Varför inte koncentrera Er på Kristi outrannsakliga rikedomar, så att Ni kan teckna sanningens ädelstenar för andra? ... Detta låter sig ej göra, medan vi ger efter för en lathetens rastlösa anda, varvid vi fortlöpande söker efter sådant, som blott förnöjer sinnena, något dråpligt, som lockar till fåniga skratt... Vi bör inte sträcka oss efter ting som dessa, när vi erbjuds utforskbara skatter. Det kommer att ta oss hela evigheten, att förstå rikedomerna hos Guds och Jesu Kristi härlighet.

Men sinnen, som är fångade av lättsam läsning, av spännande berättelser, eller som törstar efter nöje, stannar aldrig upp inför Kristus och gläds inte åt Hans gränslösa kärlek. En person, som finner nöje i dåraktiga tankar och tomma ord, är lika fattig på Kristi fröjd, som Gilboas kullar var på dagg och regn. – *The Review and Herald*, den 15. mars, 1892.

I Nöjets Virvlar – Vår tids städer håller snabbt på att bli lika Sodom och Gomorra. Det finns många helgdagar. En virvel av spänning och nöjen drar tusentals människor bort från livets nyktra plikter. Upphetsande sport och förströelse, teater, hästkapplöpningar, hasardspel, dryckenskap och rumlande eggjar varje lidelse till aktivitet.

Ungdomen dras med i den populära vågen. De som lär sig älska förströelsen för förströelsens skull öppnar dörrarna för en flod av frestelser. De överlämnar sig själva åt sällskapliga förlustelser och tanklöst gyckel. De leds från den ena formen av förströelse till den andra till dess att de förlorar både lusten och möjligheten till ett nyttigt liv.

Deras religiösa behov svalnar, deras andliga liv förmörkas. Alla själens ädlare gåvor, allt som knyter människan till den andliga världen, urartar. Inflytanden från monopolbildningar, fackföreningar och strejker gör att levnadsförhållandena i städerna ständigt blir allt svårare och svårare. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 9, sidorna 89-90 (1909).

Nöjestillställningar – Många låter de unga bevista nöjestillställningar i tron, att förströelse borgar för hälsa och lycka; men vilka faror lurar inte i vassen! Ju mera önskan om nöje bejakas, desto ihärdigare uppodlas den och desto mera krävande blir den. Livet kretsar nästan uteslutande kring jagets tillfredsställande genom förströelse. Gud manar oss till vaksamhet. ”Därför skall den som menar sig stå, se till att han inte faller” (Första Korintierbrevet 10:12). – *Counsels to Parents, Teachers, and Students*, sidan 347 (1913).

Ytlighet en Fiende – De unga har fått en enda förebild, men hur stämmer deras liv överens med Kristi liv? Jag blir förskräckt när jag överallt ser ytligheten hos unga män och kvinnor som bekänner sig tro sanningen. Gud verkar inte finnas i deras tankar. Deras hjärnor är fyllda med nonsens. Deras samtal består bara av tomt och ytligt prat. De är förtjusta i musik och Satan vet hur han ska påverka dem för att stimulera, fångsla och förtrolla sinnet så att de inte längtar efter Kristus. Själens andliga längtan efter gudomlig kunskap och tillväxt i nåden saknas. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 1, sidorna 496-497 (1867).

Njutning berövar Hjärnan dess Kraft – Samma Vittne, som gjorde en uppteckning över Beltesassars hädelse, är med oss, varthelst vi än går. Unge man, unga kvinna, kanhända Ni inte inser, att Gud betraktar Er; Ni må känna Er fria till, att följa det inte omvända hjärtas impulser, för att hänge Er åt lättsinne och trams, men för allt detta måste Ni avlägga räakenskap. Som Ni sår, kommer Ni att skörda, och om Ni tar bort husgrunden, om Ni berövar hjärnan på näring och nerverna på kraft, genom att förlösa dessa och i stället gynna aptiten och lidelserna, kommer Ni att måsta stå till svars för Honom, som säger: ”Jag känner dina gärningar.” {Uppenbarelseboken 3:15.} – *The Review and Herald*, den 29. mars, 1892.

Ohejdad Njutning försvagar Intellectet – Liksom islängandet av fysisk föda skadar kroppens hälsa, försvagar det giriga nedsväljandet av allt, som påminner om nöjen, intellectet.

Därmed spottas den erbjudna andliga maten ut. Sinnet utbildas till, att söka nöjen, såsom den onyktre fordrar sin sprit. Frestelsen tycks vara omöjlig att motstå. Sunda tankar avvisas, eftersom förpackningen inte är spännande. Läsandet och studerandet av det eviga livets ord lockar ej. – *Brev 117, 1901.*

Farliga Förströelser – Men varje förströelse som minskar förmågan till enskild bön, från andakt hemma eller från att ta del i bönemöten är inte säker utan farlig. – *Vittnesbörd för Församlingen, Band 3, sidan 223 (1872).*

Eftergifter för Aptiten äventyrar Kroppens och Själens Hälsa – Tänker Du på, unge man, att när Du bestämmer Ditt handlingssätt och utsätter sinnet för andras inflytande, formar Du karaktären för evigheten? Det går inte, att dölja något för Gud. Visst kan man utöva onda vanor i hemlighet, men dessa är uppenbara för Gud och änglarna. De betraktar dessa och Du kommer att möta dem igen. Gud är inte nöjd med Dig; Du förväntas vara betydligt andligt förståndigare, än Du nu är.

Du saknar de gärningar, som skulle svara mot alla de förmåner och tillfällen, som Gud har gett Dig. Du är förpliktigad mot andra, och en dåligt förstådd plikt är en illa utförd plikt. Detta leder till misstag och felgrepp, som inte bara skadar Dig själv, utan som bidrar till andras fastnande i felaktig praxis. Du slavar under aptiten, vilket riskerar både kroppens och själens hälsa. Du har till läggningen varit omåttlig, Du har följt världens vanor och bruk, och hälsan har skadats på grund av Din eftergivenhet för aptiten. Hjärnan har blivit omtöcknad, och tankarna kommer aldrig att bli klara och rena, förrän Dina vanor och Din praxis stämmer överens med Guds lagar i naturen. – *Brev 36, 1887.*

Undvik Frestelser – Undgå att rusa in i frestelse. När frestelser omger er och ni inte kan styra de omständigheter som utsätter er för dem, då kan ni göra anspråk på Guds löften och med tillit och medvetna om kraften i dem utbrista: ”Allt förmår jag genom honom som ger mig kraft.” Fil 4:13 Det finns styrka för er alla i Gud. Ni kommer bara aldrig att känna ert behov av den styrkan, om ni inte känner er svaghet och syndighet.

Jesus, er dyrbar Frälsare, kaller er nu till en bestämd hållning för den eviga sanningen. Om ni får lida för honom, kommer Han att kröna er med ära i sitt eviga rike. Om ni är villiga att offra allt för Honom, då kommer Han att vara er Frälsare. Men om ni följer er egen väg, då kommer ni att

fortsätta i mörkret tills det är för sent att säkra sig den eviga belöningen. – *Vittnesbörd för Församlingen, Band 3, sidorna 45-46 (1872).*

Vårda rättfärdiga Föresatser – Älska det rätta, därför att det är rätt, och skärskåda Dina känslor och intryck i ljuset från Guds Ord. Felriktade föresatser kommer att ge Dig huvudvärk, så snart som Du ger efter för dem. Jag försöker, att få grepp om de ord och uttryck, som yttrades gällande Ditt ärende, och nu, när pennan tvekar ett ögonblick, återvänder de rätta orden till minnet. Jag vill nämligen, att Du skall förstå mig.

Omhulda föresatser, som bringar ära till Gud, eftersom de helgas av den Helige Ande. Låt den heliga oljan, som kommer ur de två oljerören, brinna med heligt ljussken på själens altare. De två oljerörens verk är en bild på den rikaste tilldelning av den Helige Ande. – *Brev 123, 1904.*

Samvetet

Upphöj Samvetet till dess rättmätiga Ställning som Myndighet – Gud har gett människorna mer, än ett liv som djur. Han så ”älskade världen att han utgav sin enfödde Son, för att den som tror på honom inte skall gå förlorad utan ha evigt liv.” {Johannesevangeliet 3:16.} Han förväntar Sig, att de, för vilka Han har gjort en så stor uppoffring, skall visa sin uppskattning för Hans kärlek, genom att följa det exempel, som Kristus har föregått med, genom att leva liv i samklang med Hans vilja. Han förväntar Sig, att de skall reagera på den kärlek Han har uttryckt för dem, genom att förneka jaget till åtnäring eller gynnsamhet för andra. Han förväntar Sig, att de skall använda sinnets och kroppens krafter i Hans tjänst. Han har gett dem sunda känslor, och Han förväntar Sig, att de skall använda denna dyrbara gåva till Hans förhärligande. Han har gett dem ett samvete, och Han förbjuder, att denna gåva skall missbrukas på minsta sätt; det är snarare meningen, att den skall upphöjas till sin ställning som auktoritet, som Han har berett åt den. – *The Southern Watchman, den 1. mars, 1904.*

Behärska Samvetet och vårda en vänlig Natur – Vi borde alla vårda en vänlig natur och underordna oss samvetets ledning. Sanningens ande formar bättre män och kvinnor av dem, som tar emot sanningens ande i sina hjärtan. Den arbetar som en surdeg tills hela varelsen kommit i överensstämmelse med dess principer. Den öppnar det hjärta som har blivit fruset av girighet.

Den öppnar den ande som alltid har varit stängd för lidande människor. Kärlek och godhet uppfattas som dess frukter. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidan 59 (1876).

Ett rent Samvete är ett vidunderligt Förvärv – Ett samvete ofläckat av brott mot Gud och människorna är ett underbart förvärv. – *Manuskript* 126, 1897. (*Our High Calling*, sidan 143.)

Att stöta bort Samvetet, är förfärligt farligt – Dag för dag avgör män och kvinnor sitt eviga öde. Det har visats mig, att många svävar i allvarlig fara. När en person gör eller säger vad som helst, för att uppnå sina mål, kan bara Guds makt rädda honom. Hans karaktär måste bli förvandlad, innan han får ett gott samvete, som inte trotsar Gud och människorna. Jaget måste dö, och Kristus måste inta själens tempel. När människor förkastar det av Gud förmedlade ljuset och därmed misshandlar och trampar ned samvetet, svävar de i fruktansvärd fara. De riskerar sin eviga välgång. – *Brev* 162, 1903.

Satan försöker, att tysta ned Samvetet – Satan använder sitt inflytande, för att tysta ned Guds och samvetets röster, och världen uppträder som under hans kontroll. Människor har valt honom till ledare. De står under hans fana. De vägrar, att komma till Kristus, för att få liv. Behärskade, som de är av planer på nöje och förströelse, eftersträvar de sådant, som kommer att rinna likt sand mellan deras fingrar. – *Manuskript* 161, 1897.

Ett Felsteg förändrar Livet – Borttagandet av en spärr i samvetet, vägran, att följa Herrens order, ett steg längs de felaktiga principernas gata, leder ofta till helomvändning i liv och handling... Vi är trygga endast när vi följer Kristus i spåren. Hans stig belyses av gryningens ljus, som växer i klarhet, tills dagen når sin höjd. {Se Ordspråksboken 4:18.} – *Brev* 71, 1898.

Ett överträtt Samvete blir försvagat – När samvetet en gång överträtts är det mycket försvagat. Det behöver kraft genom ständig vaksamhet och bön. *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidorna 90-91 (1868).

Ett överträtt Samvete blir opålitligt – Den, som efter att ha hört sanningen, vänder den ryggen, eftersom den skulle sinka hans karriär, vänder sig bort ifrån Gud och ljuset. Han säljer själen för lägsta anbud. Hädanefter kommer hans samvete alltid att vara opålitligt. Han har ingått överenskommelse med Satan, och våldfört sig på

samvetet. Om detta hade hållits rent och rakryggt, skulle det ha varit av högre värde för honom, än hela vida världen. Den, som skjuter ljuset ifrån sig, får smaka på olydnadens frukt, såsom Adam och Eva gjorde i Eden. – *Manuskript* 27, 1900.

Förlusten av medveten Redbarhet förlamar all Energi – När man förlorar sin medvetna redbarhet, förvandlas själen till ett slagfält åt Satan; tvivel och färd kan då förlama all energi och göra en svårt modstulen. Många känner till, att väl Guds favör är borta, försöker man gärna, att ersätta den Helige Andes vittnesbörd om, att de är Guds barn, med världslig spänning i världsliga personers lag eller sällskap. – *Brev* 14, 1885.

Ett misshandlat Samvetet blir tyranniskt – Ett ärrat samvete blir rena tyrannen över andra samveten. – *Brev* 88, 1896.

Satan kontrollerar ett Samvete, som är bortdomnat på Grund av Alkohol – Drinkaren byter bort förståndet mot en bågare med gift. Satan tar kontrollen över hans förnuft, känslor, samvete. En sådan person bryter ned Guds tempel. Tedrickande bidrar till samma utfall. Men hur många är det inte, som ställer fram de här ödeläggande dryckerna på bordet, varigenom de slår de gudomliga dragen i spillror! – *Manuskript* 130, 1899. (*Temperance*, sidorna 79-80.)

Dieten påverkar Samvetet – Fet och stimulerande mat gör blodet febrigt, gör nerverna oroliga och förslöar ofta de moraliska förnimmelserna, så att förnuftet och samvetet övermannas av ens sinnliga impulser. – *Christian Temperance and Bible Hygiene*, sidan 134, 1890. (*Counsels on Diet and Foods*, sidan 243.)

Hälsan och Samvetet – Hälsan är en omistlig välsignelse, och har tätare samband med samvete och tro, än många anar. Ens förmåga bestäms till stor del av hälsan. Varje predikant bör inse, att för att vara en trogen väktare över hjorden, måste han bevara samtliga krafter för bästa möjliga tjänande. – *Gospel Workers*, sidan 175 (1893). (*Counsels on Health*, 566.)

Samvetet ett utmärkt Medel vid Hälsans Återställelse – I fall Du bär på tunga bördor och är slutkörd, behöver Du inte skrupna ihop likt ett löv på en torkad gren. Ett glatt humör och ett gott samvete överträffar apoteksmediciner och utgör förträffliga hjälpmedel, att återställa hälsan med. – *The Health Reformer*, juni, 1871. (*My Life Today*, sidan 177.)

Det går att ha samvetsgrant Fel – Många är av den uppfattningen, att det går att göra vad som helst, vilket man samvetsgrant tror vara rätt. Men frågan är: Äger man ett väl upplyst, gott samvete, eller är det fördomsfullt och förvänt av ens förutfattade meningar? Samvetet skall inte ersätta "Så säger Herren". Inte alla samveten ljuder i samklang med varandra och alla samveten är heller inte inspirerade. En del samveten är döda, ägarna är som brännmärkta i sina samveten. {Se Första Timoteusbrevet 4:2.} Människor kan ta samvetsgrant miste, lika väl som att de kan ha samvetsgrant rätt. Paulus trodde inte på Jesus från Nasaret, och han jagade de kristna från stad till stad i sin uppriktiga tro, att han därmed tjänade Gud. – *Brev 4*, 1889.

Mänskliga Uppfattningar för i Diket – "Ögat är kroppens ljus. Om ditt öga är friskt, får hela din kropp ljus. Men är ditt öga sjukt, ligger hela din kropp i mörker. Om nu ljuset i dig är mörker, hur djupt är då inte mörkret!" (Matteusevangeliet 6:22-23).

De här orden har en tvåfaldig betydelse, en bokstavlig och en sinnebildlig innebörd. De är ack så sanna, vad gäller kroppens syn, med vilken vi ser föremålen omkring oss. Och de är även sanna, när det gäller den andliga synförmågan, själva samvetet, med vilket vi bedömer, vad som är gott och ont. Om själens syn, samvetet, är helt friskt, undervisas själen riktigt.

Men när samvetet vägleds genom människors förnimmelser, vilka inte dämpas och mjukas upp av Kristi nåd, ligger sinnet på sjukstugan. Saker och ting uppfattas inte, såsom de är. Fantasin flödar, varvid sinnets ögon skådar allt i ett falskt, förvrängt sken.

Du behöver klar, ogrumlad syn. Du har misshandlat Ditt samvete, vilket har förhärdats, men om Du bara vill följa rätt kurs, kommer känsligheten att återställas. – *Brev 45*, 1904.

Då går det att lita på Samvetet – Men någon säger: "Mitt samvete fördömer mig inte, när jag bryter mot Guds bud." I Guds Ord läser vi dock, att det förekommer goda och dåliga samveten, och förhållandet, att samvetet inte fördömer Dig för brott mot Guds lag, är inget bevis för, att Du inte är fördömd enligt Hans åsikt.

Ta med Dig samvetet till Guds Ord och se, om livet och karaktären stämmer överens med måttstocken för rättfärdighet, som Gud har uppenbarat där. Det låter Dig bedöma, huruvida Din tro är förståndsmässig och vilket slags

samvete Du har. En persons samvete är opålitligt så länge, som det inte står under inflytandet från den gudomliga nåden. Satan drar fördel av ett icke upplyst samvete, varigenom han klistrar fast människorna i alla slags förvillelser, eftersom de inte har gjort Guds Ord till sin rådgivare. Många har hittat på sitt eget evangelium, liksom de har ersatt Guds lag med sin egen. – *The Review and Herald*, den 3. september, 1901.

Guds Ord är Rättesnöret – Det räcker inte med, att man tror sig vara trygg, genom att följa samvetets röst... Denna fråga söker sitt svar: Står samvetet i samklang med Guds Ord? Om inte, går det ej att tryggt följa, ty det är bedrägligt. Samvetet måste lysas upp av Gud. Tid måste ägnas åt studium av Skrifterna och åt bön. På så vis görs samvetet stadigt, stärkt och fast rotat. – *Brev 21*, 1901. (*Our High Calling*, sidan 143.)

Förändrar Samvetet Ditt Liv? – Du må äga ett samvete och detta samvete må vara övertygande, men frågan är: Förändrar övertygelsen Dig? När övertygelsen in i hjärtat och Ditt inte liv? Renas själens tempel från sin nedsmutsning? Detta är, vad vi behöver, ty våra dagar motsvarar Israels barns dagar; och i fall några synder låder vid Dig, hejda Dig inte, förrän de har rättats till och avlägsnats. – *Manuskript 13*, 1894.

Sanningens Inflytande på Samvetet och Hjärtat – Psalmisten säger: "När dina ord öppnas, ger de ljus och skänker förstånd åt enkla människor" (Psaltaren 119:130). När sanningen bara verkar i samvetet, väcker den stort obehag; men när sanningen släpps in i hjärtat, fångas hela varelsen av Jesus Kristus. Till och med tankarna fångas in, ty det åstadkommer Kristus, när viljan underställs Guds vilja. "Var så till sinnes som Kristus Jesus var" (Filipperbrevet 2:5). Den, som Herren frigör, är i sanning gjord fri, och det går inte, att göra honom till syndens träl igen. – *Manuskript 67*, 1894.

När Sanningen endast erkänns av Samvetet, rörs Tankarna upp – I samvetet var varje ärlig jude övertygad om, att Jesus Kristus var Guds Son, men deras stolta och äregiriga hjärtan ville inte ge med sig. De motsatte sig sanningens ljus, vilket de hade föresatt sig att stå emot och förneka. När bara samvetet erkänner sanningen, när hjärtat inte stimuleras och görs mottagligt därav, rör endast sanningen om i tankarna. Men när sanningen tas emot som sådan av hjärtat, har den tagit sig igenom samvetet och fångat in själen med sina rena grundsatser. Därmed sänks sanningen ned i hjärtat av den Helige Ande, som sprider dess skönhet överallt i sinnet, så att

sanningens förvandlande kraft återspeglas i karaktären. – *Manuskript* 130, 1897.

Gud tvingar aldrig Samvetet – Gud tvingar aldrig någons vilja eller samvete. Men Satan försöker ständigt genom grymhet att tvinga till sig makten över dem som han inte kan förföra på något annat sätt. Frukten och brutalitet är de medel som han använder för att få makt över samvetet och tillförsäkra sig äran. – *Den Stora Striden*, sidan 508 (1888).

Då är Samvetet en säker Vägvisare – Den, vars samvete är en trygg vägvisare, släpper inte loss bortförklaringarna, när ljus strålar på honom från Guds Ord. Han låter sig inte styras av människors förklaringar. Han låter inte världsliga angelägenheter ställa sig mellan honom och lydningen. Han lägger undan varje självisk önskan och närmar sig Guds Ord likt en, vars eviga väl ligger i vågskålen. – *Manuskript* 27, 1900.

Känslor och Önsknings måste underordnas Förnuftet och Samvetet – Om vi inte ska synda, måste vi undvika själva dess början. Varje känsla och önskan måste underordnas förnuftet och samvetet. Varje ohelig tanke måste ögonblickligen avvisas. Till den egna kammaren, Kristi efterföljare. Be i tro och av hela hjärtat. Satan vaktar för att snärja era fötter. Ni måste få hjälp ovanifrån, om ni ska undgå hans bedrägeri. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidan 177 (1882).

Men det ankommer på Dig, att behärska varje känsla och lidelse, så att de tyglas av förståndet och samvetet. Då släpper Satan greppet om sinnet. – *The Review and Herald*, den 14. juni, 1892. (*Our High Calling*, sidan 87.)

Ärren består – Vad tjänade den oärlige karlen med sina världsliga knep? Hur högt pris betalade han för sin framgång? Han har offrat sin ädla mandom, och har gett sig i väg längs den gata, som leder i fördärvet. Kanhända han blir omvänd; kanhända han inser det onda han utsatt medmänniskorna för med sin orättvisa, och gottgör dem, så långt det är möjligt; men ärren i hans illa tilltygade samvete kommer alltid att finnas kvar. – *The Signs of the Times*, den 7. februari, 1884. (*SDA Bibelkommentar*, Band 3, sidan 1158.)

Kristi Nåd återställer ett skuldtyngt Samvete – När synden kämpar för att vinna herraväldet i ditt hjärta, när skuldkänslor trycker ner din själ och tynger ditt samvete, när otro förmörkar sinnet, kom då ihåg att Kristi nåd är

mäktig nog att övervinna synden och skingra mörkret. När vi går in i gemenskap med Frälsaren, går vi in på fridens område. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 214 (1905).

Du kan bli det Du väljer – Jag varnar dig på nytt för att du kommer att möta dessa rader på den dag, då varje människas öde skall avgöras. Överlämna dig utan dröjsmål till Kristus. Han ensam kan genom Sin nåds makt rädda dig från att fördärvas. Han ensam kan förändra dina moraliska och intellektuella krafter till ett sunt tillstånd. Guds kärlek måste värma ditt hjärta. Din uppfattningsförmåga måste klarna och mogna, ditt samvete bli upplyst, vaket och rent, din vilja ärlig och helig och underkastad Guds Andes herravälde. Du kan bli det du väljer. Om du vill vända helt om nu, så sluta med det onda och lär dig det goda. Då kommer du verkligen att bli lycklig. Du kommer att segra i livets kamp och resa dig till härlighet och ära i ett liv, som är bättre än detta. ”Så välj i dag vem ni vill tjäna”. (Jos. 24:15) – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidorna 564-565 (1870).

Träng Dig inte in i andras Samvetens Kamrar – Samvetet på religionens område är en helgad skatt, som inga andra, oavsett ställning, har rätt att påverka. Nebukadnessar gav hebréerna ett nytt tillfälle, och då de förkastade det, blev han ursinnig och befallde, att den brinnande ugnen skulle hettas upp sju gånger mer, än brukligt var. Han sade till fångarna, att han tänkte kasta dem i flammorna. Svaret kom från ynglingarna, som var fyllda av tro och förtröstan: Vår Gud, som vi tjänar, förmår att rädda oss. Om Han inte gör det, lägger vi oss likväl i en trofast Guds händer. – *Brev* 90, 1897.

Ingen Måttstock för andra – Gud vill inte göra ditt samvete till kriterium för andra. Du har ett uppdrag att utföra, nämligen att göra dig själv vänlig och vårda osjälviskhet i dina känslor, tills det är ditt största nöje att göra dem lyckliga som omger dig. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidan 62 (1876).

Föräldrarna skall hjälpa Barnen, att bevara Samvetet okränk – Jag har blivit ombedd, att säga följande till föräldrarna: Gör allt i Er makt, för att hjälpa Era barn med, att bevara samvetet rent och obesudlat. Vänj dem vid, att äta Guds Ord. Lär dem, att de är Herrens små barn. Glöm ej bort, att Han har utsett Er till deras väktare. Om Ni ger dem lämplig föda och klär dem hälsosamt, och om Ni flitigt lär dem Herrens Ord, rad för rad, föreskrift efter föreskrift, litet grand här och litet grand där, under intensiv bön till Er himmelske

Fader, kommer Era ansträngningar att rikt belönas. – *Manuskript* 4, 1905.

Samvetet skall renas – Varje utrymme i själens tempel har mer eller mindre smutsats ned, och behöver skuras rent. Spindelväven i samvetets skrubb skall tas bort. Själens fönster skall stängas mot världen och öppnas på vid gavel mot himmelen, för att strålarna från Rättfärdighetens Sol fritt skall skina in. Minnet skall friskas upp med Bibelns principer. Sinnet skall hållas klart och ofläckat, så att det ser skillnad på gott och ont. När Du upprepar bönen, som Kristus lärde Sina lärjungar, och sedan gör Ditt bästa, för att förverkliga den i vardagen, kommer den Helige Ande att förnya sinnet och hjärtat och skänka Dig styrka, för att omsätta dess upphöjda och heliga betydelse i praktiken. – *Manuskript* 24, 1901.

Ett rent Samvete har fullkomlig Frid i Släptåg – inte frid och ett samvete, befriat från vrede mot Gud, kommer att påskynda och stärka intellektet som dagdroppar på späda plantor. Viljan är då rätt styrd och kontrollerad och är mer avgjord och ändå befriad från trots. Meditationerna är angenäma eftersom de är helgade. Den klarhet som du kommer att ha i ditt sinne, välsignar alla du umgås med. Frid och ro kommer med tiden att bli naturliga och kommer att återspegla sina dyrbara strålar på alla omkring dig, för att på nytt återspeglas på dig. Ju mer du kan glädja dig åt denna himmelska frid och sinnets ro, desto mer kommer den att öka. Det är en livgivande, levande glädje som inte invagar alla moraliska krafter i en dvala, utan väcker dem till större aktivitet. Fullkomlig frid är en himmelsk egenskap som änglar har. Måtte Gud hjälpa dig att få del av denna frid. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidan 327 (1869).

Sektion 8 - Vägledande Grundregler inom Utbildning - Förnimmelsens Inflytande

En Lag för Intellekt och Ande – Det är en naturlag både för den intellektuella och den andliga naturen att det som vi betraktar, förändrar oss. Sinnet förändras gradvis efter de saker som det sysslar med. Det blir likt det som vi älskar och aktar. – *Den Stora Striden*, sidan 505 (1888).

Genom att betrakta det Onda, fördärvades Människorna före Syndafloden – Genom att se på det onda, förvandlades människorna till dess avbild. Då stod Gud inte längre ut med deras

ondska, utan sopade bort dem med vattenfloden. – *Special Testimonies On Education*, sidorna 43-44, den 11. Maj, 1896. (*Grundsatser för Kristen Utbildning*, sidorna 421-422.)

Förändring till det Bättre – När vi ser på Jesus får vi en ljusare och klarare bild av Gud, och så blir vi förvandlade. Då kommer vår karaktär att på ett naturligt sätt innehålla godhet och kärlek till våra medmänniskor. Vi kommer att utveckla en karaktär som motsvarar den gudomliga. När vi mer och mer utvecklas till att likna Gud ökar också vår förmåga att känna honom. Vi går mer och mer in i gemenskap med den himmelska världen, och vår förmåga att ta emot den eviga kunskapens och visdomens gåvor ökar hela tiden. – *Såningsmannen*, sidan 391 (1900).

Förändring till det Sämre – Det är genom att se som vi blir förändrade. Och när de heliga buden, där Gud har uppenbarat sitt väsens fullkomlighet och sin helighet för människorna, försummas och människors tankar leds över till mänskliga läror och teorier, är det inte underligt att resultatet har blivit ett försvagande av den levande gudstron inom den kristna församlingen. Herren säger: ”De har övergivit mig, källan med det levande vattnet, och gjort sig usla brunnar som inte håller vatten.” (Jer 2:13) – *Den Stora Striden*, sidan 478 (1911).

Livet förändras genom Beskådan – Guds ord är en våra fötters lykta och ett ljus på vår väg. ”Jag gömmer ditt tal i mitt hjärta för att jag inte skall synda mot dig.” (Psalm 119:11) Det hjärta som i förväg har ockuperats av Guds ord har ett skydd mot Satan. De som gör Kristus till sin daglige ledsagare och förtrolige vän, kommer att märka en osynlig världs krafter omkring sig. Genom att se på Jesus, kommer de att bli en avbild av Honom. Genom att betrakta Honom kommer de att förvandlas efter det gudomliga mönstret. Deras karaktär mjuknar, förfinas och förädlas för himmelriket. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidan 616 (1881).

Utvalda Förnimmelser – Gud vill inte att vi ska höra allt som finns att höra eller se allt som finns att se. Det är en stor välsignelse att stänga till öronen, så att vi inte hör och ögonen, så att vi inte ser. Vi borde vara mest angelägna om att ha klarsyn så att vi kan urskilja våra egna tillkortakommanden och en känslig hörsel som uppfattar all tillrättavisning och undervisning som vi behöver, så att vi inte missar den genom vår ouppmärksamhet och likgiltighet och blir glömska hörare i stället för verkets görare. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 1, sidorna 707-708 (1868).

Håll Förnimmelsens Krafter i Form – I fall Du kallas till, att delta vid ett rådsmöte, fråga Dig då själv, huruvida Dina förnimmelselförmågor är i sådant slag, att Du rätt kan bedöma framlagda fakta. Om de inte är det, om hjärnan är omtöcknad, har Du inte rätt till, att delta på mötet. Är Du grinig och besvärlig? Är humöret ljuvligt och väldoftande, eller är det så i dallring och labilt, att Du förleddes till förhastade beslut? Känns det, som om Du skulle vilja ge Dig i strid med någon? Besök i så fall inte mötet; för då kommer Du förvisso att vanära Gud.

Ta en yxa och hugg ved eller motionera, till dess att andan är lugn och går att resonera med. Så sant som magen orsakar kravaller i hjärnan, kommer Dina ord att orsaka villervalla vid mötet. Mer krångel orsakas av en orolig mage, än många anar. – *Manuskript* 62, 1900. (Medical Ministry, sidan 295.)

Förnimmelsen påverkas av kroppsliga Vanor, som styrs av Samvetet – De, som önskar ha ett klart förstånd för att lägga märke till Satans bedrägerier, måste låta förstånd och samvete behärska de fysiska begärens. De moraliska och kraftfulla handlingar, som sinnets högre krafter står bakom, är nödvändiga för att fullända en kristen karaktär. Sinnets styrka eller svaghet har nämligen väldigt mycket att göra med vår användbarhet i denna världen och med vår slutliga frälsning. – *The Review and Herald*, den 8. september, 1874. (*Budskap till de Unga*, sidan 226.)

Motion stärker Urskiljningsförmågan – Hjärna och muskler skall brukas proportionellt, om hälsa och krafter skall bevaras. De unga kan då studera Bibeln med god uppfattningsförmåga och goda nerver. De har sunda tankar och kan komma ihåg de dyrbara lärdomar, som de får genom Ordet. De kan tillägna sig dess sanningar och som resultat därav har de tankekraft att urskilja sanningen. När tillfället sedan så fordrar kan de övertygat, men med ödmjukhet och fruktan, ge alla som frågar dem, skäl för sitt hopp. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 6, sidan 180 (1900).

Tilltagande Fullkomning stärker Urskiljningsförmågan – Ju mer en människa närmar sig moralisk fullkomlighet, dess tydligare förstår hon synden, och dess djupare blir hennes medlidande med dem som lider. – *Den Stora Striden*, sidan 490 (1911).

Sorgen störde Marias Uppfattningsförmåga – Sedan gick hon sin väg också ifrån änglarna och

menade att hon måste finna någon som kunde tala om för henne vad som hade hänt med Jesu kropp. En annan röst talade då till henne: ”Kvinna, varför gråter du? Vem söker du?” Med tårdränkta ögon såg hon gestalten av en man. Hon trodde att det var trädgårdsmästaren och sade: ”Herre, om det är du som har burit bort honom, så säg mig var du har lagt honom, så att jag kan hämta honom.” – *Vändpunkten*, sidan 790 (1898).

Kände igen Jesus på Rösten – Men nu sade Jesus till henne med sin egen välbekanta röst: ”Maria.” Nu visste hon att det inte var någon främling som talade till henne och då hon vände sig om såg hon framför sig den levande Kristus. I sin glädje glömde hon att han hade blivit korsfäst. Hon sprang emot honom som för att omfamna hans fötter och sade: ”Rabbuni!” – *Vändpunkten*, sidan 790 (1898).

Aptiten förlamar Förnimmelsekrafterna – Världens Förlossare visste, att eftergifter för aptiten förde med sig fysiska åkommor och förlamade uppfattningsförmågan, så att heliga och eviga angelägenheter ej gick att få syn på. Han visste, att själveftergivenhet tog ifrån människan hennes moraliska omdöme och att hennes stora behov var omvändelse – till hjärta och sinne samt själ, bort från ett liv med själviskhet till ett med självförnekelse och självupppoffring. – *Brev* 158, 1909.

Synden förmörkar Uppfattningsförmågan – Det är synden som förmörkar våra sinnen och fördunklar vår uppfattningsförmåga. När våra hjärtan renas från synden kommer ljuset från ”kunskapen om Guds härlighet, som strålar fram i Kristi ansikte” att ”sprida sitt sken” över hans ord, och reflekterat från naturens ansikte kommer det att mer och mer fullkomligt förklara att han är ”barmhärtig och nådig, sen till vrede och stor i nåd och sanning”. 2 Kor 4:6; 2 Mos 34:6.

I hans ljus skall vi se ljus, ända tills sinnet och hjärtat och själen förvandlats till hans helighets avbild. – *Hälsa för Hela Människan*, sidorna 464-465 (1905).

Uppfattningsförmågan omtöcknad – Stolthet, egenkärlek, hat, avund och misstänksamhet har omtöcknat uppfattningsförmågan. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidan 605 (1871).

Så bemötte Kristus Själsförmögenheter avtrubbade av Synd – Kristus ödmjukade Sig Själv och iklädde Sig mänsklig natur, för att Han skulle kunna nå det fallna släktet och resa det. Men människornas sinnen hade förmörkats genom

synden, deras själsförmögenheter avtrubbades och deras uppfattningsförmåga begränsades så de kunde inte urskilja Hans gudomliga karaktär i dess mänskliga dräkt. Denna brist på uppskattning från dem var ett hinder för det arbete som Han önskade utföra för dem. Och för att ge kraft åt Sin undervisning var Han ofta tvungen att klart markera och försvara Sin ställning.

Genom att hänvisa till Sin oförklarliga och gudomliga karaktär, försökte Han leda deras sinnen in i en tankebanan som skulle gagna Sanningens förvandlande kraft. . . . För att illustrera den gudomliga sanningen använde Han bilder som de kände till från naturen. Hjärtats mark bereddes därigenom för den goda säden. Han lät Sina åhörare känna att Han delade deras intressen, att Hans hjärta slog i takt med deras i sorg och glädje. Samtidigt såg de i Honom en uppenbarelse av makt och myndighet som vida överträffade deras högst ansedda rabbiners.

Kristi undervisning utmärktes av en enkelhet, värdighet och kraft som hittills varit dem okända, och deras spontana utrop var: ”Aldrig har någon människa så talat, som den mannen talar.” (Joh. 7:46.) Folket lyssnade till Honom med glädje. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidorna 746-747 (1889).

Otyglade Lidelser skadar Uppfattningsförmågan – De lägre lidelserna måste noga hållas i schack. Förnimmelsekrafterna misshandlas å det grövsta, när lidelserna ges fritt spelrum. När en person ger efter för sina lidelser, sänds för mycket blod till de invärtes organen, i stället för att cirkulera till alla kroppsdelar, och därigenom underlätta för hjärtat och göra tankarna klara. På detta följer sjukdom. Personen blir inte fullt frisk, förrän detta onda har upptäckts och rättats till. – *Special Testimonies, Serie B*, Nummer 15, sidan 18, den 3. april, 1900. (*Counsels on Health*, sidan 587.)

Det går att vänja Sinnet vid Synd – En lång förberedelse, okänd för världen, äger rum i hjärtat, innan den kristne begår en öppen synd. Själens stiger ej med ens ned från renhet och helighet till fördärv och brott. Det fordras tid, för att göra dem, som blivit skapade till Guds avbild, djuriska eller sataniska. Man blir förtrolig med synden, genom att ständigt se den begås. Genom att hysa onära tankar, kan människan så grundligt fördärva sitt sinne, att synden, som hon en gång avskydde, blir behaglig för henne. – *Patriarker och Profeter*, sidan 494 (1890).

Krafterna blir Leksaker åt Fienden – Gud tillåter inte människan att kränka Hans lagar, men när hon faller för Satans frestelser att ge efter för omåttlighet, läggs de högre förmågorna under de djuriska böjelserna och lidelserna. När dessa får övertaget, lämnar sig människan åt Satans kontroll, människan, som skapades bara lite ringare än änglarna och har möjlighet att utveckla sina förmågor till det ädlaste och mest upphöjda. Satan får lätt tillträde till dem som är slavar under begären. Genom omåttlighet offerar en del människor sina fysiska, psykiska och moraliska krafter. Några offerar hälften och andra två tredjedelar av dessa krafter och blir fiendens leksaker. – *The Review and Herald*, den 8. september, 1874. (*Budskap till de Unga*, sidan 226.)

Goda Råd till en, som felaktigt trott sig vara sårad – Syster D har blivit bedragen i en del avseenden. Hon har trott att Gud har undervisat henne på ett särskilt vis, och ni har båda trott det och handlat därefter. Den fattningsförmåga som hon har trott sig ha haft i en *speciell* mening, är fiendens bedrägeri. Hon är av naturen snabb att se, snabb att förstå, snabb att förutse och har en extremt känslig natur. Satan har utnyttjat dessa karaktärsdrag och har lett er båda vilse.

Broder D, du har varit en slav under ganska lång tid. Mycket av det som syster D har trott var gott omdöme har varit avund. Hon har varit benägen att betrakta allt med avundsjuka ögon, att vara misstänksam, att förvänta sig det som är ont och att misstro nästan allt. Detta skapar missnöje, förtvivlan och tvivel, där det borde finnas förtröstan och tillit. Dessa olyckliga karaktärsdrag leder hennes tankar i mörka banor, där hon ägnar sig åt onda föraningar, samtidigt som ett överkänsligt temperament får henne att inbilla sig att hon blir försummad, ringaktad och sårad, när det inte är så. ...

Dessa olyckliga karaktärsdrag, i kombination med en stark och bestämd vilja, måste korrigeras och reformeras. Annars kommer de till sist att få er båda att lida skeppsbrott i er tro. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 1, sidorna 708-709 (1868).

Koncentrera Er inte på Satans Makt – Det är genom att se som vi förvandlas. Genom att tänka på Guds kärlek och vår Frälsare, genom att begrunda den gudomliga karaktärens fullkomning och när vi genom tro gör anspråk på Kristi rättfärdighet förvandlas vi till Hans avbild. Låt oss därför inte sammanföra alla obehagliga bilder – ondska, fördärv och besvikelser, tecken på Satans

makt – och hänga upp dem i vårt minnesgalleri för att tala om och klaga över tills missmod får övertaget. En missmodig människa hamnar i mörker och sviker inte endast sig själv, då hon inte tar emot ljuset från Gud utan hindrar också andra från att få det. Satan tycker om att se vad hans framgångar kan åstadkomma, hur de gör människor tvivlande och modfällda. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidorna 744-745 (1889).

Omgivningens Påverkan – Ju mer patienten kan vistas utomhus, desto mindre vård kommer han att behöva. Ju trevligare hans omgivning är, desto mer hjälpsam blir han. Om han hålls instängd inomhus, kommer han att bli retlig och nedstämd, oavsett hur smakfullt det är möblerat där inne. Omge honom med det vackra i naturen, och låt honom få sitta där han kan se blommorna växa och höra fåglarna sjunga, så kommer hans hjärta att brista ut i sång i harmoni med fågelsången. Både kropp och själ får lindring. Tankarna och fantasin får liv, och sinnet förbereds för att uppskatta skönheten i Guds ord. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 265 (1905).

Omgivningarna inverkar på Erfarenheten – Jag blev visad en ung flicka ... som hade lämnat Gud och var insvept i mörker. Ängeln sade: ”Det gick bra för henne en tid, men vad hindrade henne?” Jag blev visad bakåt i tiden och såg att omgivningarna var annorlunda. Hon var tillsammans med unga människor som hon själv, som var fyllda av uppsluppenhet och munterhet, stolthet och världslig kärlek. Om hon hade uppmärksammat Kristi ord, hade hon inte behövt överlämna sig till fienden. ”Vaka och bed att ni inte kommer i frestelse.” (Mark. 14:38) Frestelser kan vara överallt omkring oss, men det innebär inte att vi måste falla för frestelsen. Sanningen är värd allt. Dess inflytande strävar inte mot att förnedra, utan mot att lyfta upp, luttra, rena och föra människan till odödlighet och Guds tron. Ängeln sade: ”Vill ni ha Kristus eller världen?”

Satan framställer världen i dess mest tilldragande, smickrande charm för de stackars människorna och de stirrar på den och dess glitter och grannlåt fördunklar himlens härlighet och det liv som är lika varaktigt som Guds tron. Ett liv i frid, lycka, utsäglig glädje, som inte känner till sorg, smärta eller död, offras för en kort livstid i synd. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidorna 100-101 (1868).

Betraktelse gestaltar Personligheten – Vad hennes ögon har sett och hennes öron har hört har

fördärvat hennes hjärta. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidan 108 (1876).

Förnimmelser fördunklas, när materiella fördelar väljs – Lot valde Sodom som sin bostadsort, eftersom han såg mer på de kortsiktiga fördelar det kunde ge honom, än på det moraliska inflytande, som skulle komma att omge honom och hans familj. Vad vann han? Vad fick han ut av de materiella tingen i denna världen? Hans ägodelar blev förstörda. Dessutom omkom flera av hans barn, då den onda staden blev förstörd. Hans fru blev till en saltstod på vägen och han själv räddades ”som genom eld” 1 Kor 3:15. Men de onda följderna av hans själviska val slutade inte med detta. Det moraliska fördärvet i Sodom hade vävts in i hans barns karaktärer på ett sådant sätt, att de inte kunde skilja mellan gott och ont, mellan synd och rättfärdighet. – *The Signs of the Times*, den 29. Maj, 1884. (*Budskap till de Unga*, sidan 419.)

De eviga Sanningarna ställs i Skymundan – De, som på felaktigt sätt använt medel som getts till Gud, kommer att avkrävas räkenskap för sin förvaltning. Somliga har själviskt behållit medlen på grund av sin kärlek till egen vinning. Andra har inte något känsligt samvete. Det har tystnat för att de så länge har slagit vakt om sin själviskhet...

Deras tankar har så länge gått i en låg, självupptagen kanal, att de inte kan förstå det som hör evigheten till. De sätter inte värde på frälsning. Det verkar omöjligt att lyfta deras hjärtan till att riktigt uppskatta frälsningsplanen eller värdet av försoningen. Själviska intressen har lagt beslag på hela människan. Som en magnet håller de tankarna och kärleken bundna nere på en låg nivå. En del av dessa personer kommer aldrig att nå upp till en fullkomlig kristen karaktär, eftersom de inte inser värdet och nödvändigheten av en sådan karaktär. Deras tankar kan inte höjas upp så att de kommer att lockas av helighet. Egenkärlek och själviska intressen har så förvanskat deras karaktär, att de inte kan skilja det heliga och eviga från det vanliga. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidorna 519-520 (1870).

Det, som får Uppfattningsförmågan att stärkas – När hjärtan renas från självisk egoism, befinner de sig i harmoni med det budskap som Gud sänder till dem. Deras uppfattningsförmåga ökar och deras mottaglighet förädlas. Lika sätter värde på lika. ”Den som är av Gud lyssnar till Guds ord.” (Joh. 8:47) – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidan 696 (1889).

Grundsatser för ens Motivation

Ha ett Mål, för att nå Framgång – Om vi vill få framgång, på vilket område det än är, måste vi ha ett bestämt mål. Den som vill nå verklig framgång i livet måste ständigt ha ett mål i sikte som är värt att arbeta för. Och det finns ett sådant mål för dagens ungdomar. – *Vägen till Mognad*, sidan 282 (1903).

Bör sikta så högt som möjligt – Den plats vi får i livet avgörs av våra förmågor. Alla utvecklas inte på samma sätt och utför inte samma arbete lika effektivt. Gud förväntar sig inte att isopblomman ska ha samma proportioner som cedern, eller att olivträdet ska bli lika högt som den ståtliga palmen. Men alla bör sätta ett mål som är så högt de möjligen kan nå om de förenar sin kraft med Guds. – *Vägen till Mognad*, sidan 287 (1903).

Studenter bör ha ett verkligt Mål – Lär studenterna, att de skall använda talangerna Gud har gett dem för de heligaste, högsta avsikter, så att de åstadkommer mesta möjliga gott i den här världen. Studenterna behöver lära sig innebörden av verkliga målsättningar i livet, och att skaffa sig en upphöjd förståelse av, vad egentlig utbildning innebär. – *Special Testimonies, Serie B*, Nummer 11, sidan 16, den 14. november, 1905.

Kristus uppmuntrar ädla Mål – Han uppmuntrar våra ädlaste mål och ger trygghet för våra mest värderade skatter. – *Såningsmannen*, sidan 310 (1900).

Att inte bli det man kan bli – Många blir inte det de kan bli, därför att de inte använder de förmågor de har. De tar inte emot Guds kraft som de skulle kunna göra. Många överger områden där de skulle kunna få störst framgång och söker större ära eller trevligare uppgifter och de försöker att göra något som de inte lämpar sig för.

Många som har förmågor som passar för andra uppgifter vill gärna få ett bättre yrke, och den som kanske skulle ha kunnat bli en framgångsrik jordbrukare, hantverkare eller sjuksköterska, fyller bara på ett bristfälligt sätt de krav som ställs på en pastor, advokat eller läkare. Sedan finns det andra som kanske skulle ha kunnat fylla en ansvarsfull uppgift, men som på grund av bristande energi, anpassning eller ihärdighet, nöjer sig med en enklare uppgift. – *Vägen till Mognad*, sidan 288 (1903).

Strålände Livsutsikter! – Vem kan avgöra vad som är stort eller litet när det gäller möjligheterna i livet? Hur många som har anspråkslösa arbeten, men har påbörjat något som kan vara till välsignelse för världen, har inte uppnått resultat som kan göra kungar avundsjuka! – *Vägen till Mognad*, sidan 286 (1903).

”Någonting bättre” – Regeln för verkligt Leverne – ”Något bättre” är mottot för god utbildning och lagen för allt liv. När Jesus ber oss lämna något bakom oss, erbjuder han oss något bättre i stället.

Ofta har ungdomarna vissa föremål, handlingar och nöjen som de håller fast vid och som kanske inte verkar så onda, men som inte riktigt når upp till det som är allra bäst. Sådant distraherar dem från det högsta målet i livet. Nyckfulla handlingar eller fördömanden får nog inte ungdomarna att avstå från det som de tycker om. Led dem i stället till något bättre än fåfänga, äregirighet eller njutningslystnad, och låt dem få kontakt med något högre. Led dem till bättre principer och ett ädlare liv. Visa dem Jesus vars hela ”väsande är ljuvlighet”.

När de väl fäst blicken på honom, kommer livet att stå i centrum. Ungdomarnas entusiasm, stora trohet och brinnande iver kommer till verkligt uttryck. Plikten blir en glädje och uppoffringen ett nöje. Det högsta målet och den största glädjen i livet bör vara att ära Jesus, att bli lik honom och att verka för honom. – *Vägen till Mognad*, sidan 318 (1903).

Utveckla de sundaste Bevekelsegrunder för Framåtskridande – De, som utbildas till att bli sköterskor och läkare, bör dagligen erhålla undervisning, som medför de ädlaste bevekelsegrunder för framåtskridande. De bör gå på våra högskolor och ta våra kurser; och utbildarna vid dessa läroanstalter bör inse sin plikt, att arbeta och be med sina elever. Vid dessa skolor bör studenterna lära sig, att bli verkliga läkarmissionärer, som har ett fast grepp om evangeliets tjänst. – *Special Testimonies, Serie B*, Nummer 11, sidan 12, den 14. november, 1905.

Den oförnuftige, rike Ynglingens själviska Planlöshet – Denne man hade inte högre mål än djuren som förgås. Han levde som om Gud inte fanns, som om det inte fanns någon himmel, inget framtida liv, som om allt han ägde var hans och han inte var skyldig något till varken Gud eller människor. Psalmisten beskrev den rike mannen då han skrev: ”Dårarna säger i sina hjärtan: ’Det

finns ingen Gud'." Ps 14:1. – *Såningsmannen*, sidan 201 (1900).

Ett planlöst Liv är en levande Död – Ett planlöst Liv är en levande Död. Sinnet bör vara upptaget av ämnen förknippade med våra eviga angelägenheter. Detta befordrar kroppens och sinnets hälsa. – *The Review and Herald*, den 29. juli, 1884. (*Counsels on Health*, sidan 51.)

Rötan slår Rot på Planlösheten – En av huvudorsakerna till intellektuell otillräcklighet och moralisk svaghet är att vi inte koncentrerar oss på det som verkligen är viktigt. Vi berömmar oss av hur omfattande litteraturen är, men att läsa ett stort antal böcker – även böcker som i sig själva inte är skadliga – kan definitivt vara skadligt...

Dessutom är en stor del av de tidskrifter och böcker som översvämmar landet som paddorna i Egypten, inte bara banala, onyttiga och försvagande utan de är orena och förnedrande. Följden blir inte bara att de påverkar och bedövar tankarna utan de ödelägger och förstör vårt inre.

Ett sinnelag och ett hjärta som är oföretagsamma och utan mål, blir lätt byte för det onda. Det är på sjuka, livlösa organismer som röta slår rot. Ett förslöat sinne blir Satans verkstad. Om vi riktar tankarna mot höga och andliga ideal, om vi har en hög och engagerad målsättning i livet, har det onda svårt att få fotfäste. – *Vägen till Mognad*, sidan 206 (1903).

Planlöshet gör en mottaglig för Omåttlighet och Brist på Självbehärskning – Men för att komma till roten med omåttlighet och brist på självbehärskning måste vi gå djupare än till bruket av alkohol eller tobak. Slöhet, planlöshet eller dåligt sällskap kan göra oss mottagliga. – *Vägen till Mognad*, sidan 220 (1903).

Få onda Ting bör skys mer – Det finns knappast något ont som är mer skrämmande än slöhet och planlöshet. De tendenser som nu finns inom de flesta idrotter gör att de som är angelägna om att ungdomarna ska må bra har fått sig en del tankeställare... De stimulerar en längtan efter nöje och spänning och därmed skapar de en motvilja mot nyttigt arbete och en inställning att vilja undvika praktiska uppgifter och ansvar. De förstör intresset för livets verklighet med dess lugna nöjen. På så sätt öppnas dörren för utsvävningar och laglöshet och deras förfärliga följder. – *Vägen till Mognad*, sidan 229 (1903).

Ingen bör leva planlöst – Tjänande förväntas av varje själ. Vederbörande skall använda varje kroppslig, moralisk och mental kraft, genom Andens helgelse, för att vara en Guds medarbetare. Det fodras av samtliga, att de hänger sig aktivt och utan förbehåll åt att tjäna Gud. De skall samverka med Jesus Kristus i det stora verket med, att bistå andra. Kristus dog för varje människa. Han har köpt fri varje människa, genom att ge Sitt liv på korset. Det gjorde Han, för att människorna inte längre skall leva utan mål och själviskt, utan för Jesus Kristus, som dött för deras räddning. Alla kallas inte till pastorstjänst, men likväl skall de tjäna. Det är en oförskämdhet mot Guds Helige Ande, när en person väljer att leva, för att tjäna sig själv. – *Brev 10*, 1897. (*SDA Bibelkommentar*, Band 4, sidan 1159.)

Riktiga Bevekelsegrunder skall uppammas – De sanna bevekelsegrunderna för tjänst skall framhållas för gamla och unga. De studerande skall läras upp på sådant sätt, att de utvecklas till nyttiga män och kvinnor. Varje medel, som upphöjer och förädlar dem, skall användas. De skall lära sig, att göra bäst bruk av sina krafter. Fysiska och mentala krafter skal belastas lika mycket. Vanor för ordning och disciplin skall uppammas. Den kraft, som används i ett rent, äkta leverne, skall framhållas för de studerande. Detta hjälper dem, att förbereda sig för nyttig tjänst. Därmed växer de till dagligen och blir renare och starkare, bättre förberedda genom Hans nåd och med hjälp av studiet av Hans Ord anstränger de sig helhjärtat, för att motstå det onda. – *The Review and Herald*, den 22. augusti, 1912. (*Grundsatser för Kristen Utbildning*, sidan 543.)

Gärningar uppenbarar Bevekelsegrunder – Gärningarna uppenbarar principer och motiv. Den frukt som bärs av många, vilka gör anspråk på att vara plantor i Guds vingård, visar att de är ingenting annat än törne och tistlar. En hel församling kanske godkänner sina medlemmars felaktiga handlingssätt, men detta är inget bevis för att det orätta är rätt. Det kan inte få törnet att bära druvor. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidan 103 (1882).

Motiv, inte yttre Uppträdande, skall bedömas – Det är en viktig uppgift för alla att bli förtrogna med innebörden av sitt uppförande från dag till dag och med de motiv som ligger bakom deras handlingar. De behöver lära känna de särskilda motiv som ligger till grund för de särskilda handlingarna. Varje handling i deras liv bedöms, inte utifrån deras yttre uppträdande, utan utifrån det motiv som avgjorde handlingen. –

Vittnesbörd för Församlingen, Band 3, sidan 507 (1875).

Kristi Efterföljare upptäcker nya Bevekelsegrunder – Ingen annan teknik går att jämföra med den, som utvecklar Guds karaktär hos studentens personlighet. De, som blir Kristi anhängare, upptäcker hos sig nya bevekelsegrunder för sitt handlande, nya tankar uppstår och på dessa måste ett nytt uppträdande följa. Dock går de framåt enbart under strid; ty det finns en fiende, som ständigt kämpar emot dem, som kommer med frestelser, för att få själen att tvivla och synda. Det förekommer nedärvda och uppodlade böjelser för det onda, som måste betingas. Aptiten och lidelserna måste ställas under den Helige Andes kontroll. På den här sidan om evigheten kommer vi aldrig att kunna slappna av. Men samtidigt som det finns ständiga strider att utkämpa, finns det också dyrbara segrar att vinna; och triumfen över jaget och synden är av högre värde, än personen kan föreställa sig. – *Counsels to Parents, Teachers, and Students*, sidan 20 (1913).

Två motstridiga, bevekelsedrivande Krafter – Bibeln är sin egen tolk. Vi bör jämföra bibeltext med bibeltext. När vi läser bör vi lära oss att se Guds ord som ett helt och att se förhållandet delarna emellan. Vi bör skaffa oss kunskap om det stora huvudämnet, om Guds ursprungliga plan för världen, om hur den stora striden uppstod och om räddningen från synd. Vi bör förstå de två principer som kämpar om övertaget och bör lära oss att följa dem genom historien och profetiorna till deras stora fullbordan. Vi bör se hur den striden finns med överallt i människans erfarenheter, hur vi i alla handlingar i livet själva visar den ena eller andra av de två motstridande krafterna, och hur vi – antingen vi vill det eller inte – redan nu bestämmer på vilken sida i striden vi ska stå. – *Vägen till Mognad*, sidan 208 (1903).

Varje Handling är av dubbel Natur – Varje slags handling är av dubbel natur och betydelse. Antingen är den dygdig eller orättfärdig, rätt eller fel, i enlighet med den bevekelsegrund, som ger upphov till den. En felaktig handling lämnar, genom flitigt upprepande, ett beständigt avtryck på sinnet hos utföraren, liksom på sinnena åt dem, som på något vis är förbundna med honom, antingen andligt eller världsligt. Föräldrar eller lärare, som förbiser små, icke oskyldiga handlingar, befäster dessa vanor hos de unga. – *The Review and Herald*, den 17. Maj, 1898. (*Child Guidance*, sidan 201.)

Slaget av Handling bestäms av Bevekelsegrunden – Typen av handlande bestäms av bevekelsegrunden, och i fall motiven inte är höga, rena och osjälviska, uppstår det aldrig jämvikt mellan tanke och sinnelag. – *The Youth's Instructor*, den 7. april, 1898. (*Guds Söner och Döttrar*, sidan 171.)

Bevekelsegrunderna skänker Handlingarna Innebörd – Det är de bakomliggande motiven som ger våra handlingar deras innebörd och gör dem vanärande eller av högt moraliskt värde. Det är inte de stora handlingar som alla ser och som alla lovprisar, som Gud betraktar som det mest värdefulla. De små plikter som utförs med glädje, de små gåvor som skänks utan åthävor och som människor kanske betraktar som värdelösa, värdesätts ofta högst av honom. Tro och kärlek är mycket värdefullare för Gud än den dyrbaraste gåva. Den fattiga änkan gav av sitt livsuppehälle för att kunna göra det lilla hon gjorde. Hon avstod ifrån mat för att kunna ge dessa två slantar till den sak som hon älskade. Och hon gjorde det i tro, övertygad om att hennes himmelske Fader inte skulle se bort ifrån hennes stora behov. Det var denna osjälviska anda och barnsliga tro som gjorde att Frälsaren berömde henne. – *Vändpunkten*, sidan 611 (1898).

Gud avslöjar Motiven – Gud leder Sitt folk framåt, ett steg åt gången. Han försätter dem i lägen avsedda, att uppenbara hjärtats bevekelsegrunder. Somliga klarar av ett prov, men fallerar vid nästa. Vid varje steg framåt utsätts hjärtat för litet närmare granskning. I fall någon upptäcker, att hjärtat motsätter sig Guds rättframma verk, bör vederbörande erkänna sig ha ett arbete att utföra som segervinnare, annars kommer han slutligen att förkastas av Herren. – *The Review and Herald*, den 8. april, 1880. (*Our High Calling*, sidan 162.)

Våra hemligaste Motiv avgör vår Öde – Våra handlingar, våra ord, och även våra hemligaste motiv, allt har sin betydelse vid avgörandet av vårt öde till frälsning eller undergång. Även om vi kanske kan glömma dem kommer de att bära sitt vittnesmål till vårt försvar eller till vår fördömelse. – *Den Stora Striden*, sidorna 486-487 (1911).

Gud bedömer Människorna utifrån Renheten hos deras Bevekelsegrunder – Gud värderar inte människor efter deras rikedom, utbildning eller position. Han värderar dem efter renheten i deras motiv och skönheten i deras karaktär. Han ser hur mycket de har av hans Ande och hur mycket deras liv återspeglar hans liv. Att vara stor i Guds rike

innebär att vara som ett litet barn ifråga om ödmjukhet, enkel tro och ren kärlek. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 418 (1905).

Gud betygsätter utifrån Motiven – Det är mycket i en predikants uppförande som han kan förbättra. Många ser och känner sin begränsning, men förefaller trots detta att vara likgiltiga för vilket inflytande de utövar. De är medvetna om sitt agerande när de utför det, men låter det sedan falla i glömska och förändrar sig därför inte.

Om predikanter noggrant ville tänka igenom varje dags handlingar och eftertänksamt se tillbaka på dem, i avsikt att lära känna sina egna vanor, skulle de få en bättre självkänedom. Genom att noggrant gå igenom alla sina dagliga omständigheter skulle de lära känna sina egna motiv och vilka principer som påverkar dem. Den dagliga tillbakablickningen på våra handlingar för att se om vårt samvete godkänner eller fördömer, är nödvändig för alla som vill uppnå fullkomlighet i sin kristna karaktär.

Många handlingar som uppfattas som goda gärningar, till och med välgörenhet, visar sig, om de noggrant undersöks, vara utförda utifrån felaktiga motiv. Många tar emot bifallsyttringar för goda egenskaper som de inte har. Hjärtats Rannsakarare granskar motiven. De handlingar som värderas så högt av människor antecknas av Honom som handlingar som springer fram ur själviska motiv och uselt hyckleri. Varje handling i våra liv bedöms av Honom som söker nå människors hjärtan, utifrån de motiv som har gett upphov till dem, oavsett om de är utmärkta och värda beröm eller om de förtjänar kritik. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidorna 511-512 (1870).

Stundtals vanskligt, att se sina egna Bevekelsegrunder – Mitt i det aktiva livets problem, är det ibland svårt att se våra egna motiv, men framsteg görs alltid, antingen mot det goda eller mot det dåliga. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidan 420 (1889).

Verklig Omvändelse ger nya Motiv – Verklig omvändelse innebär en tydlig förändring av känslor och motiv. Den innebär ett verkligt avståndstagande från världsliga förbindelser, att man skyndar bort från deras andliga atmosfär, bort från deras tankars, åsikters och påverkans styrande makt. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidorna 82-83 (1889).

De stora motiverande Krafterna inom Själens – Det som starkast motiverar vårt inte är

tro, hopp och kärlek. Verkligt bibelstudium påverkar sådant. Bibelns yttre skönhet, skönheten i bildspråket och uttrycken utgör bara så att säga bakgrunden för den verkliga skatten helighetens skönhet. När vi läser om de män som vandrade med Gud, får vi glimtar av Guds härlighet. Vi ser all skönhet på jorden och i himlen bara som en svag återspeglning av honom vars hela ”väsande är ljuvlighet”. ”När jag blir upphöjd från jorden”, sade han, ”skall jag dra alla till mig.” Joh 12:32. – *Vägen till Mognad*, sidan 192 (1903).

Principer för Studier och Inläring

Sinnet och Sinnesrörelserna måste utbildas – Gud har tillhandahållit förståndet, sinnets förnuftsmässiga krafter; men om dessa lämnas utbildade och icke upplärda, förvandlas snarare ägaren till en ursinnig hedning. Sinnet och sinnesrörelserna kräver skolning och riktninggivning från lärare. Härvidlag krävs det rad på rad, liksom föreskrift efter föreskrift, för att vägleda och öva upp en person med självständig, moralisk handlingskraft, för att han skall samverka med Gud. Gud verkar i en mänsklig varelse genom ljuset från Sin sanning. Sinnet blir upplyst av sanningen, det skiljer sanningen klart från lögnen. – *Brev 135*, 1898.

Sinnets högsta Utveckling mottar Guds högsta Gillande – Mänskossinnet är skapat för den högsta utveckling. Ett liv helgat åt Gud skall inte vara ett liv i ovetande. Många talar emot utbildning, eftersom Jesus valde olärda fiskare, till att förkunna evangeliet. De hävdar, att Han föredrog de olärda. Många lärda och ärade män trodde på Hans lära. Om dessa utan fruktan hade åttlytt sina samvetens överbevisning, skulle de ha följt Honom. Deras förmågor skulle ha godtagits och använts i Kristi tjänst, i fall de hade överlåtits dem till Honom. Men de saknade moralisk kraft, till att stå emot de hotfulla prästerna och misstänksamma rådsherrarna, att bekänna sig till Kristus och sätta sina anseenden på spel, genom att ansluta sig till den ödmjuka galilén. . . .

Kristus föraktade inte utbildning. Den högsta utveckling av sinnet äger Hans fulla bifall, om denna utbildning helgas genom gudsvörnad och kärlek. De ödmjuka män, som Kristus valde ut, underkastades det Himmelska Majestetets förädlande inflytande under de tre år de tillbringade tillsammans. Kristus var den störste lärare, som världen någonsin har känt till.

Gud tar emot de unga och deras förmågor och hela deras rikedom av hängivenhet, bara de vill viga sig åt Honom. De kan svinga sig upp till den intellektuella storhetens högsta tinnar; och om de förenar detta med religiösa grundsatser, kan de utföra det verk, som Kristus kom från Himmelen, för att utträta, och bli Mästarens biträden, när de verkställer detta. – *The Review and Herald*, den 21. juni, 1877. (*Grundsatser för Kristen Utbildning*, sidorna 47-48.)

Inte låta sig nöja med andra Klassens Arbete – En riktig lärare nöjer sig inte med att utföra ett andra klassens arbete. Han nöjer sig inte med att leda eleverna till en standard som är lägre än den allra högsta de kan nå. Han nöjer sig inte med att bara förmedla teknisk kunskap eller med att bara hjälpa dem att bli kunniga ekonomer, skickliga hantverkare eller framgångsrika affärsmän. En riktig lärare har som mål att inspirera eleverna att följa principer som sanning, lydnad, heder, redbarhet och renhet. De som följer de principerna medverkar till att samhället förändras i positiv riktning och blir stabilare och får en högre moralisk standard. Men framför allt vill en riktig lärare att eleverna ska lära sig livets största läxa, nämligen att tjäna på ett osjälviskt sätt. – *Vägen till Mognad*, sidan 39 (1903).

Sinnen skall nå högre – Jag har blivit tillsagd, att vi skall se till att våra studenters sinnen tar sig högre upp, än många nu tror är möjligt. Hjärtat och sinnet skall vänjas vid, att bevara sin renhet, genom att ta emot dagliga förnödenheter från den eviga sanningens källa. Det Gudomliga Sinnet och Handen har under alla tider bevarat berättelsen om skapelsen i dess renhet. Det är bara Guds Ord, som ger oss en riktig redogörelse för vår världs skapelse. Studiet på våra skolor skall huvudsakligen handla om detta Ord. Här kan vi samtala med patriarker och profeter; här kan vi ta reda på, vad vår frälsning kostade Den, som var jämbördig med Fadern från begynnelsen, och som offrade livet, för att ett folk skulle kunna stå befriat från allt vanligt, jordiskt och förnyat till Guds avbild. – *Brev 64*, 1909.

Verklig Skolning kombinerar det Intellectuella med det Moraliska – Herren har väntat länge på, att våra lärare skall vandra i det ljus Han har sänt dem. Jaget behöver ödmjukas, så att Kristus kan återupprätta Guds moraliska avbild i människan. Arten av utbildningen måste gradvis ändras, innan den kan ge våra institutioner rätt form. Det är endast när de intellektuella och moraliska krafterna kombineras med tanke på utbildningens slutresultat, som standarden i Guds Ord uppnås. – *The Review and Herald*, den 3.

september, 1908. (*Grundsatser för Kristen Utbildning*, sidan 527.)

Sann Fromhet upphöjer och förfinar – Överallt låter vårt folk sina sinnen bli inskränkta. De låter sig vägledas av människors planer och modelleras av världens anda, i stället för att besjålas av Kristi planer och Hans Ande. Jag har blivit ombedd, att säga till vårt folk: Vänd blicken från det jordiska till det himmelska. Siffror är inget bevis för framgång; om de vore det, skulle Satan verkligen kunna stoltsera. Det är måttet på moralisk kraft, som bör genomsyra våra inrättningar, våra skolor och våra församlingar. Det borde vara allas glädje, från den högste till den lägste, att leva ut Kristus genom Kristuslika dygder. Måtte samtliga våra lärare inse, att sann fromhet, kärlek visad i lydnad mot Gud, upphöjer och förfinar. – *Brev 316*, 1908.

Grundlighet nödvändig – Grundlighet krävs, för att karaktärsbygget skall bli framgångsrikt. Det måste förekomma en uppriktig önskan om, att förverkliga Mästerbyggarens planer och ritningar. Timret, som används, måste vara solitt; inget nonchalant, opålitligt arbete går att godkänna; det skulle bara förstöra huset. Hela personen skall satsas på detta verk. Arbete kräver styrka och energi; inga kraftreserver får slösas på ovidkommande saker. Allvarlig, mänsklig satsning måste göras tillsammans med den Gudomlige Arbetaren i bygget. Det måste förekomma uppriktiga, uthålliga försök, att bryta sig loss från världens seder och vanor samt bindningar. Djupgående tanke, ärlig avsikt, ständig rättskaffenhet, är av nöden. Lathet får icke förekomma. Livet är ett heligt förtroende; och varje ögonblick bör användas på ett klokt sätt. – *The Youth's Instructor*, den 9. februari, 1903. (*Our High Calling*, sidan 84.)

Obetydligheter försvagar Intellectet – En student, som i stället för de omfattande principerna hos Guds Ord, tar till sig all dagliga uppfattningar och slösar tid på vanliga, obetydliga ting, märker snart nog, att intellectet har krympt och blivit sämre; han förlorar kraft till växt. Sinnet måste vänjas vid, att förstå de väsentliga sanningar, som berör det eviga livet. – *Brev 64*, 1909.

Världsliga Angelägenheter skall inte försummas – Livet är alltför allvarligt för att slösas bort på världsliga intressen i ett ekorhjul av omsorg och oro för sådant som, i jämförelse med de eviga intressena, inte är större än en atom. Ändå har Gud kallat oss till att i tjänst för honom utföra de världsliga angelägenheterna i livet. Att

vara flitig i detta arbete är minst lika mycket en del av sann religion som hängivenhet. Bibeln uppmuntrar inte på något sätt till lättja, vilket är den största förbannelse som drabbat vår värld. Var och en som är sant omvänd kommer att vara en flitig arbetare. – *Såningsmannen*, sidan 280 (1900).

Egenskaperna åt de Män, som kallas att undervisa [Se Kapitel 22, "Skolan och Läraren".] – Guds verk behöver lärare med hög moral, lärare som kan ges förtroendet att uppfostra andra. De måste ha en välgrundad tro, takt och tålmod. De skall vandra med Gud, ta avstånd från allt ont och vara så nära förenade med Gud att de kan bli kanaler för ljuset – kort sagt: kristna föredömen. Det goda inflytande som de utövar kan aldrig utplånas och den fostran de gett förblir genom hela evigheten. Vad som har försummats på detta område tycks förbli ogjort. Vem vill äta sig detta arbete?

Vi önskar att det skulle finnas starka unga människor, rotade och grundade i tron, med en sådan levande förbindelse med Gud, att de, om våra ledare rådde dem till det, kunde börja sina studier vid någon av landets högre skolor, där de skulle ha ett vidare fält för studier och observationer. Umgänget med olika klasser av människor, med olika tankar, de populära metoderna inom utbildningen – dess verkan och resultat – samt den teologiska undervisningen, som den meddelas vid de förnämsta läroanstalterna, skulle vara dem till stor nytta. De blir därigenom beredda att arbeta bland de bildade klasserna och bemöta vår tids villfarelser. Den metoden användes av valdenserna i gången tid. Och om vår ungdom, liksom en gång deras, är Gud trogen kan den utföra ett gott verk redan under sin studietid, genom att så den goda säden i andras sinnen. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidorna 583-584 (1885).

Rätta Vanor lämnar ett Avtryck på Karaktären – Om sunda levnadsvanor uppväcks, lämnar dessa sådana avtryck i barnens sinnen och karaktärer, att de känner, att de själva måste ta efter dem. Det betyder mycket, att bringa barnen direkt under Guds Andes inflytande, att lära upp och disciplinera dem i Herrens tukt och förmaning. Det krävs allvarliga ansträngningar i Jesu namn och styrka, för att dana korrekta vanor, och besjålas av en rättfärdig anda. Instruktören måste hålla ut, lära ut sanningen rad för rad, föreskrift efter föreskrift, litet här och litet där, med en förbarmande och tålmodig anda, i sympati och kärlek, för att binda barnen till sitt hjärta med Kristi kärlek, som uppenbaras i honom

personligen. – *Christian Education*, sidan 153 (1893). (*Grundsatser för Kristen Utbildning*, sidan 268.)

Karaktären gestaltas inte efter en Form – Lärare måste betänka, att de inte har med änglar att göra, utan med människor med samma lidelser, som de själva bär på. Karaktären gestaltas ej efter en form. Barn får alla slags karaktärsdrag som arv. Därigenom uppenbaras både bristerna och dygderna hos sinnelaget. Måtte alla instruktörer ta hänsyn till detta. Nedärvda och uppammade deformiteter i människokaraktären, såväl som karaktärens skönhet, måste bemötas, och läraren uppamma mycken dygd, för att veta, hur man skall hantera felande människor, med tanke på deras nuvarande och eviga välgång. I fall personen i fråga omhuldar impulsivitet, otålighet, stolthet, själviskhet och självupphöjelse, kommer detta åstad massor av ont, som kan föra ut människosjälens på Satans stridsområde, utan visdom till att navigera det egna skeppet. Således kommer han att vara i fara, att kastas hit och dit av Satans frestelser, tills han lider skeppsbrott. Varje lärare har sina egna, särskilda karaktärsdrag att bevaka, för att Satan inte skall kunna utnyttja honom som redskap, att ödelägga själar med, genom lärarens personliga, ohelgade karaktärsdrag. – *Brev 50*, 1893. (*Grundsatser för Kristen Utbildning*, sidorna 277-278.)

Måste vara i Kristus vid Hanteringen av Sinnen – Det handlar om ett dagligt verksamt inflytande, som skall bibehållas, en tro, som verkar genom kärlek och renar lärarens själ. Har Du Guds uppenbarade vilja som Din högsta auktoritet? Om Kristus är formad invärtes, härlighetens hopp, kommer Guds sanning att inverka på Ditt naturliga temperament. Dess förvandlande verkan kommer att uppenbaras i en ändrad karaktär. Genom Ditt inflytande kommer inte Ditt annars uppenbart ohelgade hjärta och temperament att vända Guds sanning till en lögn för någon av Dina elever. Du kommer ej heller, att genom ett själviskt, otåligt och okristligt temperament i umgänget med människors sinnen visa, att Kristi nåd inte räcker till vid någon tidpunkt, eller på någon plats. Därigenom visar Du, att Guds myndighet kontrollerar Dig, inte endast teoretiskt, utan i verklighet och i sanning. Det måste till ett åtskiljande från allt anstötligt och icke Kristuslikt, oavsett hur svårt detta måtte bli för en sann troende. – *Christian Education*, sidan 148 (1893). (*Grundsatser för Kristen Utbildning*, sidorna 263-264.)

Ständigt Klander gör Barnet rådvillt – Himmelen ser den outvecklade mannen eller

kvinnan i barnet, med förmågor och krafter, som, i fall de vägleds och utvecklas korrekt med himmelsk visdom, kommer att bli mänskliga redskap, som det gudomliga inflytandet kan samarbeta med. Skarpa ord och ständig kritik förvirrar barnet, men förbättrar det aldrig. Håll de stingsliga orden tillbaka; håll Din egen ande under Jesu Kristi tukt och förmaning; då kommer Du att lära Dig, att ömka och känna med dem, som står under Ditt inflytande. Ge inte prov på otålighet och hårdhet, för om dessa barn inte behövde något utbildning, skulle de inte behöva fördelarna av en skolgång. De skall tålmodigt och vänligt föras upp för framåtskridandets väg, där de stegvis tilldelas kunskap. – *Christian Education*, sidan 147 (1893). (*Grundsatser för Kristen Utbildning*, sidan 263.)

Avstäng ogärna Studenter – Tänk Er noga för, innan Ni stänger av några studenter. Sådant innebär allvarliga saker. Detta straff måste föregås av ett väldigt allvarligt fel.

I samband härmed måste alla omständigheter i fallet noga beaktas. Studenter, som skickas från hemmet korta eller långa sträckor, ja, så mycket som hundratals mil, är borta från och har därför ingen tillgång till hemmets fördelar, och om de blir relegerade, förvägras de skolans förmåner. Alla deras utgifter måste betalas av någon, som har hyst hopp om och förtröstan på dessa råämnen, och menat, att deras medel inte skulle ha satsats i onödan. En student inleds i eller faller i synd, varpå han straffas för sin förseelse. Han är alltför väl medveten om plumpen i protokollet, och har gjort dem besvikna, som litat på, att han skulle utveckla en karaktär under skolans varsamma hand. Satsningen skulle ha burit rik frukt.

I stället blir han avstängd för sitt dåraktiga tilltag. Vad skall han ta sig till? Framåtandan är i botten, mannamodet lyser med sin frånvaro. Han är en belastning, och dyrbar tid har gått förlorad. Var finns den vänliga själ, som känner en börda för dylika personer? Inte att undra över, att Satan drar nytta av omständigheterna! De förpassas till Satans territorium, varvid mänskohjärtats värsta känslor väcks till liv, stärks och befästs. – *Brev 50*, 1893.

Undvik, att skapa Känslor av Orättvisa – När Du tampas med yttringarna från dem, som saknar Bibelns tro och endast lutar sig emot sin beaktelse, skall Du inte glömma bort, att Du själv är en kristen. Du minskar påtagligt Ditt inflytande och skadar Din kristna erfarenhet, när Du förlorar självbehärskningen och ger dem minsta skäl till, att tycka att Du har behandlat dem

illa. Lämna inte det här intrycket på deras sinnen, om det alls går att undvika. Under denna provotid formar vi våra sinnelag för framtidens oändliga liv; men det är ej allt, ty under karaktärsbyggets förlöpp behöver vi vara synnerligen aktsamma, för andra tar efter mönstret vi ger dem. – *Brev 20*, 1892.

Sinnet måste ha ren Föda – Sinnet, liksom kroppen, måste ha ren föda, för att bli friskt och starkt. Ge Dina barn något att tänka på, som de själva ej besitter av naturen. Ett sinne, som lever i en ren, helgad atmosfär, blir inte ytligt, lättsinnigt, fåfångt eller själviskt. – *Brev 27*, 1890.

Vi lever i en tid, där det falska och ytliga upphöjs framför det verkliga, naturliga och varaktiga. Sinnet måste hållas fritt från allt, som kommer att leda det i felaktig riktning. Det får inte belastas med dåliga historier, som inte utvecklar de andliga förmågorna. Tankarna kommer att ha samma karaktär som den föda, vi förser sinnet med. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidan 544. (*Child Guidance*, sidan 188.)

Otrognas Böcker [Se Kapitel 13, ”Föda för Sinnet”.] – Studiet av böcker författade av otrogna gör stor skada. På det här viset sås törnen i studenternas sinnen och hjärtan. Ändå är detta den föda, som hjärnan ofta ges, samtidigt som många äger ringa kunskap om saker och ting, som har att skaffa med eviga angelägenheter, vilka de borde förstå sig på.

Tidens talent är dyrbar. Varje dag ges den till oss i förtroende, och Gud kommer att avkräva oss redogörelse för vårt bruk därav. Tiden skall användas till Guds förhålligande, och om vi har tänkt oss, att förlänga våra liv, om vi har tänkt oss, att vi skall uppnå det liv, som låter sig jämföras med Guds liv, måste vi ge sinnet andlig hälsokost. Inga stunder, som kunde ha använts på klokt sätt, får slösas bort. – *Manuskript 15*, 1898.

Studenterna skall lära sig, att lyda Gud – Jag ser, att en stor grundtanke måste förverkligas under Guds ledning på våra skolor. Men den viktigaste läxan, som studenterna måste bemästra, är att av hela hjärtat, sinnet och styrkan söka, att lära känna Gud och lyda Honom förbehållslöst. Tekniken för den mänskliga själens räddning, utgör livets grundpelare. Ingen typ av litteratur eller akademisk utbildning får inta förarsätet. Utan att känna Gud och Jesus Kristus, som Han har sänt, är evigt liv.

Mätte studenterna ta med sig kärleken till Gud och vördnaden för Honom in på skolan. Det här är

en visdom, vars värde inte går att uttrycka med ord. Om de är förbundna med Gud, går det att säga om dem, som om Daniel, att Gud har gett dem kunskap och insikt i allt slags skrift och vishet.

Lärande är nyttigt. Salomos visdom är eftersträvansvärd; men visdomen hos en, som är större, än Salomo, är betydligt mera eftersträvansvärd och livsnödvändig. Genom lärandet på våra skolor kan vi ej nå fram till Kristus, men genom Kristus kan vi nå upp till den översta pinnen på kunskapens stege; ty det inspirerade ordet säger: ”i honom är ni fullkomliga” (Kolosserbrevet 2:10, *Reformations-Bibeln*). Vår första skyldighet är, att se och kännas vid Gud, och sedan kommer Han att lysa upp vår stig. – *Brev 120*, 1896.

Utbildningen måste vara i Balans

Utbildningens Följder är märkbara under Evigheten – Utbildningen är ett verk, vars följder skall vara märkbara genom ändlösa evigheter. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 6, sidan 154 (1900).

Att återställa Harmonin i Själen – Undervisningens egentliga ändamål är, att återupprätta Guds bild i själen. Gud skapade människan efter Sin egen bild och begåvade henne med ädla egenskaper; alla hennes själs- och kroppskrafter var i harmoni. Men syndafallet och dess följder har fördärvat dessa gåvor, synden har nästan utplånat Guds bild hos människan. Frälsningsplanen lades och en provningstid beviljades människan, för att återupprätta denna bild hos henne. Att åter försätta henne i det fullkomliga tillstånd, som hon var i, när hon kom från Skaparens händer, är livets egentliga och viktigaste ändamål. Vid ungdomens undervisning åligger det föräldrar och lärare, att verka i harmoni med Guds avsikt; och när de gör detta, blir de ”Guds medhjälpare”. Första Korintierbrevet 3:9. – *Patriarker och Profeter*, sidan 648 (1890).

Alla Kropps- och Själskrafter skall utvecklas – Alla de olika kropps- och själskrafter, som människor äger, har getts av Gud, och de bör användas så, att de blir till största möjliga nytta. Men denna utveckling får ej bli självisk och egennyttig; ty Guds karaktär, vars avbild skall framstå i oss, yttrar sig i välgärningar och kärlek. Varje förmåga och egenskap, som Skaparen har

skänkt oss, bör användas till Hans ära och till våra medmänniskors förbättring; och i denna sysselsättning finner den sin renaste, ädlaste och lyckligaste utövning. – *Patriarker och Profeter*, sidan 649 (1890).

Äkta Utbildning är vittomfattande – Äkta utbildning innebär mer, än att gå en bestämd utbildning. Den är vittomfattande. Häri ingår den harmoniska utvecklingen av alla kroppsliga krafter och mentala förmågor. Den lär ut kärleken till och vördnaden för Gud och bidrar till, att man troget utför livets plikter. – *Counsels to Parents, Teachers, and Students*, sidan 64 (1913).

Allsidig Träning för varje Plikt – De som vill samarbeta med Gud måste sträva efter att varje organ i kroppen och renheten i tankarna blir fullkomliga. För att på rätt sätt kunna förbereda de fysiska, mentala och moraliska krafterna gäller det att träna kroppen, sinnena och själen för gudomlig tjänst. Detta är rätt utbildning. – *Såningsmannen*, sidan 268 (1900).

Samtliga Krafter skall nå sin högsta tänkbara Nivå – Guds plan är att högskolan i Battle Creek skall nå upp till en högre norm för intellektuell och moralisk utbildning, än någon annan liknande institution i vårt land. De unga bör få lära sig att vårda sina fysiska, mentala och moraliska krafter, så att de inte bara når upp till högsta möjliga färdigheter inom vetenskap, utan genom en grundlig kunskap om Gud kan utbildas till att förhålliga Honom, så att de kan utveckla en harmonisk karaktär och bli beredda att göra nytta i den här världen och uppnå moralisk lämplighet för det eviga livet. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidan 425 (1880).

Insikt i alla Slags Vetenskaper är Kraft – Skolorna, som är upprättade ibland oss, innebär ett allvarligt ansvar, eftersom de inbegriper betydelsefulla ting. På ett särskilt vis är våra skolor ett skådespel för änglar och människor. Insikt i vetenskaplig kunskap är en kraft, och det är Guds önskan, att det skall undervisas i avancerad vetenskap på våra skolor som en förberedelse för det verk, som skall föregå de avslutande händelserna i denna världs historia. Sanningen skall nå ut till jordens yttersta gränser, genom ombud upplärda för arbetet. Men samtidigt som insikt i vetenskaplig kunskap är en kraft, är den kunskap, som Jesus personligen kom, för att bibringa världen, evangeliets kunskap. Sanningens ljus skulle sprida sina klara strålar ut till jordens ändar, och antagandet eller avvisandet av Guds budskap förenas med själarnas eviga öden. – *The*

Review and Herald, den 1. december, 1891.
(*Grundsatser för Kristen Utbildning*, sidan 186.)

De Unga skall vara Tänkare – Alla är vi skapade till Guds avbild och utrustade med egenskaper som liknar Skaparens – vår personlighet och förmåga att tänka och handla. De som har utvecklat de förmågorna och som bär ansvar eller är ledare, påverkar genom sin personlighet vårt sätt att vara.

All sann undervisning har som mål att utveckla sådana förmågor och träna ungdomarna till att tänka självständigt och inte bara återge andras tankar. Uppmana elever och studerande ungdomar att vända sig till själva källan för all sanning, till den oändliga kunskap som ligger i naturen och i allt som Gud uppenbarar – i stället för att bara låta dem läsa om det andra har sagt eller skrivit. När de begrunder så viktiga faktorer som livsuppgift och levnadsöde, kommer deras intellekt att utvecklas och skärpas. – *Vägen till Mognad*, sidan 25 (1903).

Sann Skolning utvecklar Karaktären – Utbildning och undervisning av unga är ett viktigt och seriöst arbete. Den stora målsättningen skulle vara att ge karaktären en rätt utveckling, så att den enskilde kan utrustas för att kunna klara plikterna i det här livet och till sist i framtiden komma in i det eviga livet. Evigheten kommer att avslöja på vilket sätt detta har utförts. Om predikanter och lärare hade en klar känsla av sitt ansvar, skulle vi se ett annat tillstånd i världen i dag. Men de är alltför snäva i sina synsätt och avsikter. De inser inte betydelsen av sitt arbete eller dess följder. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidan 418 (1880).

Det Värdefullaste är, att bygga upp Karaktären – Studenterna [på Avondaleskolan] arbetar hårt och trofast. De uppnår kraftens styrka och fasthet så väl som musklernas aktivitet. Detta är den riktiga utbildning, som kommer att frambringa ungdomar från våra skolor, som inte är svaga och verkningslösa, som inte har en ensidig utbildning, utan allsidig fysisk, mental och moralisk upplärning.

Karaktärens byggmästare får inte glömma bort, att lägga den grund, som åstadkommer en utbildning av största värde. Det kommer att kräva självuppoffring, men det måste göras. Den fysiska upplärningen bereder personen, om den utförs ordentligt, på mental ansträngning. Men utan den andra komponenten blir personen obalanserad, otillräcklig.

Fysisk belastning, förbunden med andliga ansträngningar, håller sinnet och moralen i ett sundare tillstånd, och ett långt bättre arbete kan göras. Med denna upplärning kommer eleverna att lämna våra skolor utbildade för det praktiska livet, och vara i stånd till att bruka sina förståndsförmågor på bästa sätt. Fysisk och mental utövning måste förbindas, om vi tänker göra våra studerande rättvisa. Vi har arbetat på denna plan här [Australien] med full belåtenhet, till trots för de vanskligheter, som eleverna måste verka under. – *Special Testimonies, Serie A*, Nummer 4, sidan 16, den 27. augusti, 1895. (*Vittnesbörd för Predikanter och Bibelarbetare*, sidan 241.)

Få begriper riktiga Principer – Många studerande jäktar så, för att fullborda sin utbildning, att de inte riktigt fullbordar något, som de inleder. Få äger tillräckligt stort mod och självbehärskning, för att handla principfast. De flesta studerande förstår inte den egentliga meningen med utbildning, och handlar därför inte så, att avsikten uppfylls. De sätter igång med studier i matematik eller språk, samtidigt som de hoppar över studierna om det väsentliga för lycka och framgång i livet. Många, som utforskar jordens djup tillsammans med geologer, eller far tvärs över himlarna i sällskap med astronomer, visar inte det minsta intresse för den egna kroppens förunderliga mekanism. Andra ser det exakta antalet ben i människans skelett, och beskriver varje organ i kroppen korrekt, och ändå är de helt ovetande om hälsolagarna, och sjukdomars botande, som om livet skulle styras av ett blint öde, i stället för av avgjorda och orubbliga lagar. – *The Signs of the Times*, den 29. juni, 1882. (*Grundsatser för Kristen Utbildning*, sidorna 71-72.)

Utbildning omfattar inte bara Hjärnan – Studenter, som har uppnått akademisk kunskap, utan att ha uppnått kunskap om praktiskt arbete, kan inte påstå sig äga en liksidig utbildning. Den energi, som borde ha lagts ned på arbete inom olika områden, har försummats. Utbildning går inte bara ut på, att använda hjärnan. Kroppsarbete ingår som en del av den upplärning, som är väsentlig för varje ung person. En viktig del av utbildningen fattas, om eleven inte blir lärd utförandet av praktiskt arbete. – *Counsels to Parents, Teachers, and Students*, sidorna 307-308 (1913).

Kropp och Hjärna skall ansträngas lika mycket – Mycket har sagts och skrivits om vikten av att träna upp sinnet till dess högsta tjänst. Detta har ibland lett till den åsikten att om förståndet

utbildas till att använda sina bästa krafter, kommer den fysiska och moraliska naturen att stärkas, så att hela människan utvecklas. Tiden och erfarenheten har visat, att detta inte stämmer. Vi har sett män och kvinnor gå fram som kandidater från college, som inte på något sätt var kvalificerade för att använda den underbara fysiska organism, som Gud har gett dem, särskilt bra. Hela kroppen är skapad för aktivitet, inte för sysslolöshet.

Om de fysiska krafterna inte sätts på prov i lika hög grad som de mentala, kommer de sistnämnda att utsättas för alltför stor påfrestning. Om inte alla delar av den mänskliga organismen utför de uppgifter, som den har tilldelats, kan de mentala krafterna inte användas efter bästa förmåga under en längre tid. Naturliga krafter måste behärras av naturliga lagar och förmågorna måste utbildas till att arbeta harmoniskt och i överensstämmelse med dessa lagar. Lärarna på våra skolor kan inte bortse från någon av dessa enskilda saker, utan att svika sitt ansvar. Stolthet kan förmå dem att söka efter en högre världslig standard när det gäller intellektuella färdigheter, så att de studerande kan uppvisa strålande resultat, men när det kommer till fasta kunskaper – sådana som är nödvändiga för att män och kvinnor skall kunna klara sig i varje nödsituation i det praktiska livet – är sådana studenter endast delvis förberedda för att få framgång i livet. Deras bristfälliga utbildning leder ofta till ett misslyckande, oavsett vilken uppgift de åtar sig i yrkeslivet. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidan 522 (1889).

Undfly inte Livets Bördor! – Vi bör hjälpa ungdomarna att förstå att utbildningen inte gör att de slipper undan otrevliga uppgifter och tunga bördor i livet. Syftet är snarare att underlätta arbetet, därför att de lärt sig bättre metoder och satt högre mål. De bör få lära sig att det stora målet i livet inte är att de ska vinna så mycket som möjligt själva, utan att de ska ära sin Skapare när de utför sin del av arbetet i världen och hjälper dem som är svagare eller okunnigare. – *Vägen till Mognad*, sidan 240 (1903).

Harmonisk Utveckling är ett Måste – Att göra rätt bruk av sig själv, är den värdefullaste lärdomen. Vi skall inte bara utföra hjärnarbete, eller inskränka oss till fysiskt arbete; vi skall göra bästa möjliga bruk av den mänskliga organismen: Hjärna, ben, muskler, huvud och hjärta. – *The Youth's Instructor*, den 7. april, 1898. (*Guds Söner och Döttrar*, sidan 171).

Ovetande gör en inte andligare – Unga män borde inte ge sig in i uppgiften att förklara

Skrifterna och undervisa om profetierna när de saknar kunskap om de viktiga bibelsanningar som de försöker förklara för andra. De kanske har brister inom de vanliga utbildningsområdena och därför misslyckas med att göra allt det goda de skulle kunnat uträtta om de hade haft förmånen att gå i en bra skola. Okunnighet ökar inte ödmjukheten eller andligheten hos någon av Kristi bekännande efterföljare. Det gudomliga Ordets sanningar kan bäst uppskattas av en intellektuell kristen. Kristus kan förhärligas bäst av dem som tjänar honom med förstånd. Det stora syftet med utbildning är att göra oss kapabla att använda de krafter som Gud gett oss på det sätt som bäst representerar bibelns religion och upphöjer Guds härlighet – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidan 160 (1872).

Utbildning fordrar ihärdiga Ansträngningar – Lärarna skulle leda eleverna till att tänka, och att själva klart förstå sanningen. Det är inte nog med att läraren förklarar och eleven tror. Lusten att göra efterforskningar och få sina egna frågor besvarade måste väckas, och eleven måste förmås att förklara sanningen med egna ord och därmed göra det klart, att han inser dess kraft och kan använda den. Genom oförtrutna ansträngningar skulle på detta sätt de livsviktiga sanningarna inpräntas i sinnena. Detta blir kanske en långsam process, men det är av större värde än att rusa igenom viktiga ämnen utan tillbörlig hänsyn. Gud väntar att Hans institutioner skall överträffa världens, ty de representerar Honom. Människor som i sanning är förenade med Gud skall visa världen, att det är Någon, förmer än en människa, som står vid rodret. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 6, sidan 154 (1900).

Ställ upp välkända Milstolpar – Låt de unga ställa upp välkända milstolpar, med vars hjälp de kan orientera sig i nödlägen. När det inträffar en kris, som fordrar aktiva, väl utvecklade kroppskrafter och ett klart, starkt, praktiskt fungerande sinne; när det skall utföras vanskligt arbete, där varje åtgärd är viktig, och bryderier endast går att lösa med hjälp av vishet från Gud, då kan de unga, som har vant sig vid, att forcera berg med allvarligt menat arbete, svara på maningen om arbetare: ”Här är jag, sänd mig!” {Jesaja 6:8.} Måtte unga mäns och unga kvinnors hjärtan vara klara som kristall. Måtte deras tänkande inte vara lättsinnigt, utan helgat genom dygd och helgelse. Så kan det visst vara! Genom tankens renhet på grund av Andens helgelse, kan deras liv bli förfinade, upphöjda, förädlade. – *Special Testimonies, Serie B*, Nummer 1, sidorna 31-32, juli 1900.

Grundläggandet av rätta Vanor väsentligt –

Det bör vara varje ungdoms bestämda föresats, att sikta högt i samtliga planer för sitt livs gärning. Följ den standard, som Guds Ord framställer, som rättesnöre i allt. Detta är en kristens osvikliga plikt, och det bör också vara hans sanna nöje. Odlå självaktning, eftersom Du är Kristi köpta egendom.

Framgång i grundläggandet av rätta vanor, framsteg i det ädla och rättvisa, skänker Dig ett inflytande, som kommer att uppskattas av omgivningen. Lev för något annat, än jaget.

Om Dina bevekelsegrunder är fläckfria och osjälviska, om Du alltid söker arbete, som någon ändå bör utföra, om Du alltid är på alerten, så att Du kan visa vänligt intresse och utföra vänliga handlingar, bygger Du omedvetet på monumentet över Dig själv. Det här är det arbete, som Gud kallar alla barn och ungdomar att göra. – *Special Testimonies, Serie B, Nummer 1, sidan 32, juli 1900.*

Självunderhåll en viktig Del av Utbildningen – Många studerande skulle skaffa sig ovärderliga kunskaper om de var självförsörjande under sin studietid. I stället för att skaffa sig skulder eller vara beroende av föräldrarnas uppoffringar, kan ungdomarna försörja sig själva. Då kommer de att lära sig värdet av pengar, värdet av tid, kraft och möjligheter och de kommer att utsättas för mycket färre frestelser och de kan inte lägga sig till med onyttiga och slösaktiga vanor. När de på så sätt lär sig att behärska kunskaper i sparsamhet, arbetsamhet, självförsakelse, praktisk ekonomi och när de har ett fast mål, visar det sig att det är den viktigaste delen av deras utrustning för kampen i livet. När en studerande får en sådan kunskap om självhjälp, gör det mycket för att bevara skolor och högskolor från den skuldbörda som så många skolor kämpat med och som har bidragit så mycket till att hindra dem från att göra nytta. – *Vägen till Mognad, sidan 221 (1903).*

Utbildningen skall omforma Samhället – Överallt i världen är samhället i oordning, och en grundlig förändring behövs. Den utbildning som ges till de unga behöver omforma hela samhället. – *Hälsa för hela Människan, sidan 353 (1905).*

Behov av Skolor, som lär ut Jordbruk – Våra skolor kan också vara till effektiv hjälp för inställningen hos de många arbetslösa. Tusentals hjälplösa och svältande människor som varje dag gör att brottsligheten ökar, kan bli självförsörjande i ett lyckligt, hälsosamt,

oberoende liv om de får hjälp med att förstå hur man skickligt och ihärdigt kan arbeta med att bruka jorden. – *Vägen till Mognad, sidan 220 (1903).*

Utbildningen är livslång – I Kristi skola tar studenterna aldrig examen. Det finns både gamla och unga ibland eleverna. De, som tar till sig den Gudomlige Lärarens anvisningar, gör ständiga framsteg i visdom, förfining och själslig ädelhet, och härigenom blir de beredda på, att träda in vid den högre skolan, där framstegen kommer att fortsätta under hela evigheten. – *Counsels to Parents, Teachers, and Students, sidan 51 (1913).*

Sanna Mål och Syften – Kära ungdomar, vad är Era mål och syften med Era liv? Strävar Ni efter, att få en utbildning, att skapa Er ett namn och en ställning i världen? Hyser Ni, i största hemlighet, en önskan om, att en vacker dag stå på den intellektuella storhetens tinnar, eller sitta i rådslående och laggivande församlingar och bidra till landets lagstiftning? Det är inget fel i en sådan strävan. Ni kommer alla att kunna nå Era mål. Ni skall inte vara tillfreds med ett blygsamt mål. Sikta högt och ansträng Er till det yttersta, för att nå fram. – *The Review and Herald, den 19. augusti, 1884. (Grundsatser för Kristen Utbildning, sidan 82.)*

Den viktigaste Kunskapen – Låt ungdomar gå framåt så fort och så långt de kan när de inhämtar kunskap. Låt deras studier vara så omfattande som deras förmågor tillåter. Och allt eftersom de lär borde de förmedla sin kunskap till andra. På det sättet kommer de att utveckla sina mentala förmågor och krafter. Värdet av deras utbildning bestäms av det sätt på vilket de använder sin kunskap. Om de studerar under lång tid, utan att göra någon ansträngning att förmedla det som de har lärt sig, kommer detta ofta att visa sig vara till hinder snarare än till hjälp när det gäller deras verkliga utveckling. Både i hemmet och i skolan är det elevens uppgift att lära sig hur man studerar och hur man förmedlar den kunskap man fått. Oavsett vad man är kallad att göra, bör man vara både elev och lärare så länge man lever. – *Hälsa för Hela Människan, sidan 349 (1905).*

Den nödvändigaste utbildning våra unga kan få i dag, och som kommer att utrusta dem för de högre klasserna i skolan där ovan, är en utbildning, som lär dem att uppenbara Guds vilja för världen. – *The Review and Herald, den 24. oktober, 1907. (Grundsatser för Kristen Utbildning, sidan 512.)*

Den viktigaste kunskapen är kunskapen om Gud och om honom som han har sänt.

Varje barn och varje ung människa bör lära känna sig själv. De bör få kunskap om den kropp Gud har gett dem, och om de lagar som de måste följa för att hålla kroppen frisk. Alla borde få grundliga kunskaper i de allmänna skolämnena, och en praktisk utbildning som gör dem till män och kvinnor som är utrustade för att klara av vardagslivets plikter. Dessutom bör de få undervisning och praktisk erfarenhet när det gäller olika former av missionsarbete. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 402 (1905).

”Vilken ’Universitetskurs’ kan mäta sig med sådan Undervisning?” – ”Herrens stora dag är nära, ja, den är nära, den kommer med stor hast.” Sef 1:14. Och världen måste varnas. ... Tusen och åter tusen ungdomar ... bör ägna sig åt den uppgiften och ta emot den förberedelse de kan få. Tusen och åter tusen ungdomar ... bör ägna sig åt den uppgiften ... Alla kristna lärare ... bör uppmuntra och hjälpa de ungdomar de har hand om till att förbereda sig för att sluta sig till leden.

Det finns inget arbetsområde där ungdomarna kan få ut mer... De samarbetar med änglarna, eller de är snarare mänskliga representanter som änglarna kan utnyttja för att fullföra sin uppgift. Änglarna talar genom deras röster och arbetar med deras händer. Och människorna som arbetar tillsammans med dem har förmånen av deras utbildning och erfarenhet. Och vilken universitetskurs kan jämföra sig med sådan undervisning? – *Vägen till Mognad*, sidorna 270-271 (1903).

Att ingjuta Vetande, är väsentligt – Det är nödvändigt för hela deras utbildning, att studenterna bereds tid, att utträta missionsarbete – tid, att komma underfund om de andliga behoven hos familjerna i det omgivande samhället. De bör inte tyngas ned så med studier, att de saknar tid till, att använda sig av den kunskap de har vunnit. De bör uppmuntras till, att ihärdigt missionera ibland dem, som lever i mörker, att lära känna dem och leda dem till sanningen. Genom att verka ödmjukt, söka vishet från Kristus, be och ständigt vara vaksamma, blir de i stånd till, att skänka andra det vetande, som har berikat deras liv. – *Counsels to Parents, Teachers, and Students*, sidorna 545-546 (1913).

Sektion 9

Sambandet mellan Kropp och Sinne

Hela Personlighetens harmoniska Agerande nödvändigt

Ett gåtfullt Samspel – En av de starkaste frestelser som människan måste möta är på aptitens område. Mellan själen och kroppen finns det en mystisk men underbar relation. Kropp och sinne påverkar varandra. För att utveckla en sund kropp är det nödvändigt att varje del i kroppen fungerar på bästa sätt. Att uppnå detta ideal borde vara vår främsta strävan i livet. Att försumma kroppen är att försumma sinnet. Det kan inte vara till Guds ära när Hans barn självförvållat har sjuka kroppar och obalanserade sinnen. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidorna 485-486 (1875).

Harmoni beror på Efterlevnad av bestämda Lagar – Skapelsens harmoni beror på, att alla väsen, både levande och oorganiska ting, är i fullkomlig överensstämmelse med Skaparens lagar. Gud har fastställt lagar för styrandet av inte bara alla levande väsen, utan även naturens alla verkningar. Allting står under bestämda lagar, som ej kan åsidosättas. Medan allting i naturen styrs av naturlagar, är av alla jordiska varelser endast människan ansvarig inför den moraliska eller sedesmässiga lagen. – *Patriarker och Profeter*, sidan 44 (1890).

En tusensträngad Harpa – Det är inte bara allas förmån, utan heliga plikt, att känna till lagarna, som Gud har lagt ned i deras kroppar... Och i takt med, att de allt bättre förstår sig på mänskrokroppen, ... kommer de att försöka, att underkasta sina kroppar sinnets ädla krafter. De kommer att betrakta kroppen som en fantastisk skapelse, gestaltad av den Oändlige Formgivaren, och anförtrodd åt deras vård, att hålla denna tusensträngade harpa i harmonisk aktion. – *The Health Reformer*, september, 1871. (*My Life Today*, sidan 148.)

Alla ingår i en fulländad Helhet – Men vi är alla representerade som lemmar av kroppen, förenade i Kristus. I denna kropp är det olika lemmar och en lem kan inte utföra exakt samma tjänst som en annan... Trots detta är alla dessa organ nödvändiga för den fullkomliga helheten och arbetar i en skön harmoni med varandra. Händerna har sina uppgifter och fötterna har sina. En skall inte säga till den andre: ”Du är mindre värd än jag.” Händerna skall inte säga till fötterna,

”Vi har ingen användning för er”, utan alla är förenade i kroppen för att göra sin speciella uppgift och alla borde mötas av samma respekt, eftersom de bidrar till den fullkomliga helhetens välbefinnande och nytta. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidan 128 (1876).

Den harmoniska Utvecklingen av både mentala och moraliska Förmågor – Sinnets vidareutveckling är en plikt vi har mot oss själva, mot samhället och mot Gud. Dock bör vi aldrig dana medel för intellektets uppodlande till förfång eller nackdel för moralen och anden. Och det är bara genom den harmoniska utvecklingen av både de mentala och de moraliska färdigheterna, som den högsta fulländningen av båda går att uppnå. – *The Review and Herald*, den 4. januari, 1881.

Brist på harmonisk Funktion för med sig Sjukdom – Det är bristfällig harmonisk funktion i mänskokroppen, som för med sig sjukdom. Fantasin kan skada kroppens övriga delar genom sitt stora inflytande. Alla delar av systemet måste verka i samklang. Kroppens skilda delar, i synnerhet de belägna på avstånd från hjärtat, bör förses med ohämmad blodcirkulation. Lemmarna spelar en viktig roll och bör ges tillräcklig uppmärksamhet. – *Special Testimonies, Serie B*, Nummer 15, sidan 18, den 3. april, 1900. (*Counsels on Health*, sidan 587.)

En lidande Förmåga skadar Helheten – Om en förmåga blir lidande, så att den ligger sovande eller kommer ur sin rätta kurs, blir inte Guds syfte genomfört. Alla förmågorna borde utvecklas väl. Omsorg skulle ge åt varje förmåga, för var och en har betydelse för de andra och alla måste uppövas för att sinnet skall bli välbalanserat.

Om ett eller två organ uppövas och används hela tiden, eftersom era barn har valt att stärka sinnet inom ett område och försumma andra mentala krafter, kommer de att mogna med obalanserade sinnen och oharmoniska karaktärer. De kommer att bli skickliga och starka på ett område men vara undermåliga på andra områden som är precis lika viktiga. De kommer inte bli dugliga män och kvinnor. Deras brister kommer att vara tydliga och de kommer att vanpryda hela karaktären. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidan 26 (1872).

När predikanter, lärares och studerandes sinnen ständigt upptas av studier är de intellektuellt och psykiskt hårt ansträngda, medan de fysiskt är inaktiva. De mentala organen slits och överansträngs, medan musklerna förlorar sin vigör på grund av brist på arbete. Det finns ingen orsak

till att inte öva musklerna genom fysiskt arbete, därför att ansträngning tycks vara besvärlig. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidan 490 (1875).

Varning mot Överansträngning – Kom ihåg, att människan måste bevara sin gudagivna talang intelligensen, genom att hålla det kroppsliga maskineriet i harmonisk funktion. Daglig motion är nödvändig för bestående hälsa. Det är inte arbete, utan överansträngning och frånvaron av stunder för vila, som bryter ned folk och äventyrar livskrafterna. De, som överanstränger sig, når snart en punkt, där de anstränger sig förgäves.

Arbetet, som utförs åt Herren, utförs med glädje och mod. Gud önskar, att vi uppvisar ande och liv samt hopp under arbetet. Tankearbetare bör ge noga akt på varje del av det mänskliga maskineriet, och använda delarna lika mycket. Om kroppslig och mental ansträngning kombineras på ett klokt sätt, förblir hela personen i ett skick, som gör honom godtagbar för Gud...

Ta med Dig hopp, mod och vänlighet till dagens uppgifter. Överansträng Dig inte. Hellre låta några av de saker, som har planerats för dagens arbete, förbli ojorda, i stället för att köra slut på sig själv och bli utmattad, varigenom man förlorar modet, som krävs för utförandet av morgondagens uppgifter. Överträd inte i dag naturens lagar, så att Du inte förlorar kraften under morgondagen. – *Brev 102*, 1903.

Råd till en, som gjorde sig skyldig till språkliga Överdrifter – Utifrån ljuset, som Gud har gett mig, förstår jag, att Du håller på att bli andligt deformerad. I stället för, att på ett felfritt sätt ge prov på sunda principer och riktiga vanor, anammar Du uppfattningar och grundsatser, vilka kommer att utestänga Dig och alla, som tar till sig denna anda, från de himmelska salarna. Ditt sinne håller på att bli deformerat på grund av sättet, som Du behandlar det på. Jag vädjar till Dig om en fullständig förändring på den här punkten. Undvik alla språkliga överdrifter, ty de ödelägger sinnets samklang.

Kroppen kräver omsorgsfull vård, för att hållas frisk. Likaså behöver sinnet hållas i strama tyglar, för att inte bli för starkt inom vissa områden och svagt inom andra. Eftersom dessa känsliga organ inte går att se, så att Du blir varse den skada Du åsamkar Dina intellektuella krafter och deras behov av reglering, är Du omedveten om den skada Du bibringar dem. Du hyser osunda tankegångar, och tvingar sinnet till, att underordna sig dessa tankegångar.

Det sätt, varpå Du missköter Ditt mentala maskineri, sliter ut det. Men Du inser inte den skada, som blir gjord. Förr eller senare kommer Dina vänner att bli varse den farliga riktning, som Dina tankar och gärningar har tagit. Magen avlägger sina vittnesbörd om sinnets agerande. Ett liksidigt och väldisciplinerat sinne skulle innebära bättre matsmältning. – *Brev 29*, 1897.

Harmoni kommer sig av gemensamma Ansträngningar (råd till en äkta man) – Vi kan inte ha samma sinnelag allesammans och inte heller ha samma tankar och idéer, men en skall vara till nytta och välsignelse för den andre, så att när en lider brist, kan en annan fylla hans behov. Du har vissa brister i din karaktär och naturliga tendenser som gör att du har behov av att komma i kontakt med människor som tänker annorlunda än du, så att du själv kan finna rätt balans i ditt eget tänkande. I stället för att endast ägna dig åt att kontrollera borde du rådgöra med din hustru så att ni kunde fatta gemensamma beslut. Du uppmuntrar inte till självständiga ansträngningar från din familjs sida, utan om dina särskilda anvisningar inte genomförs samvetsgrant, finner du alltför ofta fel hos den skyldige. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidan 128 (1876).

Lägre Krafterna skall behärskas – ”vi är Guds medarbetare” (Första Korintierbrevet 3:9). Människan skall arbeta med fruktan och bävan på sin frälsning; ty det är Gud, som verkar i henne, både vilja och gärning, för att hans goda vilja skall ske {se Filipperbrevet 2:12-13}. Gud skänker människan fysiska och mentala krafter. Inga av dessa är överflödiga. Ingen enda en av dessa skall missbrukas. De lägre krafterna skall styras av de högre. – *Brev 139*, 1898.

Kroppens och Sinnets Hälsa – Daniels liv är en inspirerad bild på, vad som utgör ett helgat sinnelag. Det utgör en lärdom för alla, och i synnerhet för de unga. Sträng lydnad för Guds krav gynnar kroppens och sinnets hälsa.

För att uppnå bästa möjliga moral och intellektuella färdigheter, behöver man söka vishet och starkhet från Gud och iaktta sträng återhållsamhet inom livets samtliga områden. Daniel och hans vänners erfarenhet utgör ett exempel på principfasthetens seger över frestelsen, att ge efter för aptiten. Den visar oss, att med hjälp av religionens rättesnören kan ynglingar besegra köttets lustar och bevara trofastheten mot Guds krav, fastän det innebar en stor försakelse för dem. – *The Review and Herald*, den 25. januari, 1881. (*Hängiven Herren*, sidan 23.)

Ett hälsosamt Liv gynnar Karaktärens Fulländning – Ett rent, hälsosamt liv är synnerligen gynnsamt för fullkommandet av en kristen karaktär och för utvecklandet av sinnets och kroppens krafter. – *The Review and Herald*, den 1. december, 1896. (*Counsels on Health*, sidan 41.)

Intellekt, Senior och Muskler skall verka i Samklang – Genom att verkligen använda våra krafter fullt ut görande de bästa sysslor, genom att hålla varje organ friskt, genom att således hålla hela organismen i skick, så att sinne, senior och muskler verkar i samklang, kommer vi att utträta den tjänst, som Gud sätter störst värde på. – *The Youth's Instructor*, den 7. april, 1898.

Lycka är Frukten av alla Krafterns harmoniska Handlande – De, som tjänar Gud i uppriktighet och sanning, är ett säreget folk, åtskilda från världen. De lagar sin mat, inte för att stå till tjänst åt frosseri eller en förvänd smak, utan för att åt sig själva säkra mesta möjliga kroppsliga styrka, och härigenom bästa möjliga mentala tillstånd...

Vår himmelske Fader har försett oss med hälsoreformens stora välsignelse, för att vi skall förhärliga Honom, genom att tillmötesgå Hans fordringar... Den harmoniska, hälsosamma funktionen hos kroppens och sinnets samlade krafter utmynnar i lycka; ju mera upphöjda och förfinade krafter, desto ljuvligare och oförfalskad lycka. – *The Review and Herald*, den 29. juli, 1884. (*Counsels on Health*, sidorna 50-51.)

Fröjdens Inverkan – Guds folk har många läxor att lära sig. De uppnår fulländad frid, om de koncentrerar sig på Honom, som är för klok, för att missta Sig och för god, för att skada dem. Det är meningen, att de skall uppfånga glansen från Guds leende, och återge den till andra. Det är meningen, att de skall se, hur mycket solsken de kan sprida över omgivningens liv. De skall hålla sig nära Kristus, ja, så nära, att de delar Hans tron i egenskap av Hans små barn, i ljuvlig, okränkbar enighet. De får aldrig glömma, att i och med att de tar emot tillgivenhet och kärlek från Gud, står de under den heligaste plikt, att ingjuta denna i andra. På så vis kan de utöva ett inflytande i form av fröjdande, vilket kommer att välsigna alla, som kommer inom dess räckvidd, varvid dessas stig blir upplyst. – *Brev 40*, 1903. (*Medical Ministry*, sidan 45).

Kroppen inverkar på Sinnet

Nära Samband mellan Sinne och Kropp – Sinnet och kroppen är nära förenade med varandra, och för att kunna uppnå den högsta grad av sedlig och andlig utveckling, måste man iaktta de lagar, som behärskar vår fysiska tillvaro. – *Patriarker och Profeter*, sidan 601 (1890).

Mental Ansträngning påverkas av Kroppens Vigör – Vi bör försöka, att vidmakthålla alla våra krafter vigör, för att kunna fullborda det arbete, som väntar på oss. Allt, som försvårar kroppens vigör, försvagar sinnets ansträngning. Alltså bör varje vana, som inverkar menligt på kroppens hälsa, resolut undvikas.

Den store aposteln säger: ”jag tuktar min kropp och kuvar den, för att jag inte skall predika för andra och själv inte hålla provet.” Vi kan inte upprätthålla vår hängivenhet för Gud, samtidigt som vi skadar hälsan, genom att medvetet ge efter för en felaktig vana. Självförnekelse är ett av villkoren för, att inte bara få tjäna Kristus, utan för att fortsätta med det. Kristus tillkännagav Själv, i entydiga ordalag, villkoren för lärjungaskap: ”Om någon vill följa mig, skall han förneka sig själv och ta sitt kors på sig och följa mig.” {Första Korintierbrevet 9:27, *Reformations-Bibeln*; Matteusevangeliet 16:24.}

Men hur många bekännande kristna är inte ovilliga, att utöva självförnekelse ens för Kristi skull! Hur ofta är inte kärleken till någon fördärvlig synd starkare, än önskan om ett sunt sinne i en frisk kropp! Dyrbara prøvotimmar försvinner, gudagivna medel slösas bort, för att glädja ögat, eller tillfredsställa aptiten. Seder och bruk håller tusenden som slavar under det jordiska och sinnliga. Många är villiga fångar; de önskar sig inget hellre. – *The Signs of the Times*, den 1. juni, 1882.

Förmågan, att skilja mellan Rätt och Fel – Allt som sätter ned den fysiska styrkan försvagar sinnet och minskar våra möjligheter att skilja mellan rätt och fel. – *Såningsmannen*, sidan 283 (1900).

Fula Ovanor medför förvrängda Uppfattningar – Broder _____, Dina tankar kretsar kring Dig själv. Du betraktar mycket i ett förvrängt ljus. Du är misstänksam av Dig, Du misstror och är elakt inställd, och Du skönjer alltid ondo. Du tror, att alla är ute efter Din ofärd. Många av Dina prövningar har sitt upphov i Ditt eget sinne. Du får det ofta att låta, som om de

andra är ute efter, att snärja Dig, vilket är så långt ifrån sanningen, som Du kan komma. Du åsamkar Dig själv den största skada med Din galna inställning.

Du själv är Din värste fiende. Dina felaktiga vanor orsakar obalans i blodomloppet och dess flöde till hjärnan, och sedan ser Du allt i fel belysning. Du är hastig av Dig och väldigt temperamentsfull, och Du har inte uppodlat Din självbehärskning. I Dina ögon är Din vilja och Dina vägval det rätta. Men med mindre Du upptäcker brister i Din karaktär och tvättar Din skrud och gör den vit i Lammets blod, kommer Du förvisso att gå miste om evigt liv. Du älskar läran om sanningen, men Du låter den inte helga Ditt leverne. Till vardags utövar Du inte principerna hos sanningen Du bekänner Dig till. – *Brev 27*, 1872.

Kroppsliga Vanor påverkar Hjärnan – Hjärnan är kroppens citadell. Osunda kroppsliga vanor påverkar hjärnan och hindrar studenterna från, att uppnå det de önskar – god mental disciplin. Om de unga inte lär sig konsten, att sköta om både kroppen och sinnet, blir de inga framgångsrika studenter. Studerandet är inte huvudorsaken till de mentala krafternas sammanbrott. Huvudorsaken är olämplig kost, oregelbundna måltider, brist på motion och nonchalans inom hälsans övriga områden. När vi gör vårt yttersta, för att bevara hälsan, då kan vi i tro be Gud om, att välsigna våra ansträngningar. – *Counsels to Parents, Teachers, and Students*, sidan 299 (1913).

Petrus och Sambandet Kropp-Sinne – Aposteln Petrus förstod förhållandet mellan sinnet och kroppen och höjde därför rösten i förmaning till sina bröder: ”Mina älskade, jag uppmanar er som främlingar och gäster att hålla er borta från de köttsliga begären som för krig mot själen” (Första Petrusbrevet 2:11). Många menar, att texten endast höjer ett varningens finger mot löst leverne; men betydelsen är mera omfattande, än så. Härmed förbjuds varje skadligt tillfredsställande av aptit eller lidelse. Varje förvrängd aptit blir ett köttsligt begär, som för krig mot själen. Aptiten gavs oss med goda avsikter, inte för att den skulle leda oss i döden, genom att bli förvänd, och härigenom urarta till ett av de ”köttsliga begär som för krig mot själen.” [Se nästa kapitel, ”Kosthållet och Sinnet”.] – *Christian Temperance and Bible Hygiene*, sidorna 53-54, 1890. (*Counsels on Diet and Foods*, sidorna 166-167.)

Missbruk av Kroppens Krafter bringar Nervsystemet ur Jämvt – Genom att missbruka våra fysiska krafter förkortas den tid som våra liv skulle kunna användas till Herrens ära. Det gör oss oförmögna att utföra det verk som Gud har satt oss att fullgöra. Genom att tillåta oss dåliga vanor, som t ex att ha sena vanor, låta matlusten styra på bekostnad av vårt välbefinnande, lägger vi grunden till dålig hälsa. Likadant blir det om vi försummar nödvändigt motionerande eller när vi går till överdrift i arbetet. Om vi inte motionerar regelbundet hamnar vårt nervsystem i obalans.

De som på det sättet förkortar sina liv och gör sig själva odugliga att tjäna genom att åsidosätta naturlagarna, är skyldiga till stöld från Gud och även från sina medmänniskor. Genom sina egna gärningar har de gjort sig själva oförmögna att utföra det välsignande verket för andra här i världen, vilket Gud har sänt dem till. De har till och med diskvalificerat sig för det som de kunnat klara av under en kort tid. Herren håller oss ansvariga när vi med våra skadliga vanor berövar världen det goda. – *Såningsmannen*, sidan 283 (1900).

Lathet försvagar Hjärnans Kraft – Orsaken till att unga har så liten hjärn- och muskelkraft är att de inte utför så mycket nyttigt arbete. ”Se, detta var din syster Sodoms synd: Högmod, överflöd av mat och bekymmerslös säkerhet utmärkte henne och hennes döttrar. Och hon hjälpte inte den nödställda och fattige. De blev högmodiga och gjorde sådant som var vidrigt för mig. Därför försköt jag dem, när jag såg detta.” (Hes. 16:49-50) – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidan 96 (1876).

Kroppsarbete låter Sinnet slappna av – Hela systemet är i behov av det upplivande inflytandet av kroppsövningar i fria luften. Några timmars kroppsarbete varje dag skulle bidra såväl till kroppskrafternas förnyande som till sinnets uppfriskande. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidorna 264-265 (1896).

Bad vederkvicker Kropp och Sinne – Vare sig en person är sjuk eller mår bra, är andningen mera fri och lätt om man badar regelbundet. Badningen medför att musklerna blir rörligare, sinnet och kroppen stärks i lika grad, förståndet är klarare, varje förmåga blir livligare och nerverna lugnas ner. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidan 70 (1872).

Vila kontra stimulerande Medel – Felaktiga kroppsliga vanor skadar hjärnan, varvid hela

systemet spårar ur. Försök går att göra, för att stötta de trötta nerverna, genom att inta stimulerande medel, men därmed undanröjs inte svårigheten.

Såvida inte en grundlig förändring inträffar, såvida inte förståndet får råda och personen inser behovet av vila och inte stimulerande medel åt hjärnan, förlorar vederbörande självbehärskningen och vanäras Guds sak. – *Brev 205*, 1904.

När Sinnet får skön Ro – Vi bör ägna större tid åt ödmjuk, allvarligt menad bön till Gud om visdom, för att uppfostra våra barn i Herrens tukt och förmaning. Sinnets välbefinnande beror på kroppens hälsa. I egenskap av kristna föräldrar, åligger det oss, att fostra våra barn med avseende på livets lagar...

I Kristus erhåller de ... styrka och hopp, och blir inte störda av rastlös längtan efter något, som skall skingra tankarna och göra hjärtat glatt. De har funnit den Kostbara Pärlan, varigenom sinnet finner ro. Deras nöjen är av det rena, fridfulla, upphöjda, himmelska slaget. De lider ej av smärtsamma minnen, eller ånger. Sådana nöjen varken äventyrar hälsan eller förlamar sinnet, utan är av den hälsosamma typen...

Himmelens invånare är fullkomliga, eftersom Guds vilja är deras fröjd och ytterliga förtjusning. – *Appeal to Mothers*, sidorna 20-27 (1864).

Kosthållet och Sinnet

Hjärnan måste vara frisk – Hjärnan är sinnets organ och redskap, den behärskar hela kroppen. För att övriga delar av organismen skall vara friska, måste hjärnan vara frisk. Och för att hjärnan skall vara frisk, måste blodet vara rent. Om blodet hålls rent genom sunda mat- och dryckesvanor, mottar hjärnan tillräckligt med näring. – (*Special Testimonies, Serie B*, Nummer 15, sidan 18, den 13. april, 1900. (*Counsels on Health*, sidorna 586-587.)

Hjärnan är försedd med Liv och Kraft – Den mänskliga organismen är ett förunderligt maskineri, men detta går att missbruka. Förvandlingen av föda till nyttigt blod, är en fantastisk process, och varje människa borde sätta sig in häri...

Varje organ i kroppen tar till sig näring, för att hålla sina ingående delar i aktion. Hjärnan måste

tillhandahållas sin andel, benstommen sin. Den store Mästerbyggaren håller hela tiden på med, att nära varje muskel och kroppsvävnad, från hjärnan till spetsarna på fingrarna och tårna, med liv och starkhet. – *Brev 17*, 1895.

Följden av, att överträda Naturlagarna – Gud har gett sitt folk ett stort ljus, men det innebär inte att vi är utom räckhåll för frestelser... Han är en sjukling, tydligen mycket samvetsgrann, men samtidigt fanatisk och självbelåten som öppet erkänner sin ringaktning för de livets och hälsans lagar, som gudomlig nåd har lett oss som ett folk att ta emot. Hans kost måste tillredas så att den tillfredsställer hans förvända smak. Hellre än att sätta sig vid ett bord med hälsosam kost äter han på restauranger, för att han där obehindrat kan tillfredsställa sin aptit. Samtidigt som han skickligt förespråkar återhållsamhet, ringaktar han dess grundläggande lagar. Han önskar lindring men inte till priset av självförnekelse.

Den mannen tillber vid den förvända aptitens altare. De krafter som, helgade och förädlade, skulle ha brukats i Guds tjänst, försvagas och är till liten nytta. Irritation, virrighet och depression är några av följderna när man inte följer naturens lagar. Man är utan energi och opålitlig. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidorna 196-197 (1882).

Nära Samband mellan Ätandet och Sinnet – I samband med Petrus' maning till oss, att vi skall lägga till "självbehärskningen uthållighet" {Andra Petrusbrevet 1:6}, syftade jag på [under ett tal] hälsoreformens välsignelser, liksom på fördelarna, som uppnås genom bruket av riktiga kombinationer av enkla, näringsrika födoämnen. Jag nämnde det nära sambandet mellan ätande och drickande och ens sinnestillstånd samt temperament. Vi har ej råd med, att lägga oss till med dåligt humör genom felaktiga livsvanor. – *The Review and Herald*, den 12. juli, 1906.

Eftergift för Aptiten är den största Orsaken till den mentala Kraftlösheten – Eftergift för aptiten är den största orsaken till den fysiska och mentala kraftlösheten, och är själva grunden till den svaghet som är så tydlig överallt. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidan 487 (1875).

Opassande Kosthåll gör Sinnet förvirrat – Vi skulle inte laga en dyrare mat för sabbaten eller en större variation av maträtter än under de andra dagarna. Snarare skulle kosten vara mycket enkel och man skulle äta mindre, så att sinnet kan förbli klart och kraftfyllt för att kunna fatta andliga ting.

Övermättnad beslöjar hjärnan. Vi kan lyssna till de mest dyrbara ord och ändå inte uppskatta dem på grund av att sinnet är avtrubbade av en felaktig kost. Genom att äta för mycket på sabbaten har många gjort mer än de tror för att vanhedra Gud. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 6, sidan 357 (1900).

Genom Aptiten styr Satan över Sinnet – Genom aptiten kontrollerar Satan sinnet och hela personen. Tusenden, som kunde ha levat, har lagts i graven som fysiska, mentala och moraliska vrak, därför att de har offrat alla sina krafter på aptitens altare. – *Christian Temperance and Bible Hygiene*, sidan 37, 1890. (*Counsels on Diet and Foods*, sidan 167.)

Matsmältningsorganen påverkar Livslyckan – Matsmältningsorganen spelar viktig roll för vår livslycka. Gud har försett oss med intelligens, för att vi skall kunna lära oss, vad vi bör använda som föda. Borde vi inte, som förnuftiga män och kvinnor, finna ut, om maten vi stoppar i oss, är den riktiga, eller om den blir vår baneman? Folk med sur mage är ofta sura till personligheten. Ingenting tycks passa dem, och de är ofta retliga och lättirriterade. Om vi eftersträvar frid i våra led, borde vi ägna djupare tanke åt konsten, att säkra en lugn mage. – *Manuskript 41*, 1908. (*Counsels on Diet and Foods*, sidan 112.)

Intellektets Vigör hänger på Kroppens Hälsa (råd till skribenter och pastorer) – Lyd principerna för hälsoreformen och lär andra detsamma. Sinnets hälsa beror i mycket på kroppens hälsa, och kroppens hälsa hänger på sättet, varpå det levande maskineriet behandlas. Ät bara den mat, som håller magen i bästa möjliga form.

Du behöver lära Dig i allt konsten, att gynna Dig själv genom kosten. Ordna arbetet så, att Du intar Dina mål vid regelbundna tidpunkter. Du måste vara särskilt noggrann på den här punkten. Kom ihåg, att ett liv i Jesu efterföljd kräver mycken självbehärskning. – *Brev 297*, 1904.

Oregelbundna Timmar och Nonchalans inför Hälsans Lagar – Sinnet töms inte på kraft och bryter samman så ofta beroende på ihärdigt tankearbete eller hårt studerande, som på grund av intagandet av otjänlig föda på otjänliga tidpunkter, liksom på nonchalerandet av hälsans lagar... Oregelbundna tider för mat och sömn gör hjärnan trött. Aposteln Paulus tillkännager, att den, som vill uppnå en hög nivå av gudaktighet, måste vara återhållsam i alla saker. Mat, dryck och klädsel inverkar alla direkt på vårt andliga

framåtskridande. – *The Youth's Instructor*, den 31. Maj, 1894.

För mycket Mat i Magen gör Sinnet svagt – Vi måste vara på vår vakt mot att äta för mycket, till och med av den mest hälsosamma mat. Naturen kan inte utnyttja mer än det som behövs för att bygga upp de olika organen i kroppen och överskottet belastar sedan systemet. Man tror att många som studerar har brutits ner av att de läst för mycket, men den verkliga orsaken är att de ätit för mycket. Om vi följer hälsolagarna rätt, finns det liten risk för att vi ska överanstränga oss intellektuellt. Men i många fall av så kallat intellektuellt misslyckande är det för mycket mat i magen som trötat ut kroppen och försvagat tankarna. – *Vägen till Mognad*, sidan 205 (1903).

Eftergivenhet gör Sinnets ädlare Funktioner trubbiga – Eftergivenhet för aptiten i form av för mycket ätande, är lika med frosseri. Den stora variation av födoämnen, som ofta intas under ett och samma mål, är tillräckligt, för att orsaka oro i magen och dåligt humör. Därför fordrar Gud, att varje person samarbetar med Honom, för att ingen skall överskrida gränsen, genom att äta för mycket, eller inmundiga opassande födoämnen. Denna eftergivenhet stärker de djuriska sidorna och avtrubbar sinnets ädlare funktioner. Hela personen halkar utför, och blir en träl under aptiten, genom att passa upp på och ge efter för sina förnedrande, sinnliga lidelser. – *Manuskript* 113, 1898.

Överintag av Mat orsakade Glömska och Minnesförlust (råd till en finsmakare) – Du är gourmet, när Du sitter till bords. Detta är en stor orsak till Din glömska och minnesförlust. Du yttrar sådant, som jag vet att Du har sagt, och sedan vänder Du på kuttingen och påstår, att Du uttalade något helt annat. Det kände jag till, men gick förbi saken som den säkra följderna av för mycket ätande. Till vilken nytta skulle det vara, att ta upp ämnet? Därmed skulle inte det onda avlägsnas. – *Brev* 17, 1895. (*Counsels on Diet and Foods*, sidan 138.)

Omåttlighet i Mat och Dryck avtrubbar Känslornas Rörlighet [Se *Counsels on Diet and Foods*, sidorna 131-142, "Overeating" {"Omåttlighet i Mat"}.] – Omåttlighet i mat och dryck, även av sund mat, har ett nedbrytande inflytande på hela kroppen och avtrubbar vårt intellekts och våra känslors rörlighet. Strikt återhållsamhet; att äta och dricka är i högsta grad nödvändig för att bevara hälsan och för att hålla kroppens alla funktioner vid god vigör.

Strikta vanor, kombinerade med muskelövningar och sinnets träning, kommer att bevara både den mentala och fysiska kraften, och ge uthållighet åt dem som är engagerade i predikotjänsten, redaktörstjänsten och alla andra som har stillasittande arbeten. Med tanke på vår bekännelse av hälsoreformen, äter vi alltför mycket. Eftergift för aptiten är den största orsaken till den fysiska och mentala kraftlösheten, och är själva grunden till den svaghet som är så tydlig överallt. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidan 487 (1875).

Begränsa de olika Inslagen av Föda – Vi måste ta väl hand om matsmältningsapparaten och inte tvinga många olika sorters mat på magen. Den, som stoppar i sig alla möjliga sorters föda under samma mål, skadar sig själv. Det är viktigare, att vi äter det, som vi mår gott av, än att vi smakar på varje anrättning, som må ställas fram inför oss. Det finns ingen lucka på magen, som låter oss se, vad som sker där; alltså måste vi använda sinnet, och resonera oss fram från orsak till verkan. I fall Du är alldeles i olag, och allt vill gå fel, kanhända det beror på, att Du lider följderna av, att ha ätit för varierad mat. – *Manuskript* 41, 1908. (*Counsels on Diet and Foods*, sidorna 111-112.)

Guds Plan för oss – Gud önskar, att vi – genom sträng måttfullhet – skall hålla tankarna klara och rediga, så att vi kan skilja mellan det heliga och det simpla. Vi bör eftersträva, att komma underfund om vetenskapen rörande Guds makalösa förbarmande och välvilja. De, som stannar för länge vid matbordet och de, som äter ohälsosam föda, drar svårigheter över sig själva, varigenom de diskvalificerar sig som Guds tjänare. Köttätande är farligt, ty djuren lider av många dödliga sjukdomar. De, som envisas med ätandet av djurs kött, offerar sin andlighet till en förvrängd aptit. Deras kroppar blir fulla av sjukdom. – *Manuskript* 66, 1901.

Sinnets Krafter avtar genom vanemässigt Köttätande – De intellektuella, moraliska och fysiska krafterna försvagas genom vanemässigt köttätande. Köttätandet rubbar ämnesomsättningen, fördunklar intellektet och förslöar den moraliska känsligheten. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidan 64 (1900).

Kött i Kosten förslöar Intellektets Förmågor – Vi består av det vi äter, och flitigt köttätande drabbar sinnesförmögenheterna. Eleverna skulle bli långt mera framgångsrika i sitt studerande, om de aldrig smakade kött. När det djuriska hos människan stärks genom köttätande, minskar de intellektuella krafterna i förhållande härtill.

Livet som troende blir strålande, om man försakar kött, ty kött i kosthåll stimulerar intensiva aktiviteter, lustfyllda böjelser och försvagar den moraliska och andliga naturen. "Köttet ... [krigar] emot Anden och Anden... emot köttet" (Galaterbrevet 5:17).

Vi behöver verkligen uppmuntra till och uppodla rena, tuktiga tankar och stärka de moraliska krafterna, i stället för de lägre och köttliga krafterna. Gud hjälpe oss till, att vakna upp ur våra bortklemade aptiter! – *Brev 72*, 1896. (*Medical Ministry*, sidorna 277-278).

Köttätande och Personens Läggnings – Allmänt sett, höll inte Herren Sitt folk med köttmat i ödemarken, därför att Han visste om, att ett dylikt kosthåll skulle föra med sig sjukdom och uppror. För att rätta till deras läggning och sätta igång de högre krafterna i deras sinnen, undanhöll Han dem köttet från döda djur. – *Manuskript 38*, 1898. (*Counsels on Diet and Foods*, sidan 375.)

Följderna av, att äta Griskött – Det är inte endast kroppens hälsa, som skadas av ätandet av svinkött. Även sinnet drabbas och dess fina uppfattningsförmåga trubbas av genom bruket av detta feta födoämne. – *Healthful Living*, sidan 58, 1865 (Del 1). (*Counsels on Diet and Foods*, sidan 393.)

Oklok Ätare diskvalificerad som Rådgivare – Socker är olämpligt för magen. Det orsakar jäsning, varigenom hjärnan omtöcknas och retlighet väcks. Därutöver har det bevisats, att två mål mat är bättre för organismen, än tre. [Se *Counsels on Diet and Foods*, "Number of Meals" {"Antalet Mål Mat"}], sidorna 173-178.]

Så synd, att ofta när den mest omfattande självförnekelse borde visas, belastas magen med en massa ohälsosam mat, som blir liggande i den och ruttnar. Den stackars magens tillstånd sprider sig till hjärnan. Den okloke ätaren inser icke, att han gör sig olämplig som rådgivare och planläggare för Guds verks säkra framåtskridande. Men så är det. Han urskiljer inte andliga ting, och under rådsmöten säger han nej, när han borde säga ja och amen. Hans förslag missar målet med råge. Maten han har ätit, har förlamat hjärnans förmåga.

Själveftergivenhet hindrar personen från, att vittna för sanningen. Vår tacksamhet gentemot Gud för Hans välsignelser påverkas storligen av maten vi tar i munnen. Eftergivenhet för aptiten orsakar osämja, strid, bråk och mycket annat ont. Otåliga ord yttras och ovänliga handlingar utförs, oärliga göranden inträffar och lidelser kommer i

dagen – och allt detta därför att hjärnans nerver har sjuknat in på grund av den misshandel, som magen har utsatts för. – *Manuskript 93*, 1901.

Kaffe inverkar på de mentala och moraliska Krafterna – Kaffedrickande är en skadlig njutning. Härigenom känner intellektet sig tillfälligt uppiggat, ... men på det följer utmattning, nedbrytning, förlamning av de mentala, moraliska och kroppsliga krafterna. Sinnet görs kraftlöst, och med mindre vanan betvingas genom helhjärtad ansträngning, försvagas hjärnans funktion för gott. – *Christian Temperance and Bible Hygiene*, sidan 34, 1890. (*Counsels on Diet and Foods*, sidan 421.)

Felaktigt Ätande leder till felaktigt Tänkande – Kroppens hälsa måste betraktas som någonting av väsentlig betydelse för tillväxt i nåden och för tillägnet av ett balanserat temperament. Om magen inte sköts på rätt sätt kommer vi att hindras i att bygga upp ett rättrådigt, moraliskt livsmönster. Hjärnan och nerverna står i intimt samband med magen. Felaktiga mat- och dryckesvanor resulterar i felaktigt tänkande och handlande. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 9, sidan 160 (1909).

Uppskattningen av Frälsningen minskar – När vi följer en kurs, som hämmar vår mentala och fysiska vigör – i mat, dryck, eller genom någon av våra vanor – vanäras vi Gud, ty vi berövar Honom den tjänst Han fordrar av oss. När vi låter aptiten styra på bekostnad av hälsan, eller när vi ger efter för vanor, som sänker vår vitalitet och mentala vigör, kan vi ej hysa en hög uppskattning av frälsningen och en riktig uppfattning om eviga angelägenheter. När våra sinnen är höljda i dimma och delvis förlamade av sjukdom, faller vi lätt för Satans frestelser. – *Brev 27*, 1872.

För mycket Grubblande på Mat – Att skriva ut ett recept på den exakta mängd mat, som bör ätas, låter sig inte göras. Det är heller inte tillrådligt, att göra så, ty därigenom skulle läsaren bara bli självupptagen. För mycket tänkande ägnas åt mat och dryck. De, som inte vill göra en gud av magen, vaktar noga aptiten. De intar enkel, närande föda... De äter långsamt och tuggar väl. Efter måltiden skakar de ned maten med en promenad ute i friska luften. Vederbörande behöver aldrig grubbla över, huruvida de har intagit de exakt rätta mängderna föda.

Det är många, som har varit nedtyngda av tanken på sitt ansvar för, att de skall inta rätt mängd och kvalitet av mat, för att bäst gynna organismen. Vissa, i synnerhet sådana, som lider av dålig

matsmältning, har till den grad oroat sig över innehållet på tallriken, att de inte har ätit nog, för att nära organismen. Därmed har de allvarligt skadat huset de bor i och, fruktar vi, gjort sig själva odugliga för detta liv. – *Brev 142*, 1900.

Ät enligt Ditt klaraste Omdöme, släpp sedan Saken – En del oroar sig ständigt för att deras mat skall skada dem, oavsett hur hälsosam och enkel den är. Till dem vill jag säga: Tro inte att din mat skall skada dig, tänk inte på det överhuvudtaget. Ät det som du förstår är bäst, och när du har bett Gud att han skall välsigna maten så att den stärker din kropp, tro då att han hör din bön, och vila i detta. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 275 (1905).

Omåttliga Personer kan inte vara tålmodiga – Det finns klara skäl till den stora förekomsten av nervösa kvinnor i världen, som klagar på dålig matsmältning, med tillhörande elände. Orsaken har följts av verkan. Det är omöjligt för omåttliga personer, att vara tålmodiga. De måste först sluta med sina fula ovanor, lära sig att leva hälsosamt, och sedan infinner tålmodet sig självt.

Många tycks inte inse förhållandet mellan sinnet och kroppen. Om systemet har sparat ur på grund av olämplig föda, påverkas hjärnan och nerverna, och minsta lilla sak retar då upp dem, som anfäktas härav. Små vanskligheter tornar upp sig likt mäktiga berg för dem. Personer i detta tillstånd duger därför inte till, att fostra sina barn. Deras liv kännetecknas av ytterligheter, ena gången är de högst eftergivna, andra gången väldigt stränga, och bestraffar för småsaker, som inte förtjänar någon notis. – *Healthful Living*, sidan 41, 1865 (Del 2). (*Selected Messages*, Band 2, sidan 434.)

Dålig Matsmältning medför Irritation – En mage, som dåligt smälter maten, medför irritation. En sur mage leder till ett surt temperament. Du måste tygla kroppen, för att den skall bli ett tempel för den Helige Ande att bo i... Ät sparsamt även av hälsosam mat. Motionera en del, så kommer solskenet in i livet. – *Brev 27*, 1872.

Ohälsosam Mat bedövar Samvetet – Vad gäller hälsoreformen, har vårt folk gått bakåt. Satan ser, att han inte lika lätt härskar över sinnena, när aptiten hålls under kontroll, som när den styr, och han är ständigt sysselsatt med, att förmå människorna till, att ge efter för den. Under inflytande från ohälsosam föda blir samvetet bedövat, sinnet förmörkat och dess känslighet för intryck försvagad...

Kommer vårt folk att se och erkänna, att aptitens förvrängning är synd? Kommer de att avstå från alla skadliga njutningar, och använda de härigenom insparade pengarna till spridande av sanningen? – *Manuskript 5*, 1875.

Vad Måttfullhet och Avhållsamhet innebär – Nykterhetsgrundsatserna måste utsträckas längre, än till blott avhållsamhet från spirituosa. Att bruka retande och osmältbar föda, är ofta lika skadligt för hälsan, och i många fall väcker det ett begär efter starka drycker. Den verkliga avhållsamheten består i, att man avstår helt och hållet från bruket av allting, som är skadligt, och rätt nyttjar det, som är hälsosamt. Endast få personer fattar, som de borde, hur stort inflytande deras levnadsvanor har på deras hälsa och karaktär samt på deras verksamhet i denna värld och deras eviga öde. Aptiten bör alltid styras av de moraliska och andliga krafterna. Kroppen bör lyda sinnet och inte sinnet kroppen. – *Patriarker och Profeter*, sidan 562 (1890).

Sky Ytterligheter! – De som förstår hälsans lagar och som styrs av principer, kommer att hålla sig borta från ytterligheter, både i fråga om att vara alltför eftergiven och att vara alltför restriktiv. De väljer sin kost, inte bara för att tillfredsställa aptiten, utan för att bygga upp kroppen. De försöker bevara alla sina krafter i bästa skick för att de skall kunna tjäna Gud och människor på bästa sätt. Deras aptit står under förnufts och samvetets kontroll, och de belönas med kroppslig och mental hälsa. Fastän de inte framhåller sina ideér för andra på ett påträngande sätt, är deras exempel ett talande vittnesbörd för rätta principer. Dessa personer har ett stort inflytande för det goda. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 319 (1905).

Sinne och Hälsa

Sinnet styr över hela Människan – Sinnet kontrollerar hela människan. Alla våra handlingar, goda så väl som dåliga, har sitt källsprång i sinnet. Det är sinnet som tillber Gud, och allierar oss med himmelska väsen... Alla kroppens organ är sinnets tjänare, och nerverna är budbärarna, som överlämnar befallningar till alla delar av kroppen, varigenom den levande maskinens rörelser samordnas...

Harmoniska rörelser hos alla delar – hjärna, ben och muskler – är nödvändiga, för att människoorganismen skall utvecklas fullt ut och

hälsosamt. – *Special Testimonies On Education*, Nummer 33, omkring 1897. (*Grundsatser för Kristen Utbildning*, sidan 426.)

Elektrisk Kraft vederkvicker hela Organismen – Hjärnans elektriska kraft aktiveras av tankeverksamheten och ger liv åt hela systemet. Den är därför av ovärderlig hjälp för att att vi ska få motståndskraft mot sjukdomar. – *Vägen till Mognad*, sidan 197 (1903).

Få inser Sinnets Makt över Kroppen – Men få inser vilken makt sinnet har över kroppen. En stor del av den sjuklighet som plågar mänskligheten har sitt ursprung i sinnet och kan bara botas genom att sinnets hälsa återupprättas. Det är många fler än vi kan föreställa oss som är sjuka mentalt. Hjärtesorger ger många människor dålig matsmältning för mentala problem har en förlamande inverkan på matsmältningsorganen. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidan 184 (1872).

Offer för en sjuklig Fantasi – Sinnet behöver kontrolleras, för det har starkast inflytande på hälsan. Fantasin leder ofta fel och när den får lov, ger den upphov till stränga former av sjukdomar hos den som drabbats...

Den årstid, som mest bör fruktas av sådana som bor tillsammans med dessa invalider, är vintern. Det är faktiskt vinter, inte bara utomhus utan också inomhus, för dem som är tvungna att bo i samma hus och sova i samma rum. Dessa offer för en sjuklig inbillning stänger in sig själva och stänger fönstren, för luften påverkar deras lungor och deras huvuden. De inbillar sig något. De förväntar sig att bli förkylda. De blir också förkylda. Inga argument kan få dem att tro, att de inte förstår filosofin i det hela. ”Har de inte fått bevis för det?” lyder deras argument.

Det är sant att de har bevisat en sida av frågan – genom att hålla fast vid sin egen livsstil – och ändå blir de förkylda om de utsätts det allra minsta. Lika ömtåliga som små babys är, kan dessa inte tåla något. Trots detta går de vidare och fortsätter att stänga dörrar och fönster och hålla sig till kakelugnen och njuter av sitt lidande.

De har verkligen erfarenhet av att deras tillvägagångssätt inte är bra för dem utan har ökat deras problem. Varför vill inte sådana låta förnuftet påverka deras omdöme och styra deras fantasi? Varför inte då försöka handla tvärtom och på ett skonsamt sätt få fysisk motion och luft utomhus, i stället för att stanna inomhus dag efter dag, mer som en bunt torra saker än som en

levande varelse? – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidorna 523-525 (1870).

Sinnet försvårar Cirkulationen (råd till en räddhågad själ) – I fall Du i Din tankevärld är övertygad om, att ett bad skulle skada Dig, förmedlas det mentala intrycket till samtliga nerver i kroppen. Nerverna styr över blodets cirkulation; alltså stannar blodet, på grund av intrycket från sinnet, kvar i sina ådror, varigenom badets sunda verkningar går förlorade. Allt detta beror på, att blodet hindras av sinnet och viljan från, att flyta fritt och nå ytan, så att det kan stimulera, väcka och främja cirkulationen.

Du är, till exempel, övertygad om, att ett bad skulle göra Dig förkyld. Hjärnan sänder ut denna underrättelse till nerverna i kroppen, varvid blodkärlen – som måste lyda Din vilja – inte förmår, att utföra sin funktion och orsaka en reaktion efter badet. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidorna 69-70 (1872).

Frukten av ett håglöst, drömmande Sinne (råd till en ung kvinna) – Du har en sjuklig fantasi. Du har tänkt dig själv sjuk, men det har varit mer inbillning än verklighet. Du har varit osann mot dig själv. ... Du uppträder som en person utan ryggrad. Du lutade dig till hälften mot andra, vilket är en felaktig hållning för en dam i andras närhet. Ditt sinnestillstånd leder till lättja och till skräck för motion, samtidigt som detta skulle vara ditt bästa botemedel.

Du kommer aldrig att tillfriskna om du aldrig lägger bort detta likgiltiga, drömliknande sinnestillstånd och själv reser dig för att *göra något*, för att arbeta innan dagen är slut. Gör något, gör dig också föreställningar och planera. Vänd bort ditt sinne från romantiska planer. Du blandar din religion med en romantisk älskogs känsla, som inte upphöjer, utan förnedrar. Det är inte bara du själv som berörs. Andra skadas av ditt exempel och ditt inflytande. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidorna 248-249 (1869).

Hälsan offrad för Känsloernas Skull (råd till en bestämd kvinna) – Kära syster F, du har en sjuklig fantasi och du vanärar Gud genom att låta dina känslor helt få makten över ditt förstånd och din omdömesförmåga. Du har en bestämd vilja, som förorsakar, att sinnet påverkar kroppen, så att blodcirkulationen råkar i obalans och vissa organ blir överfyllda. Du offerar hälsan för dina känslors skull. – *Vittnesbörd för Församlingen*, 5, sidan 310 (1873).

Mentalsjukdom på Grund av ohelgade Tungor (anmärkningar om en direktörs hustru frånfalle) – Syster _____ var så nedtyngd av sorg, att hon förlorade förståndet. Jag undrar: Vem kommer, på domens dag, att hållas ansvarig för, att ha släckt ljuset hos det sinne, som borde ha strålat i dag? Vem kommer, på Guds stora dag, att utpekas som skyldig för det verk, som orsakade lidandet ledande till denna sjukdom? Hon led i månader, och maken led med henne. Och nu är den arma kvinnan borta, efterlämnande två moderlösa barn. Allt detta beroende på det verk, som ohelgade tungor har utträttat. – *Manuskript 54, 1904.*

Överansträngt Intellekt inverkar menligt på Hälsan – Bröder har investerat pengar i patenträttigheter och andra företag och har förmått andra att engagera sig, som inte kunde bära de bekymmer och besvär som sådana affärer för med sig. Deras ängsliga och överansträngda sinnen får en allvarlig påverkan på deras redan sjuka kroppar, och så ger de upp, vilket gör dem ännu mer förtvivlade. De tappar all tro på sig själva och tror att Gud har övergett dem, och de vågar inte tro att han vill vara nådig emot dem. – *Vittnesbörd för Församlingen, Band 1, sidorna 304-305 (1862).*

Mental Aktivitet ger Hälsa – Gud önskar, att Hans utsedda tjänare skall vara goda förkunnare, och för att det skall ske, måste de vara flitiga studenter... Ihärdiga vanor, ett fast grepp från ovan, gör dem passande för deras ställning som Kristi evangeliums tjänare. Mental aktivitet ger hälsa, och detta överglänsar en trög, vimsig, ofostrad hjärna. Många blir värdelösa som pastorer med tilltagande ålder... Hade de ansträngt sinnet, skulle de ha burit frukt på äldre dagar. – *Brev 33, 1886.*

Hjärnans elektriska Kraft står emot Sjukdom – Intellektuella människor anstränger förståndet för hårt. De slösar ofta med sina mentala krafter, medan det finns en annan grupp vars högsta mål i livet är fysiskt arbete. Den senare gruppen tränar inte förståndet. Deras muskler tränas medan hjärnan berövas intellektuell styrka, på samma sätt som tänkande människors förstånd arbetar medan deras kroppar berövas styrka och spänst eftersom de försummar att träna musklerna...

Deras goda inverkan kommer att bli liten i jämförelse med vad den kunde vara om de ville använda hjärnan lika mycket som musklerna. Denna grupp insjuknar lättare om de angrips av sjukdom. Kroppen vitaliseras av hjärnans

elektriska kraft så den kan motstå sjukdom. – *Vittnesbörd för Församlingen, Band 3, sidan 157 (1872).*

Missnöje och Grämelse leder till Sjukdom – Det som leder till sjukdom både till kropp och sinne för nästan alla, är otillfredsställda känslor och missnöjd grämelse. De har inte Gud och de har inte det hopp som når innanför förlåten, till det som är ett själens ankare, både tryggt och säkert. Alla som äger detta hopp renar sig, såsom Han är ren. Sådana personer är fria från rastlös längtan, klagan och missnöje. De letar inte ständigt efter det som är ont och grubblar inte över lånade bekymmer. Men vi ser många som tar ut sina bekymmer i förtid. Hela deras varelse präglas av oro. De verkar inte finna någon tröst, utan väntar sig ständigt att något förskräckligt ont ska inträffa. – *Vittnesbörd för Församlingen, Band 1, sidan 566 (1867).*

Orolig Inställning skadlig för Hälsan (råd till en störd kvinna) – Herren känner kärlek till Dig, likaså omsorg, och även om maken inte alltid är hos Dig, har Du likväl förträffligt sällskap på egendomen, där Ert hus uppfördes. Känn inte oro; ty det underminerar hälsan. Du måste inse, att Du bär det yttersta ansvaret för tillståndet hos Ditt sinne.

Du har för lätt för, att gräva ned Dig. Din karaktär har alltid haft denna svaga sida. Därmed skadas Din kristna erfarenhet och detta smittar, i sin tur, av sig på Din mans erfarenhet.

Du grubblar för mycket. Syssla med det, som avleder tankarna från det egna jaget. Lär Dig, att uppskatta den storslagna gåvan till vår värld i form av Jesus Kristus. Då kan Du vänta Dig mycken frid och lättnad samt kärlek, vilka kommer att bidra till Din fullkomliga sinnesfrid. Varje troende skall vara iklädd Kristi rättfärdighet, och denna rättfärdighet talar starkare, än Abels blod. {Se Hebréerbrevet 12:24.} – *Brev 294, 1906.*

Oförmåga, att resonera vettigt – En elev kan använda alla sina krafter för att skaffa sig kunskap, men om han inte har en kunskap om Gud, om han inte lyder de lagar som hans egen kropp står under, kommer han att fördärva sig själv. Genom felaktiga vanor förlorar han förmågan att värdera sig själv, och han förlorar förmågan till självbehärskning. Han kan inte längre tänka klart när det gäller de ting som är viktigast för honom. Han använder sinnet och kroppen vårdslöst och oförnuftigt. Genom sin försummelse att följa rätta principer blir hans liv

förstört, både för denna världen och för den kommande. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 394 (1905).

Självupptagenhet ett Hinder för Återställande [Se Kapitel 30, "Själviskhet och Självupptagenhet".] – Ett av de största hindren för de sjukas tillfrisknande är självupptagenhet. Många sjuka tycker att alla borde ge dem sympati och hjälp, när det de egentligen behöver är att få sin uppmärksamhet vänd bort från sig själva och i stället tänka på andra och bry sig om dem. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 256 (1905).

Glöm bort Jaget – Motion kommer att hjälpa matsmältningen. Att ta en promenad efter maten, hålla huvudet upprätt, dra tillbaka skulderna och motionera måttligt, kommer att bli till stor nytta. Sinnet kommer att avledas från självet till allt vackert i naturen. Ju mindre uppmärksamheten riktas mot magen efter måltiden, desto bättre. Om ni hela tiden oroar er för att maten skall skada er, kommer den alldeles säkert att göra det. Glöm självet och tänk på något glädjande. – *Vitnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidan 530 (1870).

Att göra Gott, frigör nyttiga Krafter – Nöjet i att göra gott ger sinnet nytt liv och vibrerar genom hela kroppen. Medan ansiktena på människor som gör gott är upplysta av vänlighet och deras ansiktsuttryck visar sinnets moraliska upphöjdhed, är de själviska, giriga människornas ansikten nedslagna och förmörkade. Deras moraliska brister ses i deras ansiktsuttryck. – *Vitnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidan 534 (1870).

Tryggheten stärker Hälsan – När personer, som har gett efter för felaktiga vanor och syndig praxis, ger upp inför kraften hos Guds sanning, vederkvicker tillämpningen av denna sanning i hjärtat deras moraliska krafter, som dittills tyckts vara förlamade. Mottagarna härav förses därigenom med starkare, klarare insikt, än innan de fäste själen vid den Eviga Klippan. Rent av deras kroppsliga hälsa blir bättre av insikten om tryggheten i Kristus. Guds särskilda välsignelse, som vilar på mottagarna därav, utgör i sig hälsa och styrka. – *Christian Temperance and Bible Hygiene*, sidan 13, 1890. (*Counsels on Health*, sidan 28.)

Passande Arbetsförhållandens lugnande Verkningsar (råd till en överansträngd direktör) – Det är inte min sak, att tänka ut åt Dig ett absolut arbetssätt. Dock bör Du, om möjligt, verka någonstans, där sinnet hålls i jämvikt, där Du finner frid och lugn, där Du inte hela tiden måste ge anvisningar åt andra. Du bör helst inte ha

ansvar för en massa saker. Överansträng inte sinnet. Annars lider Du allvarlig skada. När för många bryderier hopas över Dig, forsar blodet till huvudet och så bereder Du plats åt intensiva känslor, vilka äventyrar hälsan.

Verka, om möjligt, där Du har liten orsak till oro över andras arbete... I fall Du skulle axla det invecklade ansvaret, där stora intressen stode på spel, skulle förvirringen, som skulle uppstå som följd av planeringen för skötseln av talrika saker och ting, inte gynna vare sig Dig själv, eller Guds sak.

De, som gärna skulle kräva av Dig en mängd pliktens fullgörande, som skulle kräva den mest ingående och precisa skötsel, begår ett misstag. Ditt sinne behöver lugn och ro. Det är meningen, att Ditt arbete inte väcker ångest inombords. Samvetet skall styras av gudsfruktan, enligt Bibelns måttstock, och Du skall göra stadiga framsteg, så att Du inte alls blir olämplig att utföra det verk, som Gud har gett Dig. – *Brev 92*, 1903.

Ett stilla Sinne är Vägen till Hälsa – Förvissningen om att man gör det rätta är den bästa medicinen för sjuka kroppar och sinnen. Guds särskilda välsignelse som vilar över mottagaren, innebär hälsa och kraft. En person vars sinne är lugnt och tillfreds är på väg mot hälsa. Att ha en förvissning om att Herrens ögon vilar på oss och att Hans öron är öppna för våra böner är verkligen en tillfredsställelse. Att veta, att vi har en Vän som aldrig sviker och som vi kan anförtro alla själens hemligheter, är en obeskrivlig förmån. – *Vitnesbörd för Församlingen*, Band 1, sidan 502 (1867).

Hälsan beror på Kärlek, Hopp och Glädje – För att äga fullständig hälsa, måste våra hjärtan vara fyllda av hopp och kärlek samt glädje. – *Special Testimonies, Serie B*, Nummer 15, sidan 18, den 3. april, 1900. (*Counsels on Health*, sidan 587.)

Kristus är Svaret – Många lider mycket mer av själssjukdomar än av fysiska sjukdomar och de kommer inte att finna någon hjälp förrän de kommer till Kristus, livets Källa. Klagan över trötthet, ensamhet och missnöje kommer då att upphöra. Tillfredsställelse glädjeämnen kommer att ge sinnet livskraft och sundhet och livgivande energi till kroppen. – *Vitnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidan 579 (1881).

Sinnet och den andliga Hälsan

Det andliga Livets Frukt – Det andliga livet bär sådan frukt åt sin ägare, som världen söker, men som aldrig går att vinna utan fullständig kapitulation inför Gud. – *Brev 121*, 1904.

Kropp, Sinne och Själ tjänar på Gemenskap med Gud – All god kunskap och utveckling härstammar från Gud. Vart vi än vänder oss på det fysiska, intellektuella eller andliga planet, märker vi den kunskapen, förutom i syndens förödande spår. Vilket område vi än vill utforska för att nå sanningen, kommer vi att möta den osynliga, mäktiga intelligens som finns överallt. Människan med sitt begränsade intellekt får lära känna en oändlig Gud. Effekten även sådan gemenskap både på kropp och själ går inte att mäta. – *Vägen till Mognad*, sidan 22 (1903).

Kärlek till Gud väsentlig för Hälsa – Gud är den store upprätthållaren av det mänskliga maskineriet. För att rätt sköta våra kroppar, måste vi samarbeta med Honom. Kärlek till Gud är väsentlig för liv och hälsa. – *Special Testimonies, Serie B*, Nummer 15, sidan 18, den 3. april, 1900. (*Counsels on Health*, sidan 587.)

Kroppens Hälsa väsentlig för Själens Hälsa – Gud vill gärna bli erkänd som Upphovet till vår varelse. Livet Han har gett oss, skall vi inte leka med. Nonchalans gällande de kroppsliga vanorna röjer nonchalans gällande den moraliska karaktären. Kroppens hälsa skall ses som avgörande för tilltagande växt i nåd, utmynnande i ett jämnt temperament. – *Manuskript 113*, 1898.

Goda Gärningar gynnar Hälsan – Goda gärningar för med sig en dubbel välsignelse, som kommer både till den som ger och till den som tar emot vänligheten. Förvisningen om att man har gjort det som är rätt, är en av de bästa medicinerna för sjuka kroppar och sinnen. När man är fri och lycklig till sinnes därför att man utfört sin plikt väl, och känner tillfredsställelsen av att ha gjort andra glada, har detta ett uppmuntrande och upplyftande inflytande som ger nytt liv till hela varelsen. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 220 (1905).

Gudaktigheten i Samklang med Hälsolagarna – De, som vandrar längs visdomens och helgelsens stig, upptäcker, att ”gudsfruktan är på allt sätt nyttig, eftersom den har löfte om liv, både för den här tiden och den kommande” (Första Timoteusbrevet 4:8). De är öppna för, att tillvarata livets verkliga höjdpunkter och grämer

sig inte över bortslösade stunder, eller dystra förningar, såsom den världslige alltför ofta gör, när han inte skingrar tankarna med någon spännande förströelse. Gudaktigheten krockar inte med hälsans lagar, utan är i samklang med dem. Gudsvörnad ligger till grund för all verklig framgång. – *Christian Temperance and Bible Hygiene*, sidan 14 (1890). (*Counsels on Health*, sidan 29.)

Ständig Strid mot onda Tankar – Mätte var och en, som skulle vilja bli delaktig i den gudomliga naturen, ta till sig faktumet, att han måste undvika det fördärv, som råder i världen på grund av lusten. Själens måste fortgående allvarligt kämpa mot sinnets elaka föreställningar. Frestelser till synd genom tanke eller handling måste bjudas fast motstånd. Själens måste aktas för varje fläck, genom tro på Honom, som förmår att avhålla en från syndafall.

Vi bör ingående begrunda Skrifterna, varvid vi nyktert och ärligt tänker på det, som hör till vår eviga frälsning. Jesu gränslösa förbarmande och kärlek, offret gjort å våra vägnar, förtjänar den allvarligaste och mest ödesmättade reflektion. Vi bör koncentrera oss på vår käre Förlossare och Medlares sinnesart. Vi bör eftersträva förståelse av meningen med frälsningsplanen. Vi bör begrunda Hans uppdrag, som kom, för att frälsa Sitt folk från deras synder. Genom att ständigt grunna på det himmelska, kommer vår tro och kärlek att växa sig starkare. – *The Review and Herald*, den 12. juni, 1888,

Försvagas Hälsan, försvagas Moralen – Allt som försvagar hälsan minskar inte bara våra fysiska krafter, utan har också en tendens att försvaga våra mentala och moraliska krafter. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 128 (1905).

Vår intellektuella och andliga energi är i hög grad beroende av fysisk styrka och aktivitet, eftersom kroppen är ett uttryck för våra tankar och vårt inre. Allt som bidrar till fysisk hälsa bidrar också till att utveckla intellektuell styrka och en harmonisk karaktär. – *Vägen till Mognad*, sidan 195 (1903).

Kroppen är Kanalen för Sinnet och Själens – Kroppen är ett synnerligen betydelsefullt medel genom vilket sinnet och själen utvecklas för att kunna bygga upp karaktären. Följaktligen är det detta som själafienden riktar sina frestelser mot för att försvaga och nedsätta de fysiska krafterna. När han lyckas med detta innebär det ofta att hela människan ger sig hän åt det onda. Den fysiska naturens benägenheter kommer med säkerhet att

leda till undergång och död, såvida de inte behärskas av en högre kraft. Kroppen måste lära sig att lyda människans ädlare krafter. Passionerna måste kontrolleras av viljan, som i sin tur måste kontrolleras av Gud. Förståndets kungliga makt, helgad genom gudomlig nåd, måste vara det som bestämmer i livet.

Intellektuell kraft, fysisk uthållighet och livslängd beror på oföränderliga lagar. Genom att lyda dessa lagar, kan människan vinna seger över sig själv, vinna seger över sina böjelser och vinna seger över furstar och väldigheter och över "världshärskare här i mörkret", och "ondskans andemakter i himlarna." Ef. 6:12 – *Profeter och Kungar*, sidan 488 (1917).

Vital Energi fås av Sinnet från Hjärnan – Herren vill, att våra sinnen är klara och vässade, varigenom vi uppfattar poänger i Hans ord och vid Hans tjänst, så att vi fullgör Hans vilja, är beroende av Hans nåd och har med oss ett rent samvete och tacksamt sinne in i Hans verk. Denna glädje främjar blodets flöde. Hjärnan ingjuter vital energi i sinnet; därför bör aldrig hjärnan omtöcknas genom bruket av narkotika, eller piggas upp genom användningen av stimulerande medel. Hjärna, benstomme och muskler skall försättas i harmonisk handling, så att helheten fungerar som en välsmod maskin, där varje del verkar i samklang, utan att en enda tvingas till, att göra för mycket. – *Brev 100*, 1898.

Dålig Matsmältning gör den Troendes Liv osäkert – Hälsoreformens principer bör införlivas i varje kristens tillvaro. Män och kvinnor, som struntar i dessa grundsatser, kan inte ge Gud ren, kraftfull tillbedjan; ty en mage, som dåligt smälter födan, eller en lever i dvala, gör livet som troende osäkert.

Ätandet av döda djurs kött har en skadlig inverkan på ens andlighet. När kött görs till stapelföda, övermannas de högre sinnesförmögenheterna av de lägre lidelserna. Det här är anstötligt för Gud och orsak till nedgång i det andliga livet. – *Brev 69*, 1896.

Att göra rätt, är den bästa Medicinen – Medvetandet om, att man gör det rätta, utgör den bästa medicinen för sjuka kroppar och sinnen. När Guds särskilda välsignelse vilar över mottagaren, får denne hälsa och starkhet. En person, vars sinne är stilla och förnöjt i Gud, befinner sig på vägen till hälsa...

Det finns de, som inte anser det vara en troendes plikt, att inrikta tankarna på glädjefyllda ämnen,

så att de kan återge ljus, i stället mörker och dysterhet. Denna typ av personer är antingen sysselsatta med, att söka sitt eget nöje, försjunkna i lättsinnig konversation, skratt och skämt, varvid sinnet berusas av den ena förströelsen efter den andra; eller är de nedstämda, varvid de möter stora prövningar och mentala strider, som de tror att endast få andra någonsin har upplevt, eller kan förstå. De här personerna bekänner kristendomen, men de bedrar sina själar. De saknar den äkta varan. – *The Health Reformer*, mars, 1872.

Att verka för Själen lika väl som för Kroppen – Våra medicinska arbetare skall göra sitt yttersta, för att kurer kroppens och sinnets sjukdom. De skall vaka och be samt arbeta, varvid de delar med sig av både andliga och fysiska fördelar åt dem, för vilka de verkar. Den läkare vid våra hälsohem, som är en äkta Guds tjänare, har ett ytterst intressant arbete att utföra för varje lidande människa, som han kommer i beröring med. Han får inte låta något tillfälle gå förlorat, att hänvisa själar till Kristus, den Store Helaren av kropp och sinne. Varje läkare bör vara en skicklig arbetare inom Kristi område. Intresset för andliga ting skall inte minskas, annars försummar man, att hänvisa personen till den Store Läkaren. – *Brev 223*, 1905.

Läkare, som hanterar förvirrade Sinnena och Hjärtan – Läkaren behöver mer än mänsklig visdom och kraft för att veta hur han skall behandla de många förvirrande fallen av sinnets och själens sjukdomar. Om han är likgiltig för den gudomliga nådens makt, kan han inte hjälpa de anfäktade utan försvårar då i stället deras situation. Men om han håller fast vid Gud kan han hjälpa de sjuka och förvirrade. Han kan visa sina patienter till Kristus och lära dem att bära alla sina sorger och prövningar till den stora Bäraren av våra bördor. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidan 444 (1885).

Kristus lyser upp Sinnet – Läkaren skall aldrig uppmana patienterna till, att rikta uppmärksamheten på honom. Han skall lära dem, att med darrande hand greppa om Frälsarens utsträckta hand. Då blir sinnet upplyst av ljuset, som strålar ut från världens Ljus. – *Brev 120*, 1901.

Sanningen äger lindrande Kraft – Den lindrande kraften hos ren sanning, som ses, ageras och upprätthålls i alla sina delar, är av ett värde, som inga ord kan uttrycka för personer, som lider av sjukdom. Lyft hela tiden upp för de lidande sjuka Kristi förbarmande och ömhet, och väck deras samveten till tro på Hans makt, att lindra

lidande, och led dem till tro och förtröstan på Honom, den Store Helaren, så har Du vunnit en själ och vanligtvis ett liv. – *Brev 69*, 1898. (*Medical Ministry*, sidorna 234-235).

Sann Religion bidrar till Hälsans Återställande (ord riktade till hälsohemsgäster övervarande gudstjänsten på orten) – Kristus är vår Store Läkare. Många män och kvinnor uppsöker denna medicinska institution [St. Helena Sanitarium] i hopp om, att erhålla behandling, som förlänger livet. De gör sig betydande besvär, för att komma hit.

Varför går inte var och en, som infinner sig på hälsohemmet för kroppslig hjälp, till Kristus för andlig hjälp? Varför hyser inte Ni, min broder, min syster, hoppet om, att i fall Ni tar emot Kristus, kommer Han att lägga Sin välsignelse till försöken, att återställa Er hälsa? Varför tror Ni inte, att Han tänker samverka med Era ansträngningar för återställelse, därför att Han vill se Er friska? Han vill, att Era tankar skall vara klara, så att Ni förstår Er på eviga realiteter; Han vill, att Ni skall ha hälsosamma senor och muskler, så att Ni kan förhärlika Hans namn, genom att använda Er styrka i Hans tjänst. – *Manuskript 80*, 1903.

Råd till en med Fallenhet för Melankoli – Du har en skyldighet till, att bekriga förkrossande tankar och melankoliska känslor, lika väl som att det är Din skyldighet, att be. Det är Din skyldighet, att motarbeta fiendens angrepp, att bestämt hålla tand för tunga, liksom att tygla tankarna. Av alla stunder under livets gång, när Du behöver färsk nåd, är när de känsliga, inflammerade matsmältningsorganen är igång och Du själv är orolig och uttröttad.

Kanhända det här förvånar Dig, men det är ett slags svärande, att ständigt vara irriterad och irritera andra, genom att finna fel och vara dyster. Dessa anfall av dålig matsmältning är prövande, men håll fast i tömmarna, för att inte svära inför Dina bästa vänner, eller på Dina fiender. – *Brev 11*, 1897.

Försäkran om Guds Gillande – Försäkran om Guds gillande befrämjar kroppslig hälsa. Den befäster själen emot tvivel, rådvillhet, och över måttan stor sorg, som ofta belastar de vitala organens energi och framkallar nervsjukdomar av den mest försvagande och smärtsamma art. Herren har gett Sitt ofelbara ord på, att Hans ögon skall vila över de rättfärdiga och Hans öra vara öppet för deras böner. – *Ellen G. Whites Liv i Skisser*, sidorna 270-271 (1915).

Sambandet mellan Synd och Sjukdom – Gud har klart visat att synden är den yttersta orsaken till all sjukdom. Ingen läkare kan utöva praktik ens en månad utan att se detta illustrerat. Han kan ignorera faktum, hans sinne kan vara så upptaget med andra saker att han inte uppmärksammar detta förhållande, men om han är villig att observera det och är ärlig, kan han inte undgå att lägga märke till att synd mot livets och hälsans lagar medför sjukdom. Läkaren borde snarast inse detta och handla därefter.

När han har vunnit de sjukas förtroende genom att lindra deras lidanden och föra dem från gravens rand, kan han undervisa dem om att sjukdom är en följd av felaktiga vanor och att det är själafienden som söker locka dem in i vanor som förstör både hälsa och själ. Han borde klargöra för dem behovet av självförsakelse samt lydnad för livets och hälsans lagar. Denna undervisning är särskilt viktig för unga människor.

Gud älskar människorna med en kärlek som är både stark och öm. Han har fastställt naturens lagar, men hans lagar är inte några despotiska krav. Varje ”du skall icke”, vare sig det gäller den fysiska eller moraliska lagen, innehåller eller har ett underförstått löfte. Om lagen åtlöds, följer välsignelser i våra spår. Om vi inte lyder den, är resultatet fara och olycka. Guds lagar är avsedda att närma Hans folk till Honom själv. Han vill leda dem bort från det onda och till det goda, om de så vill, för Han tvingar ingen. Vi kan inte förstå Guds planer, men vi kan lita på Honom och visa vår tro genom handling. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidorna 444-445 (1885).

Evangeliet botar Sjukdomar med Ursprung i Synden – När vi tar emot evangeliet i dess renhet och kraft, är det ett botemedel för alla de sjukdomar som uppkommit på grund av synden. Rättfärdighetens Sol stiger upp ”med läkedom under sina vingar”. Mal 4:2. Inget av det som världen har att erbjuda kan hela ett brustet hjärta, ge frid åt ett oroligt sinne, ta bort bekymmer, eller hålla sjukdom borta. Berömmelse, intelligens eller talang – allt är maktlöst när det gäller att glädja ett sorgset hjärta eller återupprätta ett förspilt liv. Människans enda hopp är att få del av Guds liv. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 84 (1905).

Himmelriket är idel Hälsa – Åsikten, som vissa förfäktar, att det andliga skulle vara skadligt för hälsan, är en spetsfundighet från Satan. Bibelns religion skadar vare sig kropp eller sinne. Inflytandet från Guds Ande är den allra bästa medicinen för sjukdom. Himmelriket är idel hälsa;

och ju mera på djupet det himmelska inflytandet när, desto säkrare, att den troende sjuke tillfrisknar. Kristendomens sanna principer öppnar åt alla en källa till omätlig lycka. Tron utgör ett ständigt källflöde, ur vilket den kristne fritt får dricka, utan att göra källan tom. – *Christian Temperance and Bible Hygiene*, sidan 13 (1890). (*Counsels on Health*, sidan 28.)

Religionen är Helandets Hemlighet – Religionen är en hjärtats grundsats, inte en trollformel eller inbillning. Se endast på Jesus. Detta är Ditt och makens enda hopp om, att vinna evigt liv. Det här är den egentliga hemligheten bakom kroppens och själens helande. Tankarna får ej kretsa kring en människa, utan kring Gud. – *Brev 117*, 1901.

Kärlek till Förlossaren skingrar Dimman – Sinnet blir dimmigt av sensuell malaria. Tankarna är i behov av rengöring. Vad skulle inte män och kvinnor ha kunnat bli, om de bara insett att sinnets och hjärtats kraft och renhet helt beror på, hur kroppen behandlas!

En äkta kristen uppnår en erfarenhet, som för med sig helgelse. Personen är fri från minsta samvetsfläck, liksom från varje slags själsfördärv. Andligheten hos Guds lag, med dess begränsande grundsatser, blir en del av vederbörandes liv. Sanningens ljus lyser upp förståndet. Glödande kärlek till Återlösaren rensar undan syndens smittämne, som har stått emellan själen och Gud. Guds vilja har blivit den kristnes vilja – ren, upphöjd, förfinad och helgad. Anletet uppenbarar himmelens ljus. Kroppen utgör ett passande tempel åt den Helige Ande. Helgelse pryder karaktären. Gud är i stånd till, att umgås med honom eller henne; ty själ och kropp är i samklang med Gud. – *Brev 139*, 1898. (*SDA Bibelkommentar*, Band 7, sidan 909.)

Kristi Kärlek är en livande Kraft – Den kärlek som Kristus låter flöda genom hela varelsen är en livgivande kraft. Den har en helande inverkan på varje livsviktigt organ – hjärnan, hjärtat och nerverna. Den stimulerar de högsta krafterna hos människan till aktivitet. Den befriar själen från skuld, sorg, oro och bekymmer som förstör livskrafterna, och för med sig inte ro och balans. Den ger en glädje till själen som ingenting här på jorden kan förstöra – en glädje i den helige Ande – en glädje som ger hälsa och liv. – *Hälsa för hela Människan*, sidan 84 (1905).

Sektion 10 - Mental Hälsa

Lagar reglerande Sinnet

Människan skapades med välbalanserat Sinne – Herren gjorde mannen uppriktig och rättrådig i begynnelsen. Han skapades med ett fullständigt balanserat sinne. Alla dess organ hade utvecklat fullständigt till storlek och styrka. Adam var det fullkomliga mönstret för mannen. Varje själsegenskap hade rätt förhållande till de övriga. Var och en hade sin särskilda uppgift och ändå var alla beroende av varandra för den fulla och rätta användningen av någon av dem. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidan 72 (1872).

Skaparen föreskrev Lagar för Sinnet – Han som skapade hjärnan och föreskrev vilka funktioner den skulle fylla, såg också till att den skulle kunna utvecklas enligt de principerna. – *Vägen till Mognad*, sidan 41 (1903).

Guds storslagna Lagar – Det är storslagna lagar, som styr i naturen, och andliga förhållanden styrs av lika entydiga grundsatser. Medlen måste helga ändamålet, om det önskade utfallet skall uppnås. Gud har tilldelat var och en hans arbete i enlighet med vederbörandes förmåga. Det är genom utbildning och övning, som människor skall göras dugliga att hantera varje tänkbar vansklighet; och klok planläggning är av nöden, för att tilldela var och en hans eller hennes rätta uppgifter, så att personen i fråga lyckas att vinna en erfarenhet, som gör vederbörande lämpad att axla ansvar. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 9, sidorna 221-222 (1909).

Överträdelse av Naturens Lagar är Synd – Omåttliga matvanor och bruk av alkoholhaltiga drycker förgiftar blodet, upptänder lidelser och leder till många olika sjukdomar. Men eländet slutar inte här. Barnen ärver ofta sjukdomarna från föräldrarna. Vanligtvis kommer alla som inte har lärt sig att visa självbehärskning, att uppfostra barnen till att följa i samma spår. De blir slavar under sina sinnliga begär och ödelägger sitt liv och sin hälsa. Tygellöshet, alla slags sjukdomar, till och med efterblivenhet, är det ödesdigra arv, som föräldrarna ger sina barn och som ger utslag i flera släktled framöver. Vi bevittnar en tragisk upprepning av människans syndafall och världen fylls med sorg och lidande. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidan 30 (1876).

Överträdelse förstör Harmonin – Samma kraft som ger liv åt naturen verkar också i människan. De lagar som styr stjärnorna och atomerna styr

också henne. De lagar som styr hjärtats verksamhet och reglerar livets ström i kroppen, kommer från den mäktiga intelligens som har domsrätt över själen. Allt liv kommer från honom. Det är bara när allt liv står i samklang med honom, som det finner sin rätta funktion. Samma villkor gäller allt i hans skapelse – vi får behålla vårt liv när vi far emot Guds liv och börjar leva i harmoni med Skapa rens vilja. När vi överträder hans lagar, oavsett om det gäller de fysiska, intellektuella eller moraliska lagarna, avlägsnar vi oss från harmonin med universum och banar väg för oenighet, anarki och undergång. – *Vägen till Mognad*, sidorna 99-100 (1903).

Verkan följer osvikligt på Orsak – I Guds naturlagar följer verkan orsak med absolut säkerhet. Skörden vittnar om sådd. Här duger inga svepskäl. Man kan bedra andra och få uppskattning och ersättning för sådant man inte gjort. Men i naturen förekommer inget bedrägeri. Skörden uttalar sin fördömande dom över den lantbrukare som inte är ihärdig i sitt verk.

Detsamma gäller också i hög grad på det andliga området. Det är med sitt yttre sken och inte med det som verkligen sker som det onda går framåt. Ett barn som skolkar från skolan, en tonåring som är lat i sina studier, en tjänsteman eller lärling som inte bevakar sin arbetsgivares intressen, en affärsman som inte är trogen mot sitt höga ansvar, kanske berömmar sig av att så länge deras felaktiga handlingar inte märks, är det de som har vunnit fördel. Men så är det inte. De bedrar sig själva. Livets skörd är vår karaktär och det är detta som avgör vår framtid både nu och i det kommande livet. – *Vägen till Mognad*, sidorna 108-109 (1903).

Självförvillens Makt – Självförvillens makt över det mänskliga sinnet är fruktansvärd. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidan 88 (1876).

Sinnet äger Urskiljningsförmåga – Vi har utrustats med förmåga att skilja mellan rätt och orätt. Guds avsikt är att vi inte skall bestämma oss på grund av övertalning utan på grund av sakskäl genom att vi omsorgsfullt jämför Bibeltext med Bibeltext. Hade judarna kunnat höja sig över sina fördomar och jämfört de skrivna profetiorna med det som utmärkte Jesu arbete och liv, skulle de ha funnit full överensstämmelse mellan profetiorna och deras uppfyllelse i den anspråkslöse galiléns liv och gärning. – *Vändpunkten*, sedan 458 (1898).

Disciplinerade Sinnen minns bättre – Vi måste med fast beslutsamhet övervinna ovanan att

missköta oss. Många tycker att glömska är tillräckligt starkt skäl för att ursäkta de största misstag. Men har inte de, liksom andra, fått intellektuell förmåga? Jo, och därför måste de hålla ordning på sina sinnen så att de blir mer mottagliga. Det är en synd att glömma och en synd att nonchalera. Om du har vanan att åsidosätta saker och ting kan det ju vara så att du försummar din egen själs frälsning och till slut upptäcker att du inte är beredd för Guds rike. – *Såningsmannen*, sidan 295 (1900).

Sinnet anpassar sig till Egenskaperna hos det, som det är upptaget av – Det är en lag, som säger, att sinnet blir förkrympt eller utvidgat i förhållande till dimensionerna hos de ting, som sinnet är upptaget av. De mentala krafterna blir förvisso inskränkta och förlorar förmågan, att begripa Guds Ords djupa mening, om de inte ständigt och ivrigt sätts i verksamhet med, att söka efter sanning. – *The Review and Herald*, den 17. juli, 1888. (*Grundsatser för Kristen Utbildning*, sidan 127.)

Sinnet anpassar sig till det, som det är intresserat av – Man vet, att sinnet gradvis lämpar sig efter de ämnen, som ständigt framhålls för det. Om det är sysselsatt med endast vardagliga saker, blir det inskränkt och försvagat. Om man ej brukar det till, att reda ut svåra frågor, kommer det efter en tid att förlora nästan all förmåga att utveckla sig.

Och det finns inget bättre uppfostringsmedel, än Bibeln. I Guds Ord finner själen ämnen för det djupaste begrundande, den mest upphöjda längtan. Bibeln är den mest lärorika historia, som människorna äger. Den utgick från den eviga sanningens friska källa, och en högre makt har bevarat dess renhet under alla tider.

Förhänget, som skiljer den synliga från den osynliga världen, dras undan, och vi skådar kampen mellan det godas och det ondas stridskrafter från den tid, när synden först visade sig, till dess rättfärdigheten och sanningen slutligen segrar; och allt är en uppenbarelse av Guds karaktär. När studenten vördnadsfullt betraktar de sanningar, som framställs i Hans Ord, kommer han i förbindelse med den Oändlige. En sådan forskning kommer inte bara att förbättra och förädla karaktären, utan även att utveckla och stärka själskrafterna. – *Patriarker och Profeter*, sidorna 596-599 (1890).

Genom att betrakta, blir vi förändrade – Det är en naturlag både för den intellektuella och den andliga naturen att det som vi betraktar förändrar

oss. Sinnet förändras gradvis efter de saker som det uppehåller sig vid. Det blir likt det som vi älskar och aktar. En människa kan aldrig nå högre än sin norm för renhet, godhet och sanning. Om det egna jaget är hennes högsta ideal, kommer hon aldrig att nå högre. Hon kommer ständigt att sjunka allt djupare. Endast Guds nåd kan lyfta en människa. Överlämnas hon åt sig själv, bär det hela tiden nedåt. – *Den Stora Striden*, sidan 477 (1888).

Lag om Önskan om annat – Allvarlig skada åstadkoms genom bristande bestämdhet och ansvarskraft. Jag känner till föräldrar, som har sagt: Du får inte det här eller det där, varpå de har gett med sig i tron om, att de annars skulle ha varit för stränga, och skänkt barnet den sak, som de nyss förvägrade det. Härmed uppstår skador för livet. Det är en väsentlig sinnesregel – en, som inte skall förbises – att när en önskad sak så bestämt undanhålls, att önskaren förlorar hoppet om, att få den, upphör sinnet inom kort, att längta efter saken och ägnar sig åt annat. Men så länge som det finns minsta hopp om, att erhålla den eftertraktade saken, kommer försök att göras, att få den. – *The Signs of the Times*, den 9. februari, 1882. (*Child Guidance*, sidorna 283-284.)

Övertygelser söker Uttryck – Det är en Guds lag, att var och en, som tror sanningen sådan den är i Jesus, skall göra den känd. Den enskildes tankar och övertygelser söker uttryck. Var och en, som uppammar otro och klander, var och en, som känner sig förmögen till att bedöma den Helige Andes verk, sprider sin inneboende anda. Det hör till otron och vantron samt motståndet mot Guds nåd, att dessa egenskaper pockar på uppmärksamheten! När sinnet påverkas av dessa principer, söker det alltid efter självhävdelse och anhängare. Alla, som vandrar vid sidan av en avfälling, genomsyras av hans anda och vill dela med andra sina tankar och utfallet av det egna ifrågasättandet, liksom drivkrafterna bakom det egna handlandet. Det är nämligen ingen lätt sak, att undertrycka den grundsats, som vi handlar efter. – *Special Testimonies, Serie A*, Nummer 6, sidan 39, den 6. juli, 1896. (*Vittnesbörd för Predikanter och Bibelarbetare*, sidorna 290-291.)

Kläds Tankar och Känslor i Ord, stärks de – Det är en naturlag att våra tankar och känslor uppmuntras och stärks då vi ger uttryck åt dem. Det är sant att ord följer på tankar, men det är också sant att tankar följer på ord. Om vi skulle uttrycka vår tro mer, och glädja oss mer över de välsignelser vi vet att vi har – Guds stora nåd och kärlek – skulle vi ha mer tro och större glädje. Inga läppar kan uttrycka och inget mänskligt sinne

kan föreställa sig, de välsignelser som kommer av att man uppskattar Guds godhet och kärlek. Även här på jorden kan vår glädje vara som en källa som aldrig sinar, därför att den mättas med strömmar som flyter från Guds tron. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 216 (1905).

Sinnet har Förmågan, att välja – Gud har gett oss makten att välja, och han vill att vi skall använda den. Vi kan inte förändra våra hjärtan. Vi kan inte kontrollera våra tankar, våra impulser eller våra känslor. Vi kan inte göra oss själva rena och passande att tjäna Gud. Men vi kan *välja* att tjäna honom. Vi kan ge honom vår vilja. Då kommer han att verka i oss så att vi både vill och gör hans goda vilja. På det sättet kommer hela vår natur att ställas under Kristi kontroll. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 145 (1905).

Frestaren kan aldrig tvinga oss att göra det onda, han kan inte behärska våra sinnen om vi inte överlämnar oss åt hans kontroll. Vår vilja måste ge efter och vår tro släppa sitt tag om Jesus för att Satan skall kunna utöva sin makt över oss. Men varje syndig önskan som vi uppmuntrar ger honom ett tillfälle. Varje gång vi underlåter att följa våra gudomliga ideal, öppnar vi en dörr genom vilken han kan gå in för att fresta och förföra oss. Och varje felsteg eller nederlag från vår sida ger honom tillfälle att anklaga Jesus. – *Vändpunkten*, sidan 114 (1898).

Människan är en Varelse med Frihet, att välja att vara moralisk – För att uppväcka uppror hos de fallna människorna, påstod han nu, att Gud var orättvis, då Han tillät människan, att överträda Hans lag. ”Varför”, sade den listige frestaren, ”satte Gud, som visste vad följderna skulle bli, människan på prov samt tillät henne, att synda och föra elände och död in i världen?”

Det finns i våra dagar många tusen, som framkastar samma upproriska beskyllning mot Gud. De kan inte inse, att om människan vore berövad sin frihet att välja, skulle hon vara berövad sin företrädesrätt som förnuftsväsen och följaktligen vara blott en maskin. Det är icke Guds avsikt, att tvinga viljan. Människan skapades som ett fritt, moraliskt väsen. Hon måste sättas på ett lydndsprov, liksom invånarna i alla andra världar. Dock är hon inte försatt i en sådan ställning, att hon ovillkorligen måste begå synd. Hon blir inte utsatt för någon frestelse eller prövning, som hon ej kan motstå. Gud vidtog så noggranna åtgärder, att människan kunde ha segrat i sin strid med Satan. – *Patriarker och Profeter*, sidan 349 (1890).

Nutida Val påverkar ens Framtida Beslut – Hela Din framtid kommer att påverkas på gott eller ont av det vägval Du nu gör. – *Brev 41*, 1891.

Fördelarna av, att lära ut Självständighet – Gud har aldrig avsett att en människas sinne skulle vara under någon annans fullständiga kontroll. De som gör det till sitt mål att utbilda sina elever så att de kan se och förstå att kraften till att bli människor med fasta principer, lämpade för vilken livsuppgift som helst, finns inom dem, är de mest användbara och ständigt framgångsrika lärarna. Deras gärning kanske inte för den ytliga betraktaren ser ut att ha de främsta fördelarna, och deras gärning kanske inte uppskattas så högt som de lärares vilka håller sina elevers sinnen och vilja under en total auktoritet. Elevernas framtida liv kommer dock att visa frukten av en bättre utbildningsplan! – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidan 134 (1872).

Ett okontrollerat Sinne blir svagt – De mentala krafterna bör utvecklas till det yttersta. De bör stärkas och förädlas genom att uppehålla sig vid de andliga sanningarna. Om sinnet får lov att uppehålla sig nästan enbart vid oväsentliga saker och vardagslivets allmänna angelägenheter, kommer det enligt en av dess oföränderliga lagar, att försvagas och bli ytligt och lida brist på andlig kraft. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidan 272 (1885).

Fördomar förhindrar Framsteg – De, som låter fördomar sluta till sinnet för mottagandet av sanningen, kan inte erhålla den gudomliga upplysningen. När likväl en uppfattning om Skriften framförs, ställer få frågan: Är det här sant – i samklang med Guds Ord? Utan: Vem försvarar uppfattningen? Om den inte kommer genom just den kanal, som behagar dem, tar de inte emot uppfattningen. Så fullkomligt tillfredsställda är de med sina egna föreställningar, att de undviker att undersöka Skrifternas vittnesbörd med en önskan om att lära, utan slår allt sådant intresse ur hågen, endast på grund av sina fördomar. – *Gospel Workers*, sidorna 125-126 (1893). (*Vittnesbörd för Predikanter och Bibelarbetare*, sidorna 105-106.)

Lyckan beror på fullständig Samklang med Guds Lagar – Eftersom kärlekens lag utgör grunden för Guds regering, var alla skapades lycka beroende av att de helt följde dess stora, rättfärdiga principer. Gud vill att alla hans skapade varelser skall tjäna honom av kärlek. Han vill ha en tillbedjan som grundar sig på en intelligent uppskattning av hans egenskaper. Han har inte någon glädje av en påtvingad lydnad. Han

ger alla fri vilja, så att de kan tjäna honom av eget val. – *Den Stora Striden*, sidan 427 (1888).

Individualitet

Individualiteten är en Kraft – Alla är vi skapade till Guds avbild och utrustade med egenskaper som liknar Skaparens – vår personlighet och förmåga att tänka och handla. De som har utvecklat de förmågorna och som bär ansvar eller är ledare, påverkar genom sin personlighet vårt sätt att vara. – *Vägen till Mognad*, sidan 17 (1903).

Var och en äger sin särskilda Individualitet – Evangeliet riktas till individer. Varje människa har en själ att rädda eller förlora. Var och en äger en individualitet, som skiljer sig från och är olik alla andras. Var och en måste bli övertygad och omvänd personligen. Han måste ta emot sanningen, ångra sina synder, tro och lyda själv. Han måste själv använda sin egen vilja. Det här förmår ingen att göra genom ombud. Ingen kan klä sin individualitet i någon annans. Var och en måste överlämna sig åt Gud genom eget handlande och tack vare gudaktighetens hemlighet. – *Manuskript 28*, 1898.

Enhet i Mångfald – I Herrens plan ingår enhet i mångfald. Ingen enda person kan vara riktmärke för alla andra. Vårt personliga ansvar står i förhållande till våra personliga förmågor. Det har tydligt visats mig, att Gud förser människorna med duglighet i olika grad och sedan placerar Han dem, där de kan utträta det arbete, som de har gjorts passande till. Varje arbetare skall visa sina arbetskamrater den aktning, som han själv önskar sig. – *Brev 111*, 1903.

Olika Personers Sinnens är olika – Varför behöver vi en Matteus, en Markus, en Lukas, en Johannes, en Paulus och övriga skribenter, som avlade vittnesbörd om Frälsarens leverne under Hans jordiska tjänstgöring? Varför författade inte en enda av lärjungarna en fullständig redogörelse, varigenom han försåg oss med en sammanhållen berättelse om Kristi liv och gärning?

Evangelierna skiljer sig åt, likaså förenas berättelserna däri till en harmonisk helhet. En skribent tar upp vissa ting, som en annan förbigår. I fall dessa enskildheter är väsentliga, varför blev de inte omnämnda av alla skribenter? Jo, för att olika personers sinnen skiljer sig åt och inte förstår saker och ting på exakt samma sätt.

Somliga sanningar vädjar starkare till ett slags människor; andra saker ter sig betydligt viktigare för vissa, än för andra. Samma regel gäller för talare. En del talare uppehåller sig länge vid poänger, som andra skulle skynda sig förbi, eller tåga om. På detta vis framställs sanningen tydligare av flera personer, än av en enda. – *Manuskript 87, 1907.*

Individualiteten skall inte ödeläggas – Det är inte Herrens önskan, att vår individualitet skall gå förlorad; det är inte Hans avsikt, att två personer skall vara varandras karbonkopior, vad gäller smak och läggning. Alla äger personlighetsdrag, som är unika för dem själva, och dessa skall inte slås i bitar, utan fostras, gestaltas, formas till likhet med Kristus. Herren omvandlar våra naturliga anlag och förmågor till nyttiga redskap. För att förbättra de egenskaper, som Gud har gett oss, måste vi kännas vid faktumet, att alla våra krafter är en skänk från ovan och att de skall brukas, inte för själviska ändamål, utan till Guds ära och våra medmänniskors bästa. – *Brev 20, 1894. (Our High Calling, sidan 90.)*

Varje Barn skall få ha sin Individualitet – Ett barn kan vara så disciplinerat, att det, liksom ett djur, saknar egen vilja; dess individualitet uppgår i lärarens. En sådan uppfostran är oklok, och den får katastrofala följder. Barn, som uppfostras på detta vis, saknar stabilitet och beslutsamhet. De har inte lärt sig, att handla efter principer, och förstånds-förmågorna har inte stärkts genom övning. Så vitt möjligt, bör varje barn uppläras till självtillit. Genom att försätta sina olika förmågor i verksamhet, upptäcker barnet sina starka och svaga sidor. En förständig lärare ser till, att de svaga sidorna stärks, så att barnet uppnår en välbalanserad, harmonisk karaktär. – *The Review and Herald, den 10. januari, 1882. (Grundsatser för Kristen Utbildning, sidan 57.)*

Äktenskapet förstör inte ens Individualitet – Varken mannen eller hustrun bör låta sin individualitet gå upp i den andres. Båda har ett personligt förhållande till Gud. De bör båda fråga honom: ”Vad är rätt?” ”Vad är fel?” ”Hur skall jag bäst kunna förverkliga syftet med mitt liv?” Låt er djupaste kärlek strömma ut mot honom som gav sitt liv för er. Låt Kristus vara den förste, den siste och den bäste i allt. När er kärlek till honom blir djupare och starkare, kommer den kärlek ni har till varandra att bli renare och starkare. – *Hälsa för Hela Människan, sidan 309 (1905).*

Herr och Fru skall behålla Individualiteten (råd till nygifta) – I ert samliv måste er tillgivenhet göra sitt till att ni båda blir lyckliga.

Var och en skall göra sitt för att den andre skall bli lycklig. Detta är Guds vilja med er.

Men samtidigt som ni skall smälta samman till ett, får ingen av er uppge sin personlighet och gå upp i den andre. Det är Gud som äger er individualitet. Honom skall ni fråga: ”Vad är riktigt, vad är fel, hur kan jag bäst uppfylla avsikten med att jag har skapats?” ”Veten I då icke, . . . att I icke ären edra egna? I ären ju köpta, och betalning är given. Så förhålliga då Gud i eder kropp.” (1 Kor. 6:19, 20.)

Er kärlek till det som är mänskligt måste vara underordnad er kärlek till Gud. Rikedomen i er tillgivenhet skall strömma ut till honom som gav sitt liv för er. När själen lever för Gud sänder den sin bästa och högsta tillgivenhet till honom. Går den rikaste strömmen av er kärlek till honom som dog för er? Om så är fallet kommer er kärlek till varandra att stå i överensstämmelse med himmelens avsikter. – *Vittnesbörd för Församlingen, Band 7, sidorna 45-46 (1902).*

Vi besitter vår personliga individualitet, och hustruns skall inte uppslukas av makens. – *Manuskript 12, 1895.*

Hängivenhet skänker Skönhet åt Individualiteten – Ett liv helgat åt Guds tjänst utvecklas och förskönas hos individen. Ingen kan låta sin individualitet sjunka in i en annans, utan alla skall vi, som enskilda personer, inympas i huvudstammen, och så skall det uppstå enhet i mångfald. Den store Mästerkonstnären har inte gjort två löv på samma träd alldeles lika; därutöver förser inte Hans skapande förmåga samma egenskaper åt alla sinnen. De har danats, för att leva genom ändlösa tidsåldrar, och det skall förekomma fullständig enhet, där sinne kopplas till sinne; men två skall inte vara gjutna i samma form. – *Manuskript 116, 1898.*

Gud ger åt var och en hans särskilda Arbete – Saker och ting i naturens värld skall beaktas och vetenskapen inhämtad därifrån tillämpas på det andliga livet, den andliga tillväxten. Gud – inte människan – har gett varje individ dennes arbete. Detta är ett enskilt verk – forandet av en karaktär till likhet med den gudomliga. Av liljan fordras det inte, att hon skall kämpa, för att bli en ros. Det förekommer särskillnader hos blommornas och frukternas uppbyggnad, men var och en erhåller sina bestämda egenskaper från Gud. Alla tillhör Herren. Likaså är det Guds mening, att även de främsta ibland människor inte skall vara stöpta i samma form. – *Manuskript 116, 1898.*

Respektera varandra – Alla har vi ett verk att utföra. Måhända vi är av skilda nationaliteter, men det är meningen, att vi skall vara ett i Kristus. Om vi tillåter personlighetsdrag att sära oss åt här, hur kan vi hoppas på, att vi skall kunna leva tillsammans i himmelen? Vi skall uppamma kärlek till och aktning för varandra. Ibland oss skall det förekomma den enhet, som Kristus bad för. Vi har köpts för ett pris, och vi skall förhärliga Gud i våra kroppar och i våra andar. – *Manuskript* 20, 1905.

Praktfiasko i, att kopiera andra – Den, som försöker att lägga sig till med en annan persons karaktär, kommer att misslyckas skändligen. Var och en skall själv blicka hän till Gud, han skall samvetsgrant använda talenterna Gud har gett honom. "... arbeta med fruktan och bävan på er frälsning, ... Ty Gud är den som verkar i er, både vilja och gärning, för att hans goda vilja skall ske" (Filipperbrevet 2:12-13). Detta skall ske i Dig, broder, inne i Dig; inte i en annan för Din skull. Din erfarenhet skall vara Din egen. Då kommer Du att glädjas personligen, inte fröjdas åt en annans upplevelse. – *Manuskript* 116, 1898.

Varje Sinnes Styrka är dess egen – Det smärtar mig, att behöva se det ringa värde, som sätts på de personer, som Herren har använt och kommer att använda. Gud förbjude, att en persons sinne skall vara mönster för alla andras. Somliga kan upphöja en viss persons intellekt såsom varande överlägset på varje punkt, men varje sinne äger sina särskilda svagheter och styrkor. En persons intellekt uppväger en annans brist. Men om alla bär samma ok och uppmanas till, att inte blicka hän till personer, för att ta reda på sin plikt, utan till Gud, kommer de att utvecklas under den Helige Andes ledning, och kommer att verka i enhet med sina bröder. Den ene kommer att uppväga en annans brist. – *Brev* 50, 1897.

Inte forma andras Sinnen – Gud har gett varje individ ett personligt ansvar. "... arbeta med fruktan och bävan på er frälsning". En person skall inte arbeta på en annan persons frälsning. Han skall inte bli avskriften av en annan persons intellekt. Han förväntas, att handla i sin kapacitet enligt den förmåga Gud har skänkt honom. Ingen person, oavsett erfarenhet, skall mena, att han utför ett vidunderligt verk, när han formar och gestaltar en annan människas sinne efter sitt eget och lär henne, att hon skall upprepa de åsikter han själv må framföra. Detta har gjorts om och om igen till förfång eller skada för människor. – *Manuskript* 116, 1898.

Var inte en Skugga av andra [Se kapitel 29, "Beroende och Oberoende".] – Oh, hur mycket medarbetarna behöver Jesu anda, för att förändras och modelleras likt leran i händerna på krukmakaren! När de äger denna anda, förekommer det inga motsättningar emellan dem; ingen är så inskränkt, att han fordrar, att allting skall göras enligt hans modell, enligt hans uppfattning; det förekommer inga misshagliga känslor mellan honom och hans medtjänare, som inte är lika duktiga som han är. Herren vill ej, att några av Hans barn skall vara skuggor av andra; utan Han skulle vilja, att vart och ett är sitt eget enkla jag, förfinat, helgat, förädlad av, att ha imiterat den store Mönsterpersonens liv och sinnelag. Den trångbröstade, inneslutna, utestängande anda, som får allting att kretsa kring den egna kompassnålen, har utgjort en förbannelse för Guds sak och kommer alltid att vara det, varhelst den får förekomma. – *The Review and Herald*, den 13. april, 1886.

Ingen skall låta Intellektet bli dränkt – Gud låter varje människa utöva sin individualitet. Han önskar icke, att någon skall låta intellektet dränkas av en annan dödligs sinne. De, som vill bli förvandlade till sinne och karaktär, skall inte se upp till människor, utan till den gudomliga Förebilden. Gud utfärdar denna invitation: "Var så till sinnes som Kristus Jesus var." {Filipperbrevet 2:5.} Medelst omvändelse och förvandling skall människor bli så till sinnes, som Kristus var. Var och en skall stå inför Gud med sin egen tro, sin egen erfarenhet, varigenom han är förvissad om, att Kristus har formats inombords, hoppet om härlighet. Att vi skulle imitera någon persons exempel – inbegripande någon, som vi kanske skulle betrakta som nästan fullkomlig till karaktären – vore liktydigt med, att vi förtröstade på en felande människa, ett väsen oförmöget till, att ingjuta den minsta smula perfektion. – *The Signs of the Times*, den 3. september, 1902.

Regler för starka Sinnen – Det är bra, att broder och syster _____ samt broder och syster _____ äger starka sinnen. Var och en skall försvara sin individualitet. Var och en skall vidmakthålla en individualitet, som inte går upp i en annans. Ingen människa skall vara en annans skuggbild. Guds tjänare skall verka tillsammans i en enhet, där sinnen kompletterar varandra. – *Brev* 44, 1903.

Individuellt Måttagande – Ingen förmår, att växa upp till full, andlig längd åt en annan. Envar måste själv uppnå sin fullständiga tillväxt. Var och en skall växa upp under Guds överinseende. – *Manuskript* 116, 1898.

Ingen annan Människa kan helt tränga in i ens Inre – Ur mänsklig synvinkel är livet en oprövad väg för oss alla. Det är en väg där vi går ensamma med våra djupaste erfarenheter. Ingen annan människa kan helt tränga in i vårt inre. De små barnen börjar en resa, där de förr eller senare måste välja vilken väg de ska gå och själva avgöra hur livet ska gestalta sig för evigheten. Hur allvarliga borde inte våra ansträngningar då vara för att lära dem att lita på Gud som verkligen kan vara deras ledare och hjälpare! – *Vägen till Mognad*, sidan 255 (1903).

Karaktären är något Personligt – Karaktären är personlig. Vi har var och en ett verk att utträta för tid och evighet. Gud känner vämjelse över likgiltighet inför karaktärens daning. – *Brev 223*, 1903.

Erkänn Människans Rättigheter – En av de allra högsta tillämpningarna av dessa grundsatser består av erkännandet av människans rätt till sig själv, till att styras av det egna sinnet, till att förvalta sina förmågor, rätten till att motta och omsätta frukten av sitt eget arbete. Styrka och kraft kommer att finnas vid våra institutioner endast när de i allt sitt samröre med nästan vidgår dessa grundregler – endast när de i sitt bemötande av medmänniskorna hörsammar Guds ords vägledning. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 7, sidan 180 (1902).

Beroende av Kristus – Varje själ äger sin individualitet. Varje själ måste leva varje timme i umgänge med Kristus; ty Han säger: ”utan mig kan ni ingenting göra” (Johannesevangeliet 15:5). Hans principer skall vara våra; ty dessa principer är lika med den evinnerliga sanningen, tillkännagiven i rättfärdighet, godhet, förbarmande och kärlek. – *Brev 21*, 1901.

Den individuella kristna Erfarenheten skall bibehållas – Lär varje själ, att den skall luta sig med all sin tyngd på den oändliga kraftens arm. Det förekommer en individualitet hos den kristna erfarenheten, som måste behållas inom varje människa, och ansvaret härför går inte att ta bort från någon själ. Var och en har sina egna strider att utkämpa, sin egen kristna erfarenhet att vinna, oberoende i vissa stycken från varje annan själ; och Gud har läxor åt var och en att lära sig, som ingen annan kan lära sig åt honom. – *Manuskript 6*, 1889.

Förhållanden Människor emellan

[Se Kapitel 68, ”Samhälleliga Förhållanden”.]
Lagen om ömsesidigt Beroende – Vi är alla delar av mänsklighetens stora väv, och vadhelst vi kan göra, för att gagna och lyfta upp andra, kommer att ge oss själva välsignelse. Lagen om ömsesidigt beroende löper genom alla samhällsklasser. – *Patriarker och Profeter*, sidorna 534-535 (1890).

Människorna gjorda nödvändiga för varandra – Enligt Herrens plan, har människorna gjorts nödvändiga för varandra. Om alla ville göra sitt yttersta, för att bistå de behövande genom osjälvisk omtanke och kärlek, vilket välsignat verk vi skulle se! Åt alla har Gud anförtrott talanger. Dessa talanger skall vi bruka, för att underlätta varandras vandrande på den smala stigen. I det här verket är alla inbördes knutna, och alla är förenade med Kristus. Det är genom osjälviskt tjänande, som vi använder våra talanger på klokaste vis. – *Brev 115*, 1903. (*Our High Calling*, sidan 182.)

Hjälper vi andra, hjälper vi oss själva – Många är i mörker. De har förlorat orienteringen. De vet inte, vad de skall ta sig till. De förvirrade bör söka upp andra förvirrade, och låta dem höra hoppets och uppmuntrans ord. När de inleder detta verk, kommer ljuset från himmelen att uppenbara stigen, som de bör hålla sig till. Deras hugsvalande ord till de drabbade kommer att trösta dem själva. Genom att bispringa andra, kommer de själva att undsättas i sina vanskligheter. Då ersätter fröjden ledsamheten och dysterheten. Då flödar hjärtat – fyllt av Guds Ande – över av värme mot varje medmänniska. Varje dylik individ befinner sig inte längre i mörker; ty vederbörandes ”natt” skall ”bli lik middagens ljus” – *Manuskript 116*, 1902. (*SDA Bibelkommentar*, Band 4, sidan 1151.)

Vårt fortgående Inflytande – Vi upprätthåller den högtidligaste förbindelse med varandra. Vårt inflytande är alltid till fördel eller nackdel för människors frälsning. Antingen samlar vi med Kristus eller skingrar åt alla håll. Vi borde vandra ödmjukt och göra stigarna raka, annars för vi bort andra från den rätta vägen.

Det är mycket betydelsefullt och viktigt att vi försöker uppnå renhet i tanke, ord och handling. Låt oss komma ihåg att våra ”hemliga” synder uppenbaras i Guds ljus! Satan inger tankar och känslor även åt den allra bästa, men om dessa tillbakavisas som opassande och inte omhuldade, befläckas inte sinnet med skuld och inga andra

skadas heller av deras inflytande. O, att vi vore mera en doft av liv till liv för våra medmänniskor! – *The Review and Herald*, den 27. mars, 1888.

Inflytandets långtgående Verkningsar – Kanhända vi först vid domen får veta graden av inflytande från ett vänligt, omtänksamt handlande gentemot den inkonsekvente, den oresonlige och den ovärdige. Om Du, efter att ha utsatts för deras grundliga provokation och orättvisa, behandlar dem såsom oskyldiga och rent av anstränger Dig för, att behandla dem vänligt, då har Du uppträtt som en kristen. Då blir de överraskade och skamsna, samt inser sitt handlingsätt och sin elakhet tydligare, än om Du rakt på sak förde deras nedriga uppförande på tal och tillrättavisade dem. – *Brev 20*, 1892. (*Medical Ministry*, sidorna 209-210).

Oartigheten och dess Påverkan – De goda egenskaper, som många äger, ligger dolda, och i stället för att locka själar till Kristus, skrämmer de bort dem ifrån Honom. Om sådana personer märkte inflytandet från sin oartighet och ovänlighet mot icke troende och hur fränstötande detta uppträdande är för Gud, skulle de bättra sig, ty brist på hyfs är en av de största stötestenarna för syndare. Själviska, klagande, sura kristna upprättar vägsräddor, så att syndare inte törs närma sig Kristus. – *The Review and Herald*, den 1. september, 1885. (*Our High Calling*, sidan 229.)

Var kärleksfulla – Låt Kristus synas i allt det Ni gör. Låt alla se, att Ni är levande epistlar eller brev från Jesus Kristus... Var kärleksfulla. Låt Era liv vinna allas hjärtan, som kommer i beröring med Er. För närvarande uträttas det för litet, för att göra sanningen tilltalande för andra. – *Manuskript 6*, 1889.

Varje Handling en Påverkan – Varje ord Du talar, varje handling Du utför, utövar ett inflytande på gott eller ont på dem, som Du umgås med; och hur viktigt är det inte därför, att Kristus bor i Dig genom tron, så att Dina ord blir ord till liv, och Dina gärningar av kärlek. – *The Review and Herald*, den 12. juni, 1888.

Ansvarig för ens Inflytande – Gud håller var och en ansvarig för det inflytande, som omger vederbörandes själ, för hans och andras skull. Han uppmanar unga män och kvinnor, att vara strängt självbehärskad och samvetsgranna i bruket av sina sinnes- och kroppskrafter. Deras förmågor går endast att utveckla genom det flitiga bruket och den kloka tillämpningen av personens krafter till Guds förhärligande och medmänniskornas nytta. – *Brev 145*, 1897.

Omgivna av en Trons Atmosfär – Det är av yttersta vikt för oss, att vi omger själen med trons atmosfär. Varje dag bidrar vi till vårt eviga öde genom stämningen, som omger själen. Vi hålls personligen ansvariga för det inflytande vi utövar, och våra ord och handlingar för med sig följder, som vi inte förnimmer.

I fall Gud skulle ha skonat Sodom för tio rättfärdiga personers skull, hur omfattande inflytande för det goda skulle då inte uppkomma tack vare Guds folks trofasthet, om alla bekännare av Kristi namn också vore iförda Hans rättfärdighets klädnad?

Om Gud förmådde, att peka ut garvaren Simons bostad och yrke samt exakt förklara för officeren, hur han skulle finna honom, där han bodde vid havet, känner Han också till oss vid namn, Han vet, vad vi arbetar med, var vi bor och vilka våra erfarenheter har varit. Han vet, om vi verkligen röjer undan allt skräp och samtliga hinder från Kungens körbana, så att Han kan kalla våra själar framåt och uppåt, eller om vi fyller stigen med skräp och spärrar vår egen väg samt lägger ut snubbeltråd framför syndare, så att dyrbara själar, som Kristus dog för, hindras från frälsning. – *Manuskript 66*, 1895.

Att bemöta olika Slags Läggningsar – Herren vill se oss helgade. Vi kommer att behöva bemöta folk med alla möjliga läggningsar, och därför bör vi vara i stånd till, att hantera människors sinnen. Vi måste be Kristus om välsignande ord att yttra. Och när vi så försöker, att biträda andra, kommer vi att själva att bli välsignade. – *Manuskript 41*, 1908.

Ett synnerligen viktigt Uppdrag – Det här är det känsligaste och svåraste uppdrag [att påtala fel] en människa kan få. Det kräver att man har den djupaste takt, den skickligaste medkänsla, kunskap om människans natur, tro och tålmod som man fått från Gud, och att man är villig att arbeta, vaka och vänta. Inget är viktigare än en sådan uppgift. – *Vägen till Mognad*, sidan 292 (1903).

Grannliga Uppgift, att hantera Sinnens – Det är en väldigt grannliga uppgift, att bemöta mänskliga sinnen. Det går att stå på sig, utan att någonsin göra deras hjärtan mjuka; eller kan man närma sig själen i fråga och med ett hjärta fullt av kärlek leda honom bort från fiendens farliga område, inte driva honom dit och låta honom bli ett lätt byte för Satans frestelser. – *Brev 102*, 1897.

Var och en utsätts för sina särskilda Prövningar – Vi har inte råd med, att på minsta sätt utgöra ett hinder för andra. Var och en har sina egna frestelser och prövningar att möta, och det är meningen, att vi skall vara till hands, för att hjälpa och stärka den frestade. Vi skall uppmuntra och, om möjligt, lyfta upp dem, som är svaga i tron. Genom att upprepa Guds löften, kan vi stundom befria de prövade och besvärade från nedstämdhet. – *Manuskript* 41, 1908.

Råd till en Hustru beträffande personliga Förhållanden – Herren har meddelat mig, att jag skall säga till Dig: ”Kämpa för att komma in genom den trånga porten. Ty många, säger jag er, skall försöka komma in men inte kunna det” (Lukasevangeliet 13:24). Herren ber Dig, att Du skall hålla Dig nära Honom. Tala så, som Han skulle tala, och uppträd så, som Han skulle uppträda. Låt ingen förvrída huvudet på Dig och få Dig till, att tala oöverlagt. Håll Din egen själ ren och glasklar samt tankarna upphöjda och helgade. Varken prisa eller upphöj personer, så att de skadas därav, var ej heller snar till, att fördöma sådana, som Du anser handlar oklokt. Låt alla se, att Du älskar Jesus och litar på Honom. Ge maken och Dina troende och icke troende vänner belägg för, att Du önskar, att de skall skönja sanningens skönhet. Men visa inte den smärtande, oroliga ängslan, som så ofta spolierar ett gott verk. – *Brev* 145, 1900.

Kristen Förståelse – De, som tar vara på sina förmåner och tillfällen, är, enligt Bibelns synsätt, talangfulla och välutbildade personer; fast inte blott väl belästa, utan lärda till intellektet, till sättet, till uppträdandet. De är förfinade, ömsinta, förbarmande, tillgivna. Detta är, har Herren visat mig, vad Han fordrar av Sitt folk. Gud har gett oss förmågor att använda, att låta utvecklas och styrkas genom utbildning. Vi bör fundera ingående och reflektera, varvid vi nogsamt lägger märke till förhållandet mellan orsak och verkan. När vi gör det, kommer många att hålla tand för tunga och inte rusa åstad, för att bättre motsvara Guds avsikt med deras skapelse. – *Manuskript* 59, 1897.

Ärlighet föder Förtroende (råd till en läkare) – Om det förekom betydligt mera ärlighet och mindre hemlighetsfullhet, om broderligt förtroende uppmuntrades, om det vore mindre av jaget och mera av Kristi anda, om vi ägde en levande tro på Gud, skulle molnet, som Satan så gärna innesluter våra sinnen i, jagas bort. – *Brev* 97, 1898.

Reformatorer, inte Fanatiker – Det man måste hålla i minnet, är att ni är reformatorer och inte fanatiker. Visa ingen småaktighet i ert umgänge med icke-troende, ty om ni inte slutar pruta på ett litet belopp, kommer ni till sist att förlora ett mycket större belopp. De kommer att säga: ”Den mannen är en bedragare. Han skulle lura er på era rättigheter om han kunde, så var på er vakt när ni gör affärer med honom”.

Men om något av er vinst kommer andra till godo när ni handlar, så kommer andra att handla lika generöst mot er. Småaktighet föder småaktighet, girighet föder girighet. De som handlar så, ser inte hur föraktligt det uppfattas av andra, i synnerhet av dem, som inte har vår tro. Och sanningens dyrbara sak bär märke av denna defekt. – *Brev* 14, 1887. (*Evangelisation*, sidorna 90-91.)

Gå rakt på Sak – I alla våra göranden, var vi än må befinner oss, skall vi vara helt uppriktiga. Vi har inte råd med, att överträda ett enda av Guds bud för världslig vinning. Vilka är vi? Kristus sade till Sina lärjungar: ”Ni är jordens salt. Men om saltet förlorar sin sälta, hur skall man då göra det salt igen? Det duger bara till att kastas ut och trampas ner av människor.” {Matteusevangeliet 5:13.} – *Manuskript* 50, 1904.

Ärlighet ett Måste – Under livets samtliga skeden skall ärlighetens strängaste principer vidmakthållas. Dessa är inte de principer, som styr vår värld, ty Satan – en bedragare, lögnare och förtryckare – är dess herre, och hans undersåtar följer honom och genomför hans planer och avsikter. Kristna tjänar dock en annan Mästare, och deras handlingar måste utföras i Gud, även om de inte tjänar något på det.

Avvikelser från hundraprocentig rättvisa i affärstransaktioner må te sig som småsaker för somliga, men så betraktade inte vår Frälsare det. Hans ord härvidlag är tydliga och klara: ”Den som är trogen i smått är också trogen i stort” (Lukasevangeliet 16:10). Den, som lurar nästan i det lilla, gör det också i det stora, om möjligheten yppar sig. En slintande tunga i små ärenden är lika mycket oärlighet i Guds ögon, som falskhet i större angelägenheter.

I dagens kristna värld sker det bedrägerier i ohygglig omfattning. Guds budhållande folk borde visa sig stå ovanför sådant. Den oärlighet, som skämmer människors bemötande av varandra, skall aldrig förekomma hos någon, som bekänner sig tro på den nuvarande sanningen. Guds folk

åsamkar eller orsakar sanningen allvarlig skada genom minsta avvikelse från rättskaffenheten.

Kanhända en viss person inte är så rasande grann till det yttre, han må ha många brister, men om han är omvitnat ärlig, blir han respekterad. Idel rättskaffenhet döljer många motbjudande karaktärsdrag. En man, som troget håller sig till sanningen, vinner allas förtroende. Förutom att trossyskonen litar på honom, måste icke-troende medge, att han är en hedersman. – *Brev 3*, 1878.

Osviklig Rättskaffenhet är som rent Guld – Arbetslivet gör, att Guds tjänare mer eller mindre måste ha att göra med världsligt sinnade personer, men de bör köpa och sälja med insikten om, att Guds öga vilar på dem. Inga felaktiga vågskålar eller bedrägliga vikter skall användas, ty sådana är en avskyvärdhet för Herren. I varje affärstransaktion skall en kristen uppträda precis så, som han önskar, att trossyskonen skall tro att han gör. Hans handlande styrs av bakomliggande grundregler. Han intrigerar inte; alltså har han inget att dölja, inget att släta över.

Han må klandras, han må prövas, men hans osvikliga rättskaffenhet strålar likt rent guld. Han utgör en välsignelse för alla han känner, ty hans ord är pålitligt. Han är en person, som inte utnyttjar sin nästa. Han är en vän och gynnare av alla, och omgivningen förtröstar på hans goda råd. Anställer han arbetare till skörden? Han lurar dem inte på deras välförtjänta lön. Har han pengar, som han saknar omedelbar användning för? Då avhjälper han sin mindre lyckligt lottade broders behov. Han lägger inte tunnland till tunnland, eller fyller fickorna med guld, genom att dra nytta av grannens alarmerande omständigheter. Hans avsikt är, att hjälpa och välsigna medmänniskorna.

En verkligt ärlig person drar aldrig nytta av svaghet eller oförmåga, för att fylla den egna portmonnän. Han godtar skälig betalning för sina varor. I fall dessa varor är undermåliga, erkänner han det villigt för köparen, ehuru detta må strida mot hans ekonomiska intressen. – *Brev 3*, 1878.

Att förstå Människorna – Den som vill omskapa människor måste förstå dem. Man kan bara nå dem och hjälpa dem utvecklas genom medkänsla, tro och kärlek. Jesus visade att han är den främste av alla lärare. Av alla som någonsin har levt på jorden är han den enda som helt har förstått människornas inre. – *Vägen till Mognad*, sidan 78 (1903).

Det är en ren vetenskap, att bemöta synbart sårbara individer. Om vi tänker undervisa andra,

måste vi först lära oss av Kristus. Vi behöver vidga våra vyer, för att uträtta sant missionsarbete och visa taktfullhet i samröret med sinnen.

De med minst hjälpbehov brukar vi lägga särskilt märke till. Likväl behöver vi visa särskild klokhet i bemötandet av dem, som ter sig tanklösa och tröga. Vissa förstår sig inte på Guds verks helighet. De minst dugliga, de tanklösa, ja, även de loja och slöa är i särskilt behov av vår noggranna, till bön länkade uppmärksamhet. Vi måste utöva takt vid bemötandet av dem, som tycks vara okunniga och stå vid sidan av allfarvägen. Genom uthållig ansträngning å deras vägnar skall vi bispringa eller hjälpa dem, att bli användbara i Herrens verk. De kommer att gladeligen reagera på tålmodigt, ömsint, kärleksfullt intresse.

Vi skall samverka med Herren Jesus, för att återställa de ineffektiva och de felande till intelligens och renhet. Detta arbete går att likställa i viktighetsgrad med evangelii tjänst. Gud kallar oss, att uppvisa outröttligt, tålmodigt intresse för deras frälsning, som är i behov av gudomlig polering. – *Brev 113*, 1905. (*Medical Ministry*, sidan 209).

Dryfta inte Klagomål – ”Saliga är de som skapar frid, de skall kallas Guds barn.” {Matteusevangeliet 5:9.} Vem kallar dem för det? Jo, alla de himmelska förnuftsvarselerna. Uppmuntra därför aldrig en frestad själ till, att redogöra för orsakerna till klagomål mot en broder eller vän. Säg åt dem, att Du inte vill höra deras fördömande och elaka ord, eftersom Din Rådgivare har sagt åt Dig i Sitt Ord, att om Du upphör med, att orsaka strid och blir en fredsmäklare, kommer Du att bli välsignad. Säg till dem, att det här är den välsignelse Du längtar efter.

För Kristi skull: Tala inga onda ord, nej, tänk dem inte ens! Måtte Herren hjälpa oss till, att inte bara läsa Bibeln, utan att också leva ut dess lärosatser. Den människa, som troget utför sitt arbete, som binder ihop vänlighet med kraft, rättvisa med kärlek, får de himmelska förnuftsväsendena att brista ut i jubel, och därmed förhårligar hon Gud. Låt oss uppriktigt eftersträva, att bli goda och att göra det goda, för då kommer vi att ges livets krona, som inte förstörs. – *Manuskript 116*, 1898.

Att verka för och med andra – Några av dem som tycks vara mest insnärjda i synd kommer, när ljus går upp i deras själ, att bli framgångsrika arbetare för just sådana syndare som de själva har

varit en gång. Genom tro på Kristus kommer några att tjäna i höga positioner och bli anförtrodda ansvar i arbetet för människors frälsning. De vet var deras svagheter ligger, och förstår hur fördärvad den mänskliga naturen är. De är medvetna om syndens och onda vanors starka makt. De inser att de inte kan vinna seger utan Kristi hjälp, och deras ständiga rop är: "Jag kastar mig hjälplöst på dig." – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 148 (1905).

Gå varsamt fram – Låt oss undvika, att sätta oss själva och andra under press, låt oss i stället förlita oss på den Helige Ande. Gå varsamt fram med människorna. Om Era hjärtan är fyllda av andlig ömsinhet, skall Ni finna en väg in i övertygade hjärtan. Se till, att doppa Era ord i den himmelska oljan från de två olivkvistarna. Vi behöver få den gyllene oljan tömd i beredda kärl, så att oljan går att förmedla till dem, som söker sanningen. Kom alltid ihåg, att det hela inte sker "genom styrka, inte genom kraft, utan genom min Ande, säger HERREN Sebaot." {Sakarja 4:6.} – *Brev 200*, 1899.

Mental Hygien

[Se Kapitel 42, "Sinne och Hälsa".] **Mentala Krafter beror på Hälsan** – Hälsa är en välsignelse som få sätter värde på. Ändå är våra psykiska och fysiska krafter och deras effektivitet beroende av den. Ingivelser som vi får och starka lidelser som vi upplever har sitt säte i kroppen. Den måste hållas i bästa fysiska form och stå under det starkaste andliga inflytande för att våra förmågor ska kunna tjäna Gud. Det som minskar den fysiska styrkan, vad det nu än är, försvagar också sinnet och minskar dess förmåga att skilja mellan ont och gott. – *The Review and Herald*, den 20. juni, 1912. (*Budskap till de Unga*, sidan 235.)

Alla Sinnesförmögenheter går att uppöva – Många åstadkommer inte så mycket gott som de skulle kunna göra, därför att de använder sitt intellekt endast i en riktning, men försummar att noggrant uppmärksamma sådant som de menar inte passar dem. En del gåvor som är svaga, tillåts att ligga fullständigt oanvända, därför att det som skulle sätta dem i verksamhet och därigenom ge dem kraft, inte är behagligt. Alla sinnesförmögenheter skulle användas och uppövas. Uppfattningsförmågan, omdömet, minnet, samt alla förstånds och tankeförmågor borde ha likvärdig styrka, om sinnet skall vara

välbalanserat. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidorna 32-33 (1872).

Svaga Själsförmögenheter skall inte försummas – Det är behagligt, men inte nyttigast, att använda de själsförmögenheter som av naturen är starka, men på samma gång försumma de svaga, vilka behöver stärkas. De svagaste själsförmögenheterna skulle få noggrann uppmärksamhet, för att alla själens krafter skulle bli fint balanserade och alla deras olika delar må göra sitt arbete som ett väl avvägt maskineri.

Vi är beroende av Gud för att bevara alla våra förmågor. De kristna är ansvariga inför Gud att de övar sina sinnen så. Alla deras förmågor skall stärkas och mer fullkomligt utvecklas. Om vi försummar att göra detta, kommer våra själsförmögenheter aldrig att uträtta det som de varit avsedda till. Vi har ingen rätt att försumma någon av de förmågor som Gud har gett oss.

Vi finner människor med fixa idéer över hela landet. De är ofta sunda i alla andra avseenden utom i ett. Orsaken är att en förmåga har använts särskilt mycket under det att andra har tillåtits att ligga oanvända. Den som ständigt utnyttjades blev sliten och sjuk, (34) och mannen spårade ur. Gud förhäriligades inte då han följde en sådan väg. Om han hade använt alla sina sinnesorgan lika mycket, skulle alla ha fått en sund utveckling. Allt arbete skulle inte ha belastat detta ena sinnesorgan och därför inte heller ha brutits ned. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidorna 33-34 (1872).

Målsättningar stimulerar Intellektet – Du borde också ha ett mål i livet. Där det inte finns något mål, finns det en tendens till lättja, men där det finns ett tillräckligt betydelsefullt mål i sikte, kommer alla mentala krafter att spontant aktiveras av sig själva. För att göra livet framgångsrikt, måste tankarna ständigt riktas mot livsmålet och inte lämnas att irra omkring och upptas av betydelselösa saker eller tillfredsställas av fåfänga grubblerier, som är frukten av att ha flytt från sitt ansvar. Att bygga luftslott fördärvar sinnet. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidan 429 (1870).

Överansträngd Mage försvagar Sinnets Krafter – Barn lärs vanligen inte vikten av, när, hur och vad de skall äta. De får fritt ge efter för smaken, äta vid alla tider, ta för sig av frukt, när de känner sig lockade, och detta, jämte pajer, kakor, bröd och smör samt nästan oavbrutet snaskätande, gör dem till finsmakare med usel matsmältning. Liksom en ständigt verksam kvarn, blir deras matsmältningsorgan försvagade, energi

drivs från hjärnan, för att bistå magen i dess överdrivna arbete, och härigenom avtar sinnets krafter. Den onaturliga stimuleringen av och nötrandet på livskrafterna gör barnen nervösa, otåliga, bångstyriga, egensinniga och lättirriterade. – *The Health Reformer*, maj 1877. (*Counsels on Diet and Foods*, sidan 181.)

Utveckling följer på Ansträngning – Barn bör läras, att utvecklingen av såväl mentala som fysiska krafter ligger hos dem själva; den är följden av ansträngning. – *The Signs of the Times*, den 9. februari, 1882. (*Child Guidance*, sidan 206.)

Oföränderliga Lagar – Sunda fysiska vanor främjar mental styrka. Intellectuell kraft, fysisk styrka och ett långt liv beror på oföränderliga lagar. – *Christian Temperance and Bible Hygiene*, sidan 28 (1890). (*Counsels on Diet and Foods*, sidan 29.)

Intellectet stärks genom korrekt Behandling – Varje dag måste män i ansvarsfulla ställningar fatta beslut som får avgörande följder. Ofta måste de tänka snabbt, och det kan man göra framgångsrikt bara om man är strängt återhållsam. Sinnet stärks när de fysiska och mentala krafterna behandlas på rätt sätt. Om inte belastningen är för stor, får hjärnan nya krafter vid varje ansträngning.

Ofta blir arbetet för dem som har viktiga planer och beslut att ta ställning till, påverkade på ett negativt sätt på grund av följderna av en olämplig kost. Om magen kommer i olag blir sinnestillståndet förvirrat och instabilt. Det medför ofta att man blir irriterad, sträng och orättvis. Det har hänt många gånger att planer som skulle ha blivit till välsignelse för världen har fått läggas åt sidan, och många orättvisa och förtryckande, ja, till och med grymma, beslut har genomförts till följd av sjukliga tillstånd som orsakats av felaktiga kostvanor. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 264 (1905).

Undvik Överansträngning – Jag hör talas om arbetare, vars hälsa håller på att bryta samman under spänningen från de bördor, som de har axlat. Så här borde det inte vara. Gud vill, att vi skall minnas vår dödlighet. Det är inte meningen, att vi skall ta på oss för mycket i vårt arbete. Det är inte meningen, att vi skall hålla oss så strängt sysselsatta, att våra kroppsliga och själsliga krafter blir uttömda. Ytterligare medarbetare krävs, så att de, som drar det tyngsta lasset, blir avlastade. – *The Review and Herald*, den 28. april, 1904. (*Evangelisation*, sidan 660.)

Att tränga in två Års Arbete i ett – En student, som önskar att tränga ihop två års arbete i ett enda, bör inte låtas följa sin vilja. I många fall innebär påtagandet av dubbelt så mycket arbete sinnets överansträngning och den fysiska motionens försummelse. Man skall inte inbilla sig, att sinnet orkar med, att ta till sig en överhopning av mental föda; och det är en lika allvarlig synd, att överbelasta sinnet, som att överbelasta matsmältningsorganen. – *Counsels to Parents, Teachers, and Students*, sidan 296 (1913).

Överdrivet Studerande minskar Självbehärsningen [Se Kapitel 54, "Överdrivet Studerande".] – De som överdriver sina studier ökar blodflödet till hjärnan. Det leder till en sjuklig lättretlighet och gör att de lätt förlorar förmågan till självbehärskning. Därför faller studerande alltför ofta offer för infall och nycker. På det sättet öppnar de sig för orenhet. Missbruk eller inget bruk alls av de fysiska krafterna bär största ansvaret för den våg av fördärv som sprider sig över världen. "Höghet, överflöd och tryggad ro" är dödsfiender till framgång lika mycket nu som när de ledde till Sodoms fall. – *Vägen till Mognad*, sidan 209 (1903).

Variera Ämnena för Studium – Om de bara följer en enda tankebana, uppstår ofta en obalans i tankarna. Men de kan lugnt träna upp alla sina förmågor, om de ägnar lika mycket tid både åt sinintellektuella och sin fysiska styrka och om de dessutom varierar sina tankegångar. – *Vägen till Mognad*, sidan 209 (1903).

Studium av Naturvetenskap bör inte försummas – Genom självstudier skulle vi kunna utföra mycket mer om vi var vakna för våra egna möjligheter och fördelar. Den sanna utbildningen ger mycket mer än en vanlig skola. Även om studium av naturvetenskap inte ska nonchaleras, så finns det möjlighet att skaffa sig än mer upphöjda kunskaper genom ett levande förhållande med Gud. Se till att alla elever tar sin Bibel och ser till att de har ett fast förhållande till den store Läraren. När du brottas med problem i sökandet efter de gudomliga sanningarna måste ditt sinne tränas och disciplineras. – *Såningsmannen*, sidan 271 (1900).

Oren Luft inverkar på Sinnets Krafter – Många klagar ständigt över att de lider av alla möjliga småkrämpor. Detta beror nästan alltid på att de inte arbetar med förstånd och inte heller iakttar hälsans lagar. De vistas för mycket inomhus, instängda i upphettade rum, som är fyllda av oren luft. Här sysselsätter de sig ivrigt med studier eller skrivarbete, medan de endast rör

sig obetydligt fysiskt och har liten omväxling i sin sysselsättning. Till följd av detta blir blodet dåligt och förståndskrafterna försvagade. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidan 264 (1876).

Undvik Handlingar, som försvagar Krafterna – Varje handling som försvagar de fysiska, psykiska och andligakrafterna gör en person olämplig att tjäna sin Skapare. – *Den Stora Striden*, sidan 411 (1885).

Så bevaras Sinneskrafterna – Den, som iakttar enkelhet i alla sina vanor, tyglar aptiten och styr över lidelserna, kan bevara sina mentala krafters styrka, verkningsgrad och vigör. Han blir raskt varse allt, som kräver tanke eller gärning, får förmågan, att skilja mellan heligt och simpelt, och blir i stånd till, att engagera sig i varje företag för Guds ära och mänsklighetens fromma. – *The Signs of the Times*, den 29. september, 1881. (*SDA Bibelkommentar*, Band 2, sidan 1006.)

Den elektriska Kraften påverkar de livgivande Krafterna – Brist på motion minskar inte bara den intellektuella utan också den moraliska styrkan. Gud kommunicerar med oss människor och påverkar vårt innersta genom hjärnnerverna som förenar hela systemet. Allt som hindrar den elektriska kraften från att cirkulera i nervsystemet försvagar de livgivande krafterna och minskar den intellektuella mottagligheten. Det gör det svårare att väcka moralen. – *Vägen till Mognad*, sidan 209 (1903).

Eget Tänkande och moralisk Urskiljningsförmåga – En undervisning och utbildning som består av att träna minnet och har en tendens att hämma självständiga tankar, brukar ha en etisk inverkan som man tänkt alltför lite på. När eleverna gör avkall på sin förmåga att själva resonera och använda sitt omdöme på ett förnuftigt sätt, förlorar de förmågan att skilja mellan rätt och orätt och blir därför ett lätt byte för bedrägeri. De blir lätt förledda till att följa gamla seder och bruk. – *Vägen till Mognad*, sidan 230 (1903).

Övas upp till högsta Verkningsgrad – Både kroppens och sinnets krafter, inbegripande känslorna, skall övas upp, så att de når högsta möjliga verkningsgrad. – Pamfletten *The Circulation of Our Health Journals*, Nummer 1, 1901. (*Counsels on Health*, sidan 445.)

Studiet av Naturen stärker ens Krafter – Naturens skönhet leder i sig själv själen bort från synd och världsliga lockelser, till renhet, frid och Gud. Alldeles för ofta är de som studerar

upptagna med mänskliga teorier och spekulationer som felaktigt kallas vetenskap och filosofi. De behöver komma i närmare kontakt med naturen. Låt dem lära sig att kristendomen och naturen har samma Gud. Lär dem att se harmonin mellan naturen och det andliga. Allt de ser eller rör vid skulle användas i undervisningen för att bygga upp karaktären. Så kommer intellektet att stärkas, karaktären att utvecklas, hela livet att förädlas. – *Såningsmannen*, sidan 13 (1900).

Bibelstudium skänker Kraft åt Intellectet [Se Kapitel 11, "Bibelstudium och Sinnet".] – I Guds hand är de mat för hungriga barn, vatten till den som törstar och kläder till den nakne. . . . Men pengar har inte större värde än sand om de inte används till livets nödtorft, till välsignelse för andra och för att Kristi verk ska gå framåt. Rikedom som läggs på hög är oanvändbar, den är en förbannelse. Den är en snara för själen i detta liv, något som leder bort tillgivenheten från de himmelska skatterna. – *Såningsmannen*, sidan 288 (1900).

Omvändelse tar bort Mörker och Okunskap från Sinnet – I Bibeln uppenbaras Guds vilja. Sanningarna hos Guds Ord är den Högstes yttranden. Den, som inlemmar dessa sanningar i sitt liv, blir på alla sätt en ny skapelse. Han ges inga nya mentala krafter, men mörkret – som genom ovetande och synd har hängt likt ett moln över förståndet – avlägsnas. Orden "Jag skall ge er ett nytt hjärta" {Hesekiel 36:26} betyder: "Jag skall ge Er ett nytt sinne." Hjärtbyte åtföljs alltid av tydlig överbevisning om den kristnes plikt, av insikt om sanningen. Den, som under bön noga ger akt på Skriftens innehåll, vinner tydlig förståelse och sunt omdöme, som om han genom att vända sig till Gud hade uppnått en högre intelligensnivå. – *The Review and Herald*, den 18. december, 1913. (*My Life Today*, sidan 24.)

Sektion 11 Känslomässiga Bekymmer Skuldkänslor

Samvetskval bryter ned Livskrafterna – Sorg, oro, missnöje, samvetskval, skuld och misstro, allt detta verkar nedbrytande på livskrafterna och öppnar dörren för försvagning och död. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 241 (1905).

Så uppnås Frihet från Samvetskval – Skuldkänslorna måste läggas vid Golgata kors' fot. Förmimmelsen av syndighet har förgiftat livets

källsprång och den sanna lyckan. Nu säger Jesus: Lägg allt detta på Mig; Jag axlar Din synd, Jag skänker Dig frid. Ödelägg inte längre Din självaktning, ty Jag har köpt Dig till priset av Mitt eget blod. Du är Min; Jag skall stärka Din försvagade vilja; Jag ämnar avlägsna Din syndaångest.

Stilla därför med tacksamhet Ditt hjärta, som har klappat av osäkerhet, och grip tag i hoppet, som hålls upp framför Dig. Gud godtar Ditt brustna, syndaångrande hjärta. Han erbjuder Dig förlåtelse fritt och för intet. Han erbjuder Sig, att adoptera eller ta upp Dig i Sin familj, för att genom Sin nåd avhjälpa Din svaghet, och den käre Jesus tänker leda Dig steg för steg, om Du ger Honom handen och låter Honom vägleda Dig. – *Brev 38*, 1887.

Jesus talar Förlåtelsens Ord – Satan söker, att dra våra tankar bort från den mäktige Hjälparen, att leda oss till, att grubbla över våra själars fördärv. Men fastän Jesus ser vår forna skuld, talar Han förlåtelsens ord; och vi borde inte vanära Honom, genom att betvivla Hans kärlek. – *Brev 2*, 1914. (*Vittnesbörd för Predikanter och Bibelarbetare*, sidan 518.)

Hans Kärlek befriar från Samvetskvalen – Den kärlek som Kristus låter flöda genom hela varelsen är en livgivande kraft. Den har en helande inverkan på varje livsviktigt organ – hjärnan, hjärtat och nerverna. Den stimulerar de högsta krafterna hos människan till aktivitet. Den befriar själen från skuld, sorg, oro och bekymmer som förstör livskrafterna, och för med sig inte ro och balans. Den ger en glädje till själen som ingenting här på jorden kan förstöra – en glädje i den helige Ande – en glädje som ger hälsa och liv. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 115 (1905).

Den störste Syndaren behöver den störste Frälsaren – I fall Du menar Dig vara den värste syndare, är Kristus precis, vad Du behöver, den störste Frälsaren. Lyft på huvudet och blicka bort ifrån Dig själv, bort ifrån Din synd, till den upphöjde Frälsaren; väck från ormens giftiga, dödliga bett till Guds Lamm, som tar bort världens synd. – *Brev 98*, 1893.

Han skänker Vila – Han har burit vår skuldbörda. Han vill ta bort den bördan från våra trötta skuldror. Han vill ge oss vila. Bekymrens och sorgens börda vill han också bära. Han inbjuder oss att kasta våra bördor på honom, för han bär oss i sitt hjärta. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 71 (1905).

Alla Synder inte lika allvarliga – Gud betraktar inte alla synder såsom lika stora. För honom såväl som för människor finns olika grader av brottslighet, men hur obetydlig en eller annan orätt handling än må synas i människors ögon, är ändå ingen synd liten inför Gud. Människors omdöme är partiskt och ofullkomligt, men Gud bedömer allt, sådant det verkligen är. Vi föraktar alkoholisten och säger att hans synd skall utestänga honom från himmelen, medan högmod, själviskhet och girighet alltför ofta går ostraffade. Men dessa senare är synder som Gud framför allt avskyr. De strider mot det goda och välvilliga i hans väsen och mot den oegennyttiga kärlek som utgör själva atmosfären i det syndfria universum. Den som begår någon svårare synd, känner kanske sin skam, sin förnedring och sitt behov av Kristi nåd, men högmodet väcker inte något sådant behov. Därför stänger vi hjärtat för Kristus och tar inte emot de andliga välsignelser, som han kom till denna värld för att skänka oss. – *Vägen till Kristus*, sidan 26 (1892).

Den Skyldige behöver matas med det Positiva – Ingen blir bättre av fördömanden och utskällningar. Att påminna en frestad själ om hans skuld, inger honom ingalunda kämpaglöd, för att bättra sig. Hänvisa den felande, modstulne personen till Honom, som förmår, att frälsa till det yttersta alla, som kommer till Honom. Visa honom, vad han kan bli. Säg åt honom, att han inte har något i sig, som utgör ett rekommendationsbrev till Gud, utan att Kristus dog för honom, så att han kan bli godkänd i den Älskade. Inge honom hopp, visa honom, att han förmår bättre i Kristi kraft. Håll upp inför hans blick möjligheterna, som är hans. Beskriv för honom de höjder, som han kan klättra upp på. Hjälp honom, att fatta tag om Herrens barmhärtighet, att lita på Hans förlåtande kraft. Jesus väntar på, att fatta hans hand, väntar på, att ge honom kraft till, att leva ett ädelt, dygdigt liv. – *Manuskript 2*, 1903.

Satan plågar Själen med Syndaskuld – Här framställs Guds folk som kriminella som ställts inför rätta. Som överstepräst försöker Josua få välsignelse för sitt folk som befinner sig i största nöd. Medan han vädjar till Gud står Satan till höger om honom som hans motståndare. Han anklagar Guds barn så att deras sak ska verka vara så hopplös som möjligt. Han lägger fram alla deras onda och felaktiga handlingar inför Herren. På det sättet hoppas han att Kristus ska se deras karaktärer på ett sådant sätt att det hindrar dem från att få hjälp i sin stora nöd. Josua är där som representant för Guds folk. Han står under fördömsen, klädd i orena kläder. Han är

medveten om sitt folks synder och känner sig nedtyngd av modlöshet. Och Satan plågar hans själ med en syndaskuld som får honom att uppleva sin situation som nästan hopplös. Ändå står han där bönfällande, med Satans makt emot sig. – *Såningsmannen*, sidan 129 (1900).

Vågade inte göra Anspråk på Guds Löften – Efter det har jag tänkt att många av dem som finns på inrättningar för sinnessjuka hamnade där på grund av upplevelser som liknande min egen. En känsla av synd hade slagit deras samveten och deras bävande tro vågade inte göra anspråk på löfterna om Guds förlåtelse. De lyssnade till beskrivningar av det renläriga helvetet, tills blodet i deras ådror frös till is och intrycket brändes in i deras minnen. Om de sov eller var vakna hade de alltid den fasansfulla bilden framför sig, tills verkligheten gick förlorad i fantasin och de bara såg de virvlande flammorna. De såg ett uppdiktat helvete och hörde bara de fördömdas skrik. Förnuftet avsattes och hjärnan fylldes med den vilda fantasin från en förfärlig dröm. De som undervisar i läran om ett evigt helvete skulle göra väl i att se närmare på vilket stöd det finns för en så en så grym tro. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 1, sidorna 25-26 (1855).

En Kris gör en ofta medveten om Källan till Styrka – Gud låter ofta människor hamna i en kris, för att överbevisa dem om deras svaghet och leda dem till kraftens källa. Om de ber och är vaksamma, och kämpar tappert, blir deras svaga sidor deras starka sidor. Jakobs erfarenhet innehåller många värdefulla läxor för oss. Gud lärde Jakob, att i sin egen kraft skulle han aldrig uppnå segern, att han måste brottas med Gud, för att få styrka från ovan. – *Manuskript 2*, 1903.

Kom ihåg Kristi Nåd – Då Jakob flydde från sin fars hus, sedan han på bedrägligt sätt försäkrat sig om förstfödsrätten, kände han bittert sin brottslighet. Ensam och övergiven, skild från allt som gjort livet kärt och behagligt för honom, plågades han mest av tanken, att hans synd för evigt hade skilt honom från Gud, att hans himmelske Fader hade övergett honom.

Bedrövad lade han sig till vila på bara marken. Omkring honom reste sig de ensliga kullarna mot skyn, och över honom välvde sig den stjärnströdda himlen. Medan han sov, tyckte han sig bli omstrålad av ett underbart ljus. Och se, på marken, där han låg, stod en stege, som nådde upp till himmelens portar, och på den gick Guds änglar upp och ned. Från den strålande härligheten hördes en röst, som talade tröst och uppmuntran.

Så fick Jakob upplysning om det som hans själ längtade efter – en Frälsare. Med glädje och tacksamhet såg han en väg, på vilken han, en syndare, kunde återvända till Gud. Den hemlighetsfulla stegen, som han såg i drömmen föreställde Kristus, den ende medlaren mellan Gud och människan. – *Vägen till Kristus*, sidorna 19-20 (1892).

Samvetskval lägger Grunden till många Sjukdomar – Den lame hade i Jesus funnit bot för både kropp och själ. Det andliga botandet hade följts av fysisk hälsa. Betydelsen av detta får inte förbises. Det finns idag tusentals människor som lider av fysiska sjukdomar och som i likhet med den lame längtar efter att få höra orden: ”Dina synder äro dig förlättna.” Syndens börda med dess kraftlöshet och otillfredsställda begär utgör underlaget för deras sjukdomar. De kan inte finna någon lindring, förrän de kommer till honom som botar själen. Den frid som ingen annan än han kan ge, kommer att ge sinnet styrka och kroppens hälsa. – *Vändpunkten*, sidan 260 (1898).

Okunnigheten utplånade inte deras Skuld – Hade de vetat att Han som de utsatte för tortyr, hade kommit för att frälsa det av synd drabbade människosläktet från evig undergång, skulle de ha gripits av ånger och skräck. Deras okunnighet utplånade emellertid inte deras skuld, eftersom det var deras förmån att kunna veta sanningen och att ta emot Jesus som sin Frälsare. – *Vändpunkten*, sidan 749 (1898).

Förriinga ej Skulden, genom att ursäkta Synden – Låt oss aldrig försöka minska vår skuld genom att ursäkta eller bortförklara vår synd. Vi måste acceptera vad Gud har att säga om synd, och han framhåller den som något mycket allvarligt. Golgata ensamt visar hur enorm synden verkligen är! Skulle vi tvingas bära våra egna skulder, så skulle vi krossas under dem. Men Jesus, som var totalt syndfri, tog vår plats. Utan att på något sätt ha förtjänat det har han lidit konsekvenserna av vår ondska. ”Om vi bekänner våra synder, är han trofast och rättfärdig, så att han förlåter oss synderna och renar oss från all orättfärdighet” (1 Joh 1:9) – *Men Jag säger...*, sidan 116 (1896).

Ödmjukade Själur erkänner sin Skuld – De, som inte har ödmjukat sina själar inför Gud i bekännelse av sin skuld, har ännu inte levt upp till det första villkoret för att bli godtagna. Om vi inte har erfarit den ånger, som vi aldrig kan ångra och inte har bekänt vår synd med själens sanna ödmjukhet och med en förkrossad ande och avskytt vår ogudaktighet, har vi aldrig uppriktigt

sökt efter förlåtelse för våra synder. Och om vi aldrig har sökt, har vi aldrig funnit Guds frid. Den enda orsaken till att vi inte har fått förlåtelse för tidigare synder, är att vi inte vill ödmjuka våra stolta hjärtan och rätta oss efter villkoren i sanningens ord.

Det finns tydlig undervisning i den här frågan. Syndabekännelse, oavsett om den är offentlig eller privat, bör komma från hjärtat och uttryckas av fri vilja. Den skall inte krävas av syndaren. Den skall inte göras på ett respektlöst och likgiltigt sätt eller pressas fram av dem, som inte har någon verklig känsla för syndens avskyvärda karaktär. Den bekännelse som är blandad med tårar och sorg och som väller fram ur själens innersta, finner vägen till den gränslöst medkännande Guden. Psalmisten säger: ”Herren är nära dem som har ett förkrossat hjärta och frälsar dem som har en bedrövad ande.” – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidorna 636-637 (1889).

Livsviktigt, att ge upp Synden – Det är här, som Du utsätter Dig för fördömsen, nämligen genom att Du fortsätter i synden. Upphör i Kristi kraft med synden. Allt har gjorts, för att nåden skulle vara kvar i Dig, för att synden skulle te sig som det avskyvärda den är, synd. ”Men om någon syndar” {Första Johannesbrevet 2:1}, skall han inte ta sig åt pannan i förtvivlan och tala likt en person, som har gått förlorad för Kristus. – *Brev 41*, 1893.

Gud förlåter alla, som infinner sig – Med rätta kommer Gud att fördöma alla som inte tar emot Kristus som sin personlige frälsare, men han förlåter alla som kommer till honom i tro, och han sätter dem i stånd till att göra Guds gärning och att genom tro bli ett med Kristus. . . . Herren har lagt allt till rätta för människors fullständiga och fria frälsning, och för att de skall kunna vara fullkomliga i honom. Gud vill att hans folk skall ta emot strålarna från rättfärdighetens sol, för att alla skall ha sanningens ljus. För ett gränslöst högt pris har Gud sört för världens frälsning genom att ge sin enfödde Son. Aposteln ställer denna fråga: ”Han som inte skönade sin egen Son, utan utlämnade honom för oss alla, hur skulle han kunna annat än att också skänka oss allt med honom?” (Rom 8:32.) Om vi inte blir frälsta, kommer det inte att vara Guds fel, utan vårt eget, för att vi inte har samarbetat med himlen. Vår vilja har inte stämt överens med Guds vilja. – *The Review and Herald*, den 1. november, 1892. (*Utvalda Budskap*, Band 1, sidan 375.)

Hopp för alla [Se *Vägen till Kristus* {storstilsutgåvan 1982}, kapitlet: ”Ånger och

bättring”, ”Jag vill bekänna” och ”Gud tar emot den som tror”.] Ingen behöver sjunka ner i missmod och förtvivlan. Satan kan komma till dig med det grymma påståendet: ”Du är ett hopplöst fall. Dig går det inte att hjälpa.” Men det finns hopp för dig i Kristus. Gud begär inte att vi skall övervinna i vår egen kraft. Han ber oss komma nära intill honom. Oavsett vilka svårigheter vi arbetar under som tynger ner vår själ och kropp, så väntar han på att göra oss fria. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 213 (1905).

Sorg

Verkar nedbrytande på Livskrafterna – Sorg, oro, missnöje, samvetsqual, skuld och misstro, allt detta verkar nedbrytande på livskrafterna och öppnar dörren för försvagning och död... Mod, hopp, tro, sympati och kärlek bygger upp hälsan och förlänger livet. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 241 (1905).

Försämrar Cirkulationen – Dysterhet dämpar kraftigt cirkulationen i blodådrorna och nerverna, dessutom försvårar den leverns arbete. Dysterhet hindrar matsmältningens och näringsupptagets förlopp, och tenderar att torka ut benmärgen [de invärtes ämnena] i hela organismen. – *Brev 1*, 1883.

Kan inte råda Bot på en enda ond Sak – Sorg och ängslan kan inte råda bot på en enda ond sak. I stället kan de göra stor skada. Men glädje och hopp är till ”liv för var och en som finner dem och läkedom för hela hans kropp” (Ordspr. 4:22), samtidigt som en sådan hållning lyser upp vägen för andra. – *The Signs of the Times*, den 12. februari, 1885. (*Det adventistiska Hemmet*, sidan 431.)

Varje Situation har förberetts – Vi skall inte låta framtiden med sina svåra problem och otillfredsställande utsikter göra våra hjärtan modlösa, våra knän darrande och våra händer slappa. ”Låt honom fatta tag i min styrka”, säger den Allsmäktige, ”så att han kan sluta fred med mig; och han skall sluta fred med mig.” Jes 27:5 (KJV). De som överlämnar sina liv till att ledas av honom och tjäna honom, kommer aldrig att bli ställda i en position som han inte har förberett för. Oavsett vilken situation vi befinner oss i, har vi, om vi är ordets görare, en Vägledare som visar oss vägen. Oavsett vilka svåra problem vi står inför, har vi en Rådgivare som vi kan lita på. Oavsett vilken sorg, förlust eller ensamhet som drabbar

oss, har vi en Vän som sörjer med oss. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 212 (1905).

Förväntar man sig Trubbel, blir Bördan dubbelt så tung – Vi lever i en värld full av lidande. Svårigheter, prövningar och sorger väntar oss alla under vägen till det himmelska hemmet. Men det finns många som gör livets bördor dubbelt tunga genom att ständigt gå och vänta på svårigheter. Om de möter motgångar eller besvikelser tror de att allt håller på att bryta samman, att deras lott i livet är svårare än alla andras, och att de helt säkert kommer att lida nöd. På det sättet drar de elände över sig själva och kastar en skugga över alla omkring sig. Själva livet blir en börda för dem.

Men så behöver det inte vara. Det kommer att krävas en allvarlig ansträngning för att förändra deras tankebanor, men förändringen kan åstadkommas. Deras lycka, både i det här livet och i det kommande, beror på om de håller sina tankar fästade på det som är ljusst. De måste vända bort blicken från det mörka som de inbillar sig, för att se på de välsignelser Gud har strött på deras stig, och bortom dessa fram mot det osynliga och eviga. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 211 (1905).

Kastar en Skugga – Det är oförståndigt att låta tankarna syssla med livets obehagligheter, dess synder och misräkningar, att tala om dem och klaga över dem, till dess man överväldigas av modlöshet. Den modlöse är uppfylld av mörker som utestänger Guds ljus från hans själ och kastar en skugga på andras levnadsväg. – *Vägen till Kristus*, sidan 117 (1892).

Tala om Välsignelser, mindre om Prövningar – Herrens barmhärtighet och godhet är stor mot oss. Han kommer aldrig att överge eller svika dem som litar på honom. Om vi ville tänka mindre på våra prövningar och prata mindre om dem och mer om Guds nåd och godhet, skulle vi få erfara att vi lyftes upp över mycket av vårt tungsinne och våra förvecklingar. Mina bröder och systrar, ni som känner att ni har kommit in på en mörk väg, och liksom fångarna i Babylon måste hänga upp sina harpor i pilträden, kan göra prövningarna till glada sånger.

Du kan säga: Hur kan jag sjunga när framtidsutsikterna för mig är så mörka och när min själ är nedtyngd av sorg och smärtsam förlust? Har jordiska sorger berövat oss den allsmäktige vän som vi har i Jesus? Borde inte Guds förunderliga kärlek då han gav oss sin kära Son, vara ett ämne för ständig glädje? När vi för

fram våra behov inför nådens tron, så låt oss inte glömma att också komma fram med tacksägelsens hymn. ”Den som offerar lovets offer, ärar mig.” (Psalm 50:23). Så länge vår frälsare lever, har vi anledning att oupphörligt tacka och prisas. – *The Review and Herald*, den 1. november, 1881. (*Utvalda Budskap*, Band 2, sidorna 268-269.)

Vänd Ryggen åt den gränslösa Sorgen (råd till en sörjande familj) – Liksom Job, kände ni, att ni hade anledning att sörja och ville inte låta er tröstas. Var detta rimligt? Ni vet ju att döden är en kraft som ingen kan stå emot, men ni har gjort era liv nästan odugliga genom er onödiga sorg. Era känslor har varit något mindre än ett uppror mot Gud. Jag såg, att ni alltid uppehöll er vid er smärtsamma förlust och gav plats för era lättpåverkade känslor, tills era högljudda sorgedemonstrationer fick änglarna att dölja sina ansikten och dra sig tillbaka från scenen.

När ni på det sättet gav plats för era känslor, kom ni då ihåg, att ni hade en Far i himlen, som gav Sin enfödde Son till att dö för oss, så att döden inte skulle kunna bli en evig sömn? Kom ni ihåg, att livets och härlighetens Herre passerade genom graven och lyste upp den med Sin egen närvaro? Den älskade lärjungen sade: ”Skriv! Saliga är de döda, som härefter dör i Herren. Ja, säger Anden, de skall vila sig från sitt arbete, ty deras gärningar följer dem”. (Upp. 14:13) Aposteln visste väl vad han talade om, när han skrev dessa ord. När ni däremot ger utrymme för okontrollerbar sorg, står ert uppförande då i överensstämmelse med den tröst som dessa ord ger uttryck för? – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidan 313 (1885).

Att bara tänka på sig själv, är själviskt (råd till en svårt sörjande pastor) – Nå, broder____, det är ett slags själviskhet, att rikta tankarna hela tiden på sig själv. Så här förhöll det sig inte alls med aposteln Paulus, som var en krämpornas man. Han tänkte minst av allt på sig själv. Han genomgick prövningar av ett slag, som Du aldrig har upplevt, eller någonsin kommer att utsättas för. Dessa föste han åt sidan i sinnet; han tjtade inte om dem, utan upphöjde Guds nåd.

Din hustru drabbades av sjukdom och död. Din sorg var lika svår, som alla Dina övriga bekymmer. Du tryckte sorgen till bröstet, Du formligen älskade dess sällskap, och Du lät sinnet och tankarna själviskt kretsa kring Din sorg, och följden blev ohälsa. Sedan blev Din dotters bortgång förvisso ett hårt slag, men andra har gått igenom detsamma under mera prövande omständigheter. Du lät denna anfäktelse röva Din manlighet från Dig; Du uppehöll Dig vid den, Du

talade om den, Du tyngde ned själen över en sak, som Du inte kunde göra något åt. Det var syndigt, att reagera på dessa dråpslag, såsom Du har gjort.

Jag vet, vad jag talar om. I fall sinnet tillåts, att förlamas av sorg, blir inte födan smält riktigt och som följd härav blir organismen dåligt närd. – *Brev 1*, 1883.

Sorg gör, att Blod rusar till Hjärnan (en personlig erfarenhet) – Medan jag på detta sätt arbetade med att tala och skriva, fick jag nedslående brev från Battle Creek. När jag läste dem kände jag en obeskrivlig nedstämdhet som ledde till ångest, som för en kort tid verkade förlama min livsenergi. På tre nätter sov jag nästan ingenting. Mina tankar var plågade och förbryllade.

Jag dolde mina känslor så gott jag kunde för min man och den sympatiska familj vi bodde hos. Ingen kände till den börda och de bekymmer jag bar i mina tankar, när jag var tillsammans med familjen under morgon- och kvällsandakter, och jag försökte lägga mina bekymmer på den Store Bäraren av bördor. Men mina böner kom från ett hjärta som var plågat av ångest och mina böner var brutna och osammanhängande på grund av sorg som jag inte kunde kontrollera. Blodet rusade upp till min hjärna och fick mig ofta att vackla och nästan falla. Jag fick ofta näsblod, i synnerhet när jag försökte skriva. Jag var tvungen att lägga mitt skrivande åt sidan, men jag kunde inte göra mig fri från den börda av ångest och det ansvar som vilade på mig. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 1, sidorna 576-577 (1867).

Vad man skall göra åt Sorgsenheten – Upptas Du av sorgsenhet i dag? Fäst då blicken på Rättfärdighetens Sol. Försök ej, att besegra alla svårigheter, utan vänd ansiktet åt ljuset, mot Guds tron. Vad ser Du där? Förbundets regnbåge, Guds osvikliga löfte. Inunder finns nådstolen, och var och en, som tillgodogör sig möjligheterna till nåd, som har ställts till förfogande och åberopar förtjänsterna hos Kristi liv och död, äger i förbundets regnbåge en underbar försäkran om godtagande hos Fadern så länge, som Guds tron består.

Du är i behov av tro. Låt inte Din tro vackla. Kämpa trons goda strid och omfamna det eviga livet. Kampen kommer att bli hård, men strid till varje pris, ty Guds löften är ja och amen i Kristus Jesus. Fatta Kristi hand. Svårigheter måste förvisso besegras, men mäktiga änglar kommer att samarbeta med Gud. Vänd Dig mot Sion, ta de sista stegen till högtidligheternas stad. En

underbar krona och en skrud vävd i himmelens vävstol väntar på segraren. Fastän Satan må slunga sin helvetiska skugga över Din stig och försöka, att försöka att dölja för blicken den gåtfulla stege, som sträcker sig från jorden till Guds tron och på vilken färdas änglarna tjänstgörande för frälsningens mottagare, skall Du ändå kämpa Dig uppåt, avancerande en stegpinne åt gången, tills Du når fram till den Oändliges tron. – *Manuskript 66*, 1895.

Sympatisörer är inte alltid ens Vänner – Om de i omgivningen är av det slag, som inte försöker att rikta in Dina ord och tankar på ett bättre spår, om de håller med Dig om allt, bör Du skyndsamt överge dem. De är inte Dina vänner, utan Dina värsta fiender. Herren vill se Dig glad.

Du har begravt Dina vänner; det har jag också; likväl törs jag inte fråga: Varför har Du störtat mig i den brinnande ugnen? Varför har jag drabbats om och om igen? Svaret når mig från länge sedan flydda tider: ”Vad jag gör förstår du inte nu, men längre fram skall du förstå det” (Johannesevangeliet 13:7).

Guds avsikter höljs ofta i ett mysterium; de låter sig inte förstås av begränsade intellekt; men Han, som skådar slutet från början, vet bättre, än vi. Vad vi behöver göra, är att rena oss från all världslighet, att fullkomna vår kristna karaktär, så att Kristi rättfärdighet blir vår. – *Brev 1*, 1883.

Arbete för andra lindrar Sorgen – Aposteln förlorade ur sikte sina egna, nära förestående lidanden i omsorgen om dem, som han stod i begrepp att lämna, för att själva hantera fördom, hat och förföljelse. De få kristna, som följde med honom till avrättningsplatsen, försökte han att stärka och uppmuntra, genom att upprepa löfena åt dem, som blir förföljda för rättfärdighetens skull. Han försäkrade dem, att inga av Herrens löften till Sina prövade och trogna barn skulle falla.

Under en kort tid kunde de komma att lida på grund av mångahanda frestelser; de kunde komma att sakna varje jordisk bekvämlighet; men de kunde finna nytt mod i garantin om Guds trofasthet i dessa ord: ”jag vet vem jag tror på, och jag är övertygad om att det står i hans makt att till den dagen bevara det som har blivit anförtrott åt mig.” {Andra Timoteusbrevet 1:12.} Snart skulle prövningens natt vara över, och sedan skulle fridens och den molnfria dagen gry. – *The Review and Herald*, den 4. januari, 1912.

De bästa Tröstarna – De som har gått igenom de största sorgerna, är ofta de som kan ge den största hjälpen till andra och föra solsken med sig vart de än går. Sådana människor har tuktats och blivit milda genom sina sorger. De förlorade inte sin tillit till Gud när de omgavs av svårigheter, utan klamrade sig i stället närmare hans beskyddande kärlek. De är ett levande bevis på Guds ömma omsorg, han som skapar mörkret likaväl som ljuset, och tuktar oss till vårt bästa. Kristus är världens ljus och inget mörker finns i honom. Dyrbara ljus! Låt oss leva i detta ljus! Säg farväl till bedrövelse och grämselse. Gläd er i Herren alltid. Åter vill jag säga: Gläd er! – *The Health Reformer*, oktober, 1877. (*Utvalda Budskap*, Band 2, sidan 274.)

Ett Motgift mot Sorgen – Gud har gett möjlighet till lindring för varje sår. Det är balsam i Gilead, det finns en läkare där. Vill ni inte granska Skriften mer än någonsin tidigare? Sök Herren för att få visdom i varje nödsituation. Be innerligt till Jesus att han skall visa er en väg ut ur svårigheterna. Då kommer era ögon att öppnas så att ni får syn på läkemedlet och i ert eget fall kan använda de läkande löften som finns i hans ord.

På det sättet kommer inte fienden att få något tillfälle att föra er in i sorg och otro. I stället kommer ni att ha tro, hopp och mod i Herren. Den Helige Ande kommer att ge er klar förståelse så att ni kan se och använda varje välsignelse som kommer att verka som ett motgift mot smärta, som en läkande gren för varje bitterhetens dryck som lyfts till era läppar. Den bittra drycken blandas med Jesu kärlek. I stället för att klaga över det bittra, kommer ni att erfara att Jesu kärlek och nåd i så hög grad har blandats med sorgen att den har vänts till en stilla och helig glädje. – *Brev 65a*, 1894. (*Utvalda Budskap*, Band 2, sidorna 273-274.)

Åtskillnad från Gud medför Själsångest – Det var skräcken för åtskillnaden från Faderns gillande, som gjorde Kristi lidanden så svåra. Då själsångesten slog till med full kraft mot Honom, blev ”hans svett... som blodsdroppar, som föll ner på jorden” (Lukasevangeliet 22:44). Hans ohyggliga ångest, orsakad av tanken på, att i denna stund av nöd hade Gud försakat Honom, avbildar den skräck och fasa, som syndaren kommer att känna, när han för sent inser, att Guds Ande har dragits bort ifrån honom. – *Manuskript 134*, 1905.

Vi kommer att förstå, när vi vandrar i Paradiset – Människan kommer först att förstå hela världshistorien, när hon vandrar med sin

Förlossare i Guds paradiset. ”Ty Lammet som står mitt för tronen skall vara deras herde och leda dem till livets vattenkällor, och Gud skall torka bort alla tårar från deras ögon” (Uppenbarelseboken 7:17). – *Manuskript 28*, 1898.

Oro och Ängslan

Oro, inte Arbete, dräper – Dräparen heter inte Arbete; den heter Oro. Det enda sättet, att undvika oro på, är att bära fram varje bekymmer till Kristus. Låt oss inte se på det mörka i tillvaron. Låt oss uppamma ett glatt humör. – *Brev 208*, 1903.

Att bära på onödiga Bekymmer – Några är alltid ängsliga och bär på onödiga bekymmer. Varje dag omges de av bevis på Guds kärlek, varje dag åtnjuter de hans försyns rika välsignelser. Allt detta glömmar de. De tänker ständigt på obehagliga saker, som de tror skall drabba dem. Till och med obetydliga svårigheter skymmer deras blick för mycket som borde framkalla tacksamhet hos dem. De svårigheter de råkar ut för borde dra dem till Gud, som är deras enda hjälp, men i stället skiljer de dem från honom genom den otålighet och klagan som de ger uttryck åt. – *Vägen till Kristus*, sidan 106 (1892).

Oro gör Bördan tung – Jag är allvarligt bekymrad över, att vi skall yxa till ok åt våra halsar genom all vår oro. Låt oss inte oroas; för annars gör vi bara oket tungt och bördan svår att hantera. Låt oss göra vårt bästa utan oro, och i stället lita på Kristus. Studera Hans ord: ”Allt vad ni ber om i er bön skall ni få, när ni tror” (Matteusevangeliet 21:22). Dessa ord utgör utfästelsen eller löftet om, att allt, som en allsmäktig Frälsare kan skänka, kommer att ges åt dem, som litar på Honom. I egenskap av förvaltare av himmelens nåd, skall vi be i tro och sedan vänta i förtröstan på Guds frälsning. Vi skall inte gå före Honom, och i vår egen kraft försöka, att åstadkomma det vi önskar. I Hans namn skall vi be, och sedan skall vi handla, som om vi trodde på Hans förmåga. – *Brev 123*, 1904.

Inte Guds Vilja – Det är inte Guds vilja, att hans barn skall tryckas ned av bekymmer. – *Vägen till Kristus*, sidan 122 (1892).

Ängslan medför Sjukdom – När oförrätter har blivit ställda till rätta, kan vi lugnt och

förtröstansfullt lägga fram de sjukas behov inför Herren, på det sätt hans Ande visar oss. Han känner varje människa vid namn, och har omsorg om henne som om det inte funnes någon annan människa på jorden för vilken han gav sin älskade Son. Eftersom Guds kärlek är så stor och så oföränderlig, borde man uppmuntra de sjuka att lita på honom och vara vid gott mod. Att oroa sig över sig själv har en tendens att försvaga och leda till sjukdom. Om de sjuka höjer sig över sin nedstämdhet och dysterhet ökar utsikterna för att de skall bli friska, för "HERRENS ögon ser till dem som fruktar honom, till dem som väntar på hans nåd". Ps 33:18. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 195 (1905).

Sluta, att oroa Dig (råd till en vän, som väntade döden) – Jag tänker på dig, och det gör mig bedrövad att du är orolig till sinnes. Jag skulle vilja trösta dig om jag bara kunde. Har inte Jesus, den dyrbara frälsaren, så många gånger varit hos dig med sin hjälp i nödens stund? Gör inte den Helige Ande bedrövad. Sluta att bekymra dig. Det har du många gånger sagt till andra. Låt orden från dem som inte är lika sjuka som du, trösta dig. Måtte Herren hjälpa dig, det är min bön. – *Brev 365*, 1904. (*Utvalda Budskap*, Band 2, sidan 253.)

Vi oroar oss ut ur Jesu Famn – Om vi lärde våra själar, att ha mera tro, mera kärlek, större tålamod, mera fullständig förtröstan på vår himmelske Fader, skulle vi äga större frid och mera lycka, medan vi går igenom detta livs provningar. Herren ogillar, när vi vändas och oroas, så att vi halkar ur Jesu famn. Han är den enda källan till varje nådegåva, uppfyllelsen av varje löfte, förverkligandet av varje välsignelse... Vår pilgrimsvandring skulle förvisso fyllas av ensamhet, om det inte vore för Jesus. "Jag skall inte lämna er tröstlösa" (Johannesevangeliet 14:18, *KJV*), säger Han till oss. Låt oss sätta värde på Hans ord, tro Hans löften, upprepa dem dagtid och begrunda dem kvällstid, och sedan bli lyckliga. – *Manuskript 75*, 1893. (*Our High Calling*, sidan 120.)

Vila i Kristi Kärlek – Låt oss vända oss bort ifrån livets dammiga, upphettade allfartsvägar och vila i skuggan av Kristi kärlek. Här kan vi få kraft till striden. Här lär vi oss hur vi skall kunna lindra möda och bekymmer, hur vi skall kunna tala och sjunga till Guds ära. De som är trötta och nedtyngda av bördor kan tillägna sig Kristi lärdom om stilla förtröstan. De behöver sitta under hans skugga om de vill få del av hans frid och vila. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 7, sidorna 69-70 (1902).

Guds och mitt Ansvar – Därför skall vi inte avskärma oss från Gud och söka lycka och framgång på egen hand. Det blir en börda Gud aldrig lagt på oss som vi då själva försöker bära utan hans hjälp. Vi tar på oss ett ansvar som bara hör Gud till och gör på så vis faktiskt anspråk på hans plats. Vi kan inte alltid undvika bekymmer eller alltid räkna med att gå fria från faror och förluster. Men om vi på allvar tror att Gud älskar oss och vill oss väl, kan vi genast sluta att ängslas för framtiden. Vi kan lita på Gud som ett barn litar på sina kärleksfulla föräldrar. Vi kan känna oss trygga, för vår önskan att allt skall ordna sig på bästa sätt är innesluten i Guds önskan. – *Men Jag säger...*, sidan 106 (1896).

Lånad Omsorg och Ängslan – Det kommer inte att finnas en ständig fruktan för att något ont skall komma. Denna lånade omsorg och ängslan kommer att upphöra. Vi har en himmelsk Fader som bekymrar sig om Sina barn och som vill visa och kommer att visa att Hans nåd räcker, vid varje tillfälle då det finns behov av det. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidan 72 (1868).

Lägg Framtiden i Guds Händer – När de bringas i trångmål, knotar de över förfaringssättet, som Gud brukar, för att luttra dem. Många, som har allt vad de för närvarande behöver, förlitar sig dock ej på Gud för framtiden, utan de känner en ständig fruktan för, att de kanhända skall bli försatta i armod och deras barn komma att lida nöd. Några förväntar sig alltid, att något ont skall inträffa, eller förstorar sina verkliga svårigheter, så att de ej kan upptäcka de många välsignelser, vilka borde väcka tacksamhet hos dem. De hinder, som möter dem på vägen, borde leda dem till, att söka hjälp hos Gud, vilken allena kan skänka styrka. I stället skiljer de dem från Honom, eftersom de uppväcker oro och knot...

Jesus är vår vän, hela himmelen önskar vår välgång, och vår ängslan och fruktan bedrövar Guds Helige Ande. Vi borde ej hänge oss åt bekymmer, vilka blott retar och försvagar oss, men inte bistår oss under våra provningar. Ingen bör visa sitt misstroende till Gud, genom att anse förberedelser för kommande behov vara livets egentliga uppgift, som om vår sällhet berodde på jordiska ting. – *Patriarker och Profeter*, sidan 305 (1890).

Oro i Onödan – Gud fördömer inte försiktighet och förutseende i bruket av världsliga resurser; men den feberheta omsorgen, det onödiga oroandet för världsliga föremål, stämmer ej överens med hans vilja. – *The Review and Herald*,

den 1. mars, 1887. (*Counsels on Stewardship*, sidan 159.)

Ängslan minskar Kroppens Kraft – De påfrestningar och den oro som Paulus hade utsatts för, hade emellertid börjat tära på hans fysiska krafter. – *Löftestiden*, sidan 488 (1911).

Kristna med bävande Hjärtan – Många som bekänner sig vara Kristi efterföljare är ängsliga och oroliga därför att de är rädda för att helt förlita sig på Gud. De överlåter sig inte helt och hållet åt honom, eftersom de ryggat tillbaka för de följder en sådan överlåtelse kunde få. Men om de inte gör denna överlåtelse kan de inte få frid. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 421 (1905).

Minut för Minut – Det är en sak, som jag vill varna Dig för. Vändas och oroas inte; det tjänar ändå inget till. Ta inte på Dig för mycket. Om Du inte satsar för hårt, kommer Du att utträtta mycket mer, än om Du ger Dig i kast med för många planer samtidigt. Kom alltid ihåg Kristi ord: ”Vaka och bed att ni inte kommer i frestelse” (Markusevangeliet 14:38). Kristus är Din personlige Frälsare. Tro, att Han utövar Sin frälsande förmåga för Dig minut för minut, timme efter timme. Han är vid Din sida i varje besvärlig stund. – *Brev 150*, 1903.

Korsa inte Bron i Förtid – Vi bör handla likt personer, som har köpts fria genom Kristi blod; vi skall fröjdas i Kristi blod och åt syndernas förlåtelse. Det är så vi skall göra, och måtte Gud bidra till, att vi upphör med att tänka på det vanskliga och i stället koncentrerar oss på sådant, som skänker oss ljuvligt hopp. Nu tänker jag läsa en annan Bibelvers: ”Gör er inga bekymmer för något” (Filipperbrevet 4:6). Vad betyder det? – Jo, korsa inte bron, förrän Ni har nått fram till den. Ta inte ut bekymren i förväg. De kommer att infinna sig tids nog, bröder. Vi skall hålla denna dag i tankarna, och om vi utträttar dagens plikter väl, kommer vi att vara redo för morgondagens åtaganden. – *Manuskript 7*, 1888.

Att försöka, att rätta sig efter Världens Måttstock – Det finns många som dignar under en börda av bekymmer och omsorger, på grund av att de försöker följa med i omvärldens standard. De har valt att tjäna den, godtagit dess förvirring, anpassat sig efter dess vanor. Härigenom har deras karaktär tagit skada och deras liv har blivit en börda. För att kunna tillfredsställa ärelystnad och materiella önskningar handlar de mot sina samveten, med följd att deras börda blir än tyngre av samvetsförebråelser.

De ständiga bekymren sliter på livskrafterna. Jesus vill att de skall lägga av sig detta träldomsok. Han inbjuder oss att ta på oss hans ok. Han säger: ”Mitt ok är mildt och min börda är lätt.” Han bjuder dem att först söka Guds rike och hans rättfärdighet. Han lovar att allt det som de behöver i detta liv skall de dessutom få.

Bekymren gör oss blinda så att vi inte kan urskilja framtiden. Jesus ser emellertid slutet från början. I alla svårigheter kan han skapa en utväg och ge hjälp. – *Vändpunkten*, sidan 327 (1898).

Tron kan vara oövervinnlig – Var inte bekymrade. När ni ser på det som är för ögonen och klagar när svårigheter och nedslående förhållanden uppstår, ger ni uttryck för en sjuk, försvagad tro. Genom ert tal och ert handlingsätt skall ni visa att er tro är oövervinnlig. Herren är rik på hjälpmedel. Världen tillhör honom. Se upp till honom som har ljus, kraft och möjligheter. Han skall välsigna var och en som försöker förmedla ljus och kärlek till andra. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 7, sidan 212 (1902).

Växter blir inte större av Oro eller medveten Ansträngning – I stället för att jaga upp Dig över tanken på, att Du inte växer till i nåden, utträtta helt enkelt varje plikt, som knackar på dörren, känn hjärtats börda för själar, och försök, att med varje till buds stående medel frälsa de förlorade. Var vänlig, var artig, var medkännande; tala ödmjukt om det välsignade hoppet; tala om Jesu kärlek; berätta om Hans godhet, Hans barmhärtighet och Hans rättfärdighet; och sluta, att oroa Dig över, huruvida Du växer till. Växter blir inte större genom medveten ansträngning... Växterna vändas inte ständigt över sitt växande; de bara växer under Guds överinseende. – *The Youth's Instructor*, den 3. februari, 1898. (*My Life Today*, sidan 103.)

Medicin mot Ängslan – Gud vårdar och uppehåller allting som han har skapat... vakar vår himmelske Fader över var och en av dem, ser varje tår som faller från ett sorset öga och varje leende som upplyser ett glatt ansikte.

Om vi verkligen kunde tro detta, skulle all onödig ängslan och alla bekymmer försvinna. Vårt liv skulle då inte vara så uppfyllt av missräkningar, ty allting, både stort och smått, skulle vi ha överlämnat åt Herren, som aldrig blir rådvill eller nedtryckt av bekymmer. Vi skulle då få njuta ett själslugn, som många av oss länge har saknat. – *Vägen till Kristus*, sidan 86 (1892).

Tron jagar Ängslan på Flykten – Alla är vi så angelägna om lyckan, men få finner den alls, därför att de letar efter den på fel sätt, i stället för att eftersträva den. Vi måste sträva uppriktigt och allvarligt till det yttersta och till våra önskningar koppla tro. Då blir vi nästan automatiskt lyckliga... När vi, trots alla besvärliga omständigheter, vilar förtröstansfullt i Hans kärlek och stänger oss inne med Honom, varvid vi stilla insuper Hans kärlek, inger förnimmelsen av Hans närvaro djupgående, lugn glädje. Den här erfarenheten bygger i oss en tro, som gör det möjligt för oss, att inte våndas, att inte oroa oss, utan att vara beroende av en kraft, som är oändlig. – *Brev 57, 1897. (My Life Today, sidan 184.)*

Denna enda Princip – De som följer denna enda princip att framför allt annat tjäna Gud och att förhärliga honom, kommer att finna att alla förvecklingar försvinner och att vägen jämnas framför dem. – *Vändpunkten, sidan 330 (1898).*

Den viktiga Principen om, att ta en Dag åt Gången – Att troget utföra dagens plikter är det bästa sättet att förbereda sig för morgondagens prövningar. Samla inte morgondagens alla förpliktelser och bekymmer för att lägga dem på dagens börda. ”Var dag har nog av sin egen plåga.” Matt 6:34. – *Hälsa för Hela Människan, sidan 481 (1905).*

En dag i sänder ligger i våra händer, och den dagen skall vi se till att vi lever för Gud. Låt oss dagligen inviga Jesus i alla den dagens planer och dela våra bekymmer med honom, för han har omsorg om oss. ”Jag vet väl vilka tankar jag har för er, säger Herren, nämligen fridens tankar och inte ofärdens, till att ge er en framtid och ett hopp.” – ”Ty så säger Herren, Herren, Israels helige: ’Om ni vänder om och är stilla, skall ni bli frälsta. Genom stillhet och förtröstan blir ni starka.’” (Jer 29:11; Jes 30:15.) – *Men Jag säger...*, sidan 101 (1896).

Låt oss inte göra oss förtvivlade inför morgondagens bördor. I stället skall vi modigt och muntert bära dagens bördor. Vi måste äga förtröstan och tro för i dag. Vi ombeds nämligen inte, att leva mer, än en dag i taget. Han, som ger styrka för i dag, ger styrka i morgon. – *The Signs of the Times, den 5. november, 1902. (In Heavenly Places, sidan 269.)*

Kraft för varje Prövning – Vår himmelske Fader mäter och väger varje prövning, innan Han låter den drabba en troende. Han betänker omständigheterna och styrkan hos den, som skall genomgå Guds prov och prövning, och Han låter

aldrig frestelserna övergå förmågan, att stå emot dem. I fall själen kommer till korta, personen blir utmanövrerad, går detta aldrig att skylla på Gud, att Han inte skulle ha tillhandahållit nog mycket nåd, men den frestade var inte vaksam och tillräckligt bedjande samt tillgodogjorde sig inte de resurser, som Gud hade i överflöd åt honom. Kristus har aldrig svikit en troende i stridens hetta. Den troende måste göra löftet gällande och möta fienden i Herrens namn, ty då går han alltid segande ur striden. – *Manuskript 6, 1889.*

Fruktan

Millioner bundna av Fruktan – Miljoner människor släpar sig fram som lastdjur, bundna av falska religionssystem, av slavisk fruktan eller av slö likgiltighet. De har berövats allt hopp, all glädje och all längtan efter något högre här i tiden och känner endast en obestämd rädsla för framtiden. Endast evangelium om Guds nåd kan lyfta människan. – *Vändpunkten, sidan 478 (1898).*

Eftersom de misstror Gud, har de tusentals Farhågor – Många försummar att samla sig skatter i himlen åt sig själva genom att göra gott med de medel som Gud har lånat ut till dem. De misstror Gud och har tusentals farhågor inför framtiden. Liksom Israels barn har de onda hjärtan som saknar tro.

Gud gav detta folk ett överflöd, när deras behov krävde det, men de tog ut bekymren i förtid. De beklagade sig och knotade under sin vandring över att Mose hade fört dem ut för att döda dem och deras barn genom svält. Inbillade brister stängde deras ögon och hjärtan från att se Guds godhet och barmhärtighet under deras vandring.

De var otacksamma över Hans givmildhet. Sådant är också Guds misströstande, bekännande folk i vår egen tid, som utmärks av otro och avfall. De är rädda för att de skall lida brist eller att deras barn skall lida nöd. De vågar inte lita på Gud. De har ingen äkta tro på Honom som har anförtrött dem det här livets välsignelser och gåvor och som har gett dem talenter att använda till Hans ära genom att främja Hans verk. – *Vittnesbörd för Församlingen, Band 2, sidorna 656-657 (1871).*

En av Satans Härskartekniker är Fruktan – Gud tvingar aldrig någons vilja eller samvete. Men Satan försöker ständigt genom grymhet att tvinga till sig makten över dem som han inte kan

förföra på något annat sätt. Frukten och brutalitet är de medel som han använder för att få makt över samvetet och tillförsäkra sig äran. För att åstadkomma detta arbetar han genom både religiösa och världsliga myndigheter för att tvinga fram efterlevnad av mänskliga lagar som strider mot Guds lag. – *Den Stora Striden*, sidan 591 (1888).

Farhågorna blir bara djupare, om vi rådfrågar våra Tvivel – Om vi rådfrågar våra tvivel eller farhågor eller söker att få klarhet i allt som vi inte nu förstår, innan vi kan tro, kommer vår förvirring att öka och bli allt djupare. Om vi känner oss så hjälplösa och beroende som vi verkligen är, skall vi i ödmjuk förtröstan på Guds löfte komma till honom. Vi skall tala om för honom vad som bekymrar oss. Då kommer han att lyssna till vårt bönerop och låta sitt ljus upplysa våra sinnen. I sin oändliga kunskap ser han ju allt som händer, och han leder allt genom sin vilja och sitt ord. Genom uppriktig bön kommer vi i förbindelse med den Evige. Vi får kanske inte just då något påtagligt bevis för, att vår Frälsares ansikte är vänt mot oss i kärlek och medlidande, men så är det dock i verkligheten. Vi känner kanske inte hans personliga beröring, men hans hand vilar över oss i kärlek och medlidande. – *Vägen till Kristus*, sidan 84 (1892).

Detta orsakar kroppslig och mental Sjuklighet – Det som leder till sjukdom både till kropp och sinne för nästan alla, är otillfredsställda känslor och missnöjd grämelse. De har inte Gud och de har inte det hopp som når innanför förlåten, till det som är ett själens ankare, både tryggt och säkert. Alla som äger detta hopp renar sig, såsom Han är ren. Sådana personer är fria från rastlös längtan, klagan och missnöje. De letar inte ständigt efter det som är ont och grubblar inte över lånade bekymmer. Men vi ser många som tar ut sina bekymmer i förtid. Hela deras varelse präglas av oro. De verkar inte finna någon tröst, utan väntar sig ständigt att något förskräckligt ont ska inträffa. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 1, sidan 566 (1867).

Frukten ger ingen Lindring åt Själens – Ni bör ha en klar förståelse av evangeliet. Det religiösa livet är inte ett mörkt och sorgligt liv, utan frid och glädje samt kristusliknande värdighet och helig högtidlighet. Vår Frälsare har inte uppmuntrat oss till att bära på tvivel, frukten och onda aningar. Detta ger ingen lindring till själen och bör snarare tillrättavisas än uppskattas. Vi kan få utsäglig glädje och fullt upp av härlighet. – *Manuskript 6*, 1888. (*Evangelisation*, sidan 180.)

Tron växer och stärks i Strid med Tvivel och Farhågor – Herren försätter oss ofta i svåra situationer, som stimulerar oss till större ansträngningar. Genom Hans försyn kommer det ibland särskilda plågor för att pröva vårt tålamod och vår tro. Gud ger oss läxor i tillit. Han kommer att lära oss, var vi skall se efter hjälp och kraft i nödens stund. Därigenom uppnår vi en praktisk kunskap om Hans gudomliga vilja, som vi behöver så mycket av i vår livserfarenhet. Tron växer sig stark i allvarlig kamp mot tvivel och frukten. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidorna 116-117 (1876).

Frukten avslöjar Otro – Så som Jesus kände sinnesro i tro på sin Faders beskydd så skall vi känna ro i vår Frälsares beskydd. Om apostlarna hade litat på honom så skulle de ha bevarat sitt lugn. Deras frukten i farans stund visade deras otro. I sina försök att rädda sig själva glömde de Jesus. Och det var först när själtilliten svek dem som de vände sig till honom som kunde hjälpa dem.

Hur ofta är inte apostlarnas situation vår egen. När frestelsens stormar rasar och den flammande blixten ljungar och när vågorna vräker sig över oss, kämpar vi i stormen ensamma och glömmer att det finns en som kan hjälpa oss. Vi förtröstar på vår egen kraft tills allt hopp är ute och vi är nära att förgås. Då först tänker vi på Jesus. Och om vi ropar till honom om frälsning, skall han inte lämna oss utan ge oss den hjälp vi behöver. Varken på land eller hav har vi något att frukta, om vi bara har Jesus i våra tankar. En levande tro på Frälsaren skall stilla vågorna på livets hav, och han skall rädda oss ur faran på det sätt som han finner för gott. – *Vändpunkten*, sidan 336 (1898).

Farligt, att visa Frukten i Sjukrummet – De som tar hand om sjuka borde förstå hur viktigt det är att noggrant följa hälsolagarna. Ingen annanstans är det så viktigt att följa dem som i sjukrummet. Ingen annanstans är det så viktigt för sjukvårdarna att vara trogna i det lilla. Vid allvarliga sjukdomar kan en liten försummelse, en kort stunds bristande uppmärksamhet när det gäller patientens speciella behov eller faror, ett uttryck av rädsla, upprördhet eller irritation, ja, till och med en brist på sympati väga ner vågskålen i balansen mellan liv och död, och orsaka att en patient som annars skulle ha tillfrisknat får läggas i graven. – *Hälsa för hela Människan*, sidan 185 (1905).

Frukten vållar den Helige Ande Sorg – Tron tar Gud på Hans ord, utan krav på att förstå meningen med de prövande erfarenheter som

kommer. Men det är många som har liten tro. De hyser alltid fruktan och tar ut bekymren i förskott. Varje dag omges de av tecken på Guds kärlek och varje dag njuter de av Hans försyns rikedomar, men de förbiser dessa välsignelser. Och i stället för att de svårigheter som de möter skulle leda dem till Gud, skiljer de dem från Honom genom att skapa oro och grämelse. . . . Jesus är deras vän. Hela himlen intresserar sig för deras välfärd. Deras fruktan och grämelse vållar den Helige Ande sorg. Det är inte därför att vi ser eller känner att Gud hör oss som vi skall tro. Vi skall lita på Hans löften. När vi kommer till Honom i tro, bör vi tro att varje bön finner en väg till Kristi hjärta. När vi har bett om Hans välsignelse, bör vi tro att vi får den och tacka honom för att vi har den. Sedan måste vi fullgöra våra plikter, förvissade om att välsignelsen skall komma när vi bäst behöver den. När vi har lärt oss att göra detta, kommer vi att veta att vi har fått svar på våra böner. Gud kommer för oss att göra ”långt mer än allt vi ber om eller tänker”, ”i sin härlighets rikedom” och ”för att hans verksamma kraft är verksam”. – *Evangeliets Tjänare*, sidan 194 (1915).

Frihet från Skuld känsla innebär Frihet från Fruktan – Såväl Aron som folket drog sig undan från Moses, och de vågade inte att ”komma emot honom.” Emedan de var medvetna om sin skuld och trodde, att Gud ännu hyste ovilja mot dem, kunde de inte uthärda det himmelska ljuset, som skulle ha fyllt dem med glädje, om de hade varit lydiga mot Gud. Fruktan är förknippad med brottslighet. Den själ, som är fri från synd, vill inte dölja sig för himmelens ljus. – *Patriarker och Profeter*, sidan 346 (1890).

Vad göra i Stunder av Fruktan – Det är bara vetskapen om Guds närvaro som kan ta bort den rädsla som skulle göra livet svårt för blyga barn. Barnen bör fästa det här löftet i minnet: ”Herrens ängel slår sitt läger omkring dem som fruktar honom, och han befriar dem.” Ps 34:8. Låt dem läsa den underbara berättelsen om Elisa i staden på berget, när det fanns en stor mängd änglar från himlen mellan honom och de många beväpnade fienderna. Låt dem läsa om hur ängeln visade sig för Petrus där han satt i fängelset och var dömd till döden, och hur ängeln ledde Guds tjänare till trygghet förbi de beväpnade vakterna, de enorma dörrarna, den stora järnporten med sina bultar och stänger.

Låt dem läsa om berättelsen på havet, där stormen härjade och där soldater och sjömän var utslitna av arbete, vakter och lång tid utan mat. Paulus var fånge och på väg till sin rättegång och

avrättning, men han talade väldiga ord med mod och hopp: ”Nu uppmanar jag er att vara vid gott mod. Inga liv skall gå förlorade... I natt kom nämligen en ängel till mig från den Gud som jag tillhör och som jag tjänar, och han sade: 'Var inte rädd, Paulus. Du skall stå inför kejsaren, och alla som är med dig ombord har Gud skänkt dig!'” I tron på det löftet försäkrade Paulus sina ledsagare: ”Ingen av er skall nämligen mista så mycket som ett hårstrå.” ”Så lyckades alla rädda sig i land.” Apg 27:22-24, 34, 44. – *Vägen till Mognad*, sidorna 255-256 (1903).

Gud döljer inget för oss – Det är inte Guds vilja, att hans barn skall tryckas ned av bekymmer. Men han bedrar ingen. Han säger inte till oss: ”Frukta inte. Det finns ingen fara på din stig.” Nej, han vet att vi skall möta prövningar och faror, och han döljer det inte för oss. Han föreslår inte att han skall ta sina barn bort från denna syndiga och onda värld, men han hänvisar till en trygg och evig borg. Hans bön för sina lärjungar var: ”Jag beder icke att du skall taga dem bort ur världen, utan att du skall bevara dem från det onda.” ”I världen liden I betryck”, säger han, ”men varen vid gott mod, jag har övervunnit världen.” Joh. 17:15; 16:33. – *Vägen till Kristus*, sidan 107 (1892).

Blicka bort ifrån Jaget – Glöm Dig själv och tänk på Jesus. Du må erkänna Dig vara en syndare, samtidigt är det Din förmån, att erkänna Kristus som Din Frälsare. Han kom inte, för att kalla de rättfärdiga, utan syndare, till syndångern. Satan belamrar människans sinne med vanskligheter och inbillning, för att han skall försvaga tron och ödelägga modet. Han kan sända en här av frestelser marscherande in i sinnet, där den ena divisionen avlöser den andra; men att ingående granska känslorna och lyda dem, är att släppa in den elake gästens tvivel, och härigenom trasslar Du in Dig i bryderier och förtvivlan. Du kan fråga: Vad skall jag göra åt dessa förfärliga grubblerier? Kasta ut dem ur sinnet, genom att betrakta och begrunda de makalösa djupen hos en Frälsares kärlek. Lyft inte upp känslorna och berätta om dem, tillbe dem heller inte, oavsett om de är goda, dåliga, nedstämmande eller uppmuntrande. – *Brev 41*, 1893.

Betvinga Fruktan, genom att lita på Jesus – Jesus inbjuder oss att komma till Honom och Han kommer att lyfta bort bördan från våra trötta skuldror och lägga på oss Sitt ok, som är mildt och Sin börda som är lätt. Den väg Han inbjuder oss att vandra på, skulle aldrig ha vållat oss lidande, om vi alltid hade vandrat på den. Det är när vi förvillar oss bort från pliktens väg, som vägen blir

svår och törnbeströdd. De offer som vi måste göra för att följa Kristus, är endast så många steg som behövs för att komma tillbaka till ljusets, fredens och lyckans väg. Tvivel och fruktan växer genom att vi ger efter för självet och ju mer de får fritt utlopp, desto svårare är de att övervinna. Det är tryggt att låta allt jordiskt stöd fara och fatta tag i Hans hand, som lyfte upp den sjunkande lärjungen och räddade honom ute på det stormfyllda havet. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidan 558 (1881).

Kristus bär på Bördorna – Låt Gud få veta dina behov, dina glädjeämnen, dina bekymmer och dina farhågor. Du kan inte lägga på honom någon börda som är för tung. . . . Hans kärleksfulla hjärta rörs av medlidande med oss, då vi drabbas av sorger och prövningar. Gå till honom med allt som bekymrar dig. Ingen börda är för tung för honom att bära, ty han uppbär världarna och styr världssalltet. Ingenting som på något sätt angår vår frid är för ringa för hans uppmärksamhet. Det finns inget kapitel i vår erfarenhet, som är för mörkt för honom att läsa, ingen svårighet, som han inte kan reda ut. Ingen olycka kan drabba de ringaste av hans barn, ingen ängslan betunga deras sinne, ingen glädje uppmuntra dem, ingen uppriktig bön stiga upp från deras hjärtan, utan att vår himmelske Fader iakttar allt och är intresserad av det. . . . Det nära förhållandet mellan Gud och oss är lika fullständigt som om det inte fanns någon annan människa, för vilken han utgav sin älskade Son. – *Vägen till Kristus*, sidan 87 (1892).

Depression

[Se Appendix A och Appendix B.]
Många Sjukdomar härrör från Nedstämdhet i Sinnet – Ett förnöjsamt sinnelag och en gladlynt anda är hälsa för kroppen och styrka för själen. Inget är så säkra orsaker till sjukdom som depression, tungsinnighet och svärmod. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 1, sidan 702 (1868).

Många av de sjukdomar som människor lider av är orsakade av depression. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 205 (1905).

Tas Nedstämdheten bort, påskyndas Tillfrisknandet – Eftersom Guds kärlek är så stor och så oföränderlig, borde man uppmuntra de sjuka att lita på honom och vara vid gott mod. Att oro sig över sig själv har en tendens att försvaga

och leda till sjukdom. Om de sjuka höjer sig över sin nedstämdhet och dysterhet ökar utsikterna för att de skall bli friska, för ”HERRENS ögon ser till dem som fruktar honom, till dem som väntar på hans nåd”. Ps 33:18. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 229 (1905).

Depression uppkommer genom kall, avmätt Tillbakadragenhet – Några upprätthåller en kall, avmätt tillbakadragenhet, ett järnhårt sinne, som stöter bort dem, som nås av deras inflytande. Denna anda är smittsam. Den skapar en atmosfär, som får goda impulser och goda beslut att vissna bort. Den kväver den naturliga mänskliga förståelsen, hjärtligheten och kärleken. Under dess inflytande blir folk förlägna och deras sociala och goda egenskaper ödeläggs, eftersom de inte används.

Inte bara den andliga hälsan berörs, utan också den fysiska hälsan lider av dess onaturliga nedstämdhet. Mörkret och kylan från denna asociala atmosfär återspeglas i ansiktstrycket. De välvilliga och sympatiska människornas ansikten kommer att lysa av den sanna godhetens lyster, medan de, som inte hyser goda tankar och osjälviska motiv, i sina ansikten ger uttryck för de känslor som närs i deras hjärtan. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidan 64 (1876).

Nedstämdhet i Sinnet på Grund av dåligt vädrade Rum – Konsekvenserna av att leva i instängda och dåligt ventilerade rum är dessa: Organismen blir svag och sjuklig, blodcirkulationen hämmas, blodet flyter trögt genom kroppen eftersom det inte renats och vitaliserats av himlens rena och stärkande luft. Tankarna blir deprimerade och dystra, medan hela organismen blir försvagad, och feber och andra akuta sjukdomar tenderar att utvecklas. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 1, sidorna 702-703 (1868).

Depression och Dysterhet följer på otillräckligt med Syre – Lungorna behöver få röra sig fritt i största möjliga utsträckning. Deras kapacitet förbättras när de får arbeta obehindrat, men försämras när de blir trängda eller sammanpressade. Därför är det inte bra att sitta i framåtlutande ställning när man arbetar, en vana som många med stillasittande arbete har. I den ställningen är det omöjligt att andas djupt.

På det här sättet får kroppen för lite syre. Blodet rör sig trögt, de giftiga avfallsämnen som skulle ha avlägsnats genom utandningen blir kvar och blodet blir orent. Inte bara lungorna, utan också magen, levern och hjärnan påverkas. Huden blir

gulblek, matsmältningen hindras, hjärtverksamheten hämmas, hjärnan blir omtöcknad, tankeförmågan försämras och humöret sjunker. Hela kroppssystemet blir nedsatt och inaktivt, och blir då särskilt mottagligt för sjukdom. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 230 (1905).

God Andning verkar lugnande på Nerverna – För att få bra blod måste vi andas ordentligt. Fulla, djupa, andetag av ren frisk luft, som fyller lungorna med syre, renar blodet, ger det en klar färg och sänder det som en livgivande ström till varje del av kroppen. Rätt andning verkar lugnande på nerverna, stimulerar aptiten, förbättrar matsmältningen och ger oss en god och uppbygglig sömn. – *Hälsa för hela Människan*, sidan 230 (1905).

Ödem och Hjärtåkomma ledde lätt till Depression hos Ellen G. White [Se *Utvalda Budskap*, Band 2, sidorna 233-245, ”Mod och Anfäktelse”.] – Jag har varit nedtyngd av sjukdom. I årtal har jag plågats av ödem och hjärtsjukdom, som haft en tendens att göra mig deprimerad, och bryter ner min tro och mitt mod. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 1, sidan 185 (1859).

Lånad Kraft utmynnar i Depression – På grund av omåttligheten grundlagd i hemmet, blir matsmältningsorganen först och främst försvagade, och snart nog tillfredsställs inte aptiten av vanlig mat. Ett ohälsosamt tillstånd uppkommer, och så fordrar personen mera stimulerande föda. Te och kaffe åstadkommer en omedelbar verkan. Under inflytandet från dessa gifter eggas nervsystemet; och i vissa fall tycks intellektet tillfälligt stärkas, fantasin livas. Eftersom dessa stimulantia medför så gynnsamt utfall, drar många slutsatsen, att de förvisso behöver dem; men det inträder alltid en reaktion.

Nervsystemet har bara lånat kraft från sina framtida resurser för nutida bruk, och allt detta tillfälliga upplivande följs av motsvarande nedgång. Den plötsliga uppiggningen genom te och kaffe är ett bevis för, att vad, som tycks vara styrka, bara är kittling av nerverna, och att denna därför säkerligen skadar organismen. – *Christian Temperance and Bible Hygiene*, sidan 31, (1890). (*Child Guidance*, sidan 403.)

Iskyla inom Äktenskapet en Orsak till Depression – När du gifte dig med din hustru älskade hon dig. Hon var extremt känslig, men om du hade varit omsorgsfull och hon hade visat själsstyrka, hade hennes hälsa inte behövt bli som

den nu är. Men din hårda kyla gjorde dig lik ett isberg, som fick kärlekens och tillgivenhetens kanal att frysa till is. Din kritik och ditt felfinnande har varit som en ödeläggande hagelstorm på en känslig planta. Det har frusit ned och nästan tagit livet av plantan. Din kärlek till världen förtär dina goda karaktärsdrag.

Din hustru är av en annan sort och är mer generös. Men när hon, även i småsaker, har gett uttryck för sin generösa läggning, har du blivit missnöjd och du har klandrat henne. Du ger efter för en snål och missunnsam anda. Du får din hustru att känna att hon är en belastning, en börda, och att hon inte har rätt att vara generös på din bekostnad. Allt detta är så nedslående att hon känner sig modlös och hjälplös. Hon har inte kraft att stå emot, utan ger efter för trycket. Hennes sjukdom är smärtande nerver. Om hennes äktenskap vore tillfredsställande skulle hon ha god hälsa. Men under hela ert äktenskap har demonen varit en inbjuden gäst i ert hem, för att triumfera över ert elände. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 1, sidan 696 (1868).

Sexuella Överdrifter kan leda till Depression – Riktigt många familjer lever ett mycket olyckligt liv. Det beror på att mannen och fadern tillåter det djuriska i sin natur att behärska hans förstånd och moral. Följden är att man ofta känner sig trist och nedtryckt i familjen, men man har sällan haft en känsla av, att det är resultatet av ett felaktigt handlingsmönster. Det har man inte förstått. Vi har högtidliga förpliktelser mot Gud, att hålla vår ande ren och våra kroppar friska, så att vi kan vara till nytta för mänskligheten och ge Gud en fullkomlig tjänst.

Aposteln uttalar dessa varnande ord: ”Synden skall därför inte härska i er dödliga kropp, så att ni lyder dess begär.” (Rom. 6:12) Han driver oss framåt genom att tala om att ”alla som tävlar underkastar sig i allt hård träning”. (1 Kor. 9:25) Han förmanar alla som kallar sig kristna ”att frambära era kroppar som ett levande och heligt offer som behagar Gud”. (Rom. 12:1) Han säger att ”jag slår min kropp och tvingar den till lydnad, för att jag inte själv på något sätt skall komma tillkorta vid provet, när jag predikar för andra.” (1 Kor. 9:27) – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidan 381 (1870).

Tillfällig Depression kan följa på Framgång – Men en reaktion av det slag som ofta följer på en stark tro och en ärorik framgång utsatte Elia för press. Han fruktade att den reformation, som börjat på Karmel inte skulle bli varaktig. Därför blev han deprimerad. Han hade liksom blivit

upphöjd till berget Pisgas topp och nu var han nere i dalen. Medan han var under inflytande av den Allsmäktiges kraft, hade han klarat det svåraste tänkbara trosprov. Under denna tid av modlöshet, med Isebels hot ljudande i sina öron, och då Satan fortfarande tycktes ha framgång genom denna gudlösa kvinnas planer, förlorade han däremot sitt fäste i Gud. Han hade blivit gränslöst högt upphöjd och hans fall blev fruktansvärt stort. – *Profeter och Kungar*, sidorna 161-162 (1917).

Så behärskas ett nedstämt Sinne – När en mor är nedstämd, kan och borde hon göra mycket för att behärska sitt humör. Till och med när hon är sjuk kan hon, om hon lär sig, vara vänlig och glad och kan stå ut med mer oväsen än hon trodde. Hon borde inte låta barnen påverkas av hennes krämpor, och låta hennes nedstämdhet förmörka deras unga, känsliga sinnen och göra så att de känner att hemmet är som en grav och mammas rum den mest dystra platsen i världen. Både tankar och nerver får spänst och styrka när man använder sin vilja. Viljekraften kan i många fall visa sig vara ett potent lugnande medel. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 1, sidan 387 (1863).

Två Ytterligheter på Uppträdandets Område – De, som inte menar det vara en kristen plikt, att förmå sinnet till att koncentrera sig på uppmuntrande saker, går vanligen att finna i ett av två diken: De blir uppymda av en ständig rad spännande nöjen, varvid de hänger sig åt lättsinnigt prat, skratt och skämt; eller de blir nedslagna, varvid de gå igenom allvarliga prövningar och mentala strider, vilka de nästan tror är unika för dem och väldigt svåra för andra att förstå. Dessa personer må bekänna kristendomen, men de bedrar sina själar. – *The Signs of the Times*, den 23. oktober, 1884. (*Counsels on Health*, s. 628-629.)

Trycksakers uppmuntrande eller förstämmande Påverkan – Min man har arbetat outröttligt för att väcka intresset för förlagsverksamhet, så att det nått sin nuvarande framgång. Jag såg att han har fått mer kärlek och medkänsla från sina bröder än han har trott att han fick. De söker ivrigt i tidningarna för att finna något som han har skrivit. Om det finns en glättig ton i det han har skrivit, om han talar uppmuntrande, är deras hjärtan lättade och några gråter till och med av ömma glädjekänslor. Men om förstämning och dysterhet uttrycks, blir hans bröders och systrars ansikten sorgsna när de läser. Den anda som karaktäriserar det han skriver

återspeglas i dem. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidorna 96-97 (1872).

En modstulen Person utgör en Börda för sig själv (råd till flera medicine studerande) – Jag har blivit visad sakförhållandet, att på kursen med hälsomissionsstudenter finns det sådana, vars första uppgift borde vara, att lära känna sig själva, att beräkna kostnaden, och vara säkra på, när de inleder bygget, att de också kommer att kunna fullborda det. Låt inte Gud bli vanärad, genom att bryta ned personen, medan han blir utbildad; ty en nedbruten, modstulen person utgör en börda för sig själv.

Att inbilla sig, att Gud kommer att ge honom krafter i vilket som helst arbete, som han må tänka sig att göra, samtidigt som han dyker ned i studier och utsätter sig för sådant, som äventyrar hälsa och liv och överträder naturens lagar, strider mot det ljus, som Gud har gett. Naturen låter sig inte utnyttjas. Hon har ej överseende med skador, som åsamkas hennes förunderliga, ömtåliga maskineri. – *Brev 116*, 1898. (*Medical Ministry*, sidan 79).

Hopplöshet dold under ytligt Övermod – Barn som ständigt klandras för något särskilt fel kommer att tro att det felet är en egenhet hos just dem, något som det inte lönar sig att kämpa mot. På det sättet skapar man en besvikelse och hopplöshet som ofta döljs under en ytlig likgiltighet eller övermod. – *Vägen till Mognad*, sidan 312 (1903).

Segervinning kostar på (råd till en familj) – Ni kan vara en lycklig familj om ni vill göra det som Gud har gett er i uppgift att göra, och som Han ålagt er som en plikt. Men Herren kommer inte att göra det åt er, som Han har lämnat åt er att göra. Det är synd om broder C. Han har känt sig olycklig så länge att livet har blivit en börda för honom. Så behöver det inte vara. Hans fantasi är sjuklig och han har så länge riktat blicken mot det som är mörkt, att han om han möter motgång eller besvikelse föreställer sig att allt kommer att spolieras, att han kommer att lida nöd, att allt är emot honom och att han har det svårare än alla andra. På så sätt har hans liv blivit olyckligt. Ju mer han tänker så, desto eländigare gör han livet för sig själv och för alla dem som omger honom.

Han har ingen anledning att känna så som han gör. Det är helt och hållet Satans verk. Han får inte låta fienden styra sitt sinne. Han borde vända sig bort från denna mörka och dystra bild till bilden av sin kärleksfulle Frälsare, himlens härlighet och det rika arv som har beretts åt alla som är ödmjuka och lydiga, innerligt tacksamma

med en stadig tro på Guds löften. Detta kommer att kräva ansträngning, en strid, men den måste utkämpas. Din nuvarande lycka och din framtida, eviga lycka är beroende av om du fäster dina tankar på glada saker och vänder dig bort från den mörka bild som är inbillad och till de förmåner som Gud har strött på din väg och bortom dem, till det osynliga och eviga. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 1, sidorna 703-704 (1868).

Frukterna av onda Aningar – Ditt liv är nu eländigt och fullt av onda aningar. Mörka bilder dyker upp framför dig. Mörk otro har omslutit dig. Genom att tala om otron har du blivit mer och mer svartsynt. Du får tillfredsställelse av att dröja vid det som är obehagligt. Om andra försöker tala hoppfullt, krossar du varje hoppfull känsla i dem genom att tala ännu allvarligare och hårdare. Dina prövningar och lidanden ger alltid din hustru den uppslitande tanken, att du betraktar henne som en börda på grund av hennes sjukdom. Om du älskar mörker och förtvivlan, talar om det, tänker på det och gör dig själv uppriven genom att mana fram i din fantasi allt som kan få dig själv att klaga på din familj och på Gud, då gör du så att ditt eget hjärta blir likt ett fält som har blivit avbränt så att all grönska är förstörd, och bara torr, svartnad och förbränd mark har lämnats kvar. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 1, sidan 699 (1868).

Att betvinga känslomässig Obalans – Du tillhör en familj som har ett obalanserat, dystert och nedstämt sinnelag, som påverkas av omgivningen och är mottagligt för olika inflytanden. Om du inte odlar en glad, lycklig och tacksam sinnesstämning, kommer Satan till sist att fånga dig och tvinga dig att göra hans vilja. Du kan vara en hjälp, en styrka för den församling där du bor, om du vill lyda Herrens instruktioner och inte agera efter känslor, utan styras av principer. Låt aldrig kritik komma över dina läppar, för det är som en förgörande hagelstorm över dem som är omkring dig. Låt glada, lyckliga och kärleksfulla ord komma från dina läppar. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 1, sidan 704 (1868).

Behöver inte träla under Nedstämdheten – Kom ihåg, att i Ditt liv skall religionen inte bara vara ett av flera inflytanden. Den skall vara ett inflytande, som överträffar alla andra. Var strängt avhållsam och måttfull. Stå emot varje frestelse. Gör inga eftergifter för den sluge fienden. Lyssna icke på tankegångarna, som han lägger i munnen på män och kvinnor. Du har en seger att bärga. Du har en ädel karaktär att säkra; detta är Dig dock övermäktigt, så länge som Du är nedtryckt och besvärad av Dina misslyckanden. Slit itu banden, som Satan har bundit Dig med. Du har ingen

orsak till, att vara hans slav. ”Ni är mina vänner”, sade Kristus, ”om ni gör vad jag befäller er.” {Johannesevangeliet 15:14.} – *Brev 228*, 1903. (*Medical Ministry*, sidan 43).

Föreslaget Botemedel till Pastor lidande av Nedstämdhet – Ni borde arbeta klokt och ha viloperioder. Genom att göra så kommer ni att bevara er fysiska och mentala kraft och göra ert arbete mycket effektivare. Broder F, du är en nervös man och agerar ofta utifrån impulser. Mental depression påverkar ditt arbete väldigt mycket. Ibland känner du dig inte fri, och du tror att det beror på att andra inte förstår eller att de gör fel, eller att något är fel. Du kan inte riktigt säga vad det är, och anklagar något eller någon, vilket tenderar att göra stor skada. Om du skulle lugna ner dig när du är i detta rastlösa och nervösa tillstånd och i stället vila och lugnt vänta på Gud och fråga dig om inte problemen ligger hos dig själv, skulle du slippa att sära din egen själ och att sära Guds dyrbara verk. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 1, sidan 622 (1867).

Varför ständigt tänka på det Otrevliga? – När man ser ogudaktighet runt omkring sig, blir man desto gladare över, att Han är ens Frälsare, och att vi är Hans barn. Skall vi då blicka på eländet runt oss och grubbla på mörkets gärningar? Dessa går ej att avhjälpa; alltså bör vi tala om något högre, bättre och ädlare.

Visst kan vi gå ned i källaren och stänga in oss där samt spana in dess mörka vrår, ja, vi kan tala om mörkret och säga: ”Oh, det är så mörkt här”, och tjata om den saken. Men skingras mörkret härigenom? Oh nej! Vad skall vi så göra? Lämna mörkret; stiga ut ur mörkret och upp i den övre salen, där ljuset från Guds anlete strålar skönt.

Som bekant, byggs kroppen upp av födan. Likadant förhåller det sig med sinnet. Om man inriktar tänkandet på livets skuggsidor, försvinner hoppet. Således behöver vi fylla sinnet med upplyftande, himmelska scener. Paulus säger: ”vår nöd, som varar ett ögonblick och väger lätt, bereder åt oss på ett oändligt rikt sätt en härlighet, som väger tungt och varar i evighet” (Andra Korintierbrevet 4:17). – *Manuskript 7*, 1888.

Kristi Medkänsla (uppmuntran till en kristen lidande av depression) – Min kära, åldriga syster _____! Det smärtar mig djupt, att Du är sjuk och lider. Men klamra Dig fast vid Honom, som Du har älskat och tjänat alla dessa år. Han gav Sitt liv för världens skull, och Han älskar var och en, som litar på Honom. Han känner med dem, som lider under sjukdomens prövning. Han förmimmer varje

droppe av ångest, som landar på Hans kära barn. Vila stilla i Hans famn och kom ihåg, att Han är Din Frälsare, och Din bästa Vän samt att Han aldrig skall lämna eller överge Dig. Han har varit Din trygghetsgarant i många år, och därför kan Din själ slappna av i det stora hoppet.

Du kommer att träda fram jämte andra trogna, som har trott på Honom, för att prisa Honom med rösten i triumf. Allt, som förväntas av Dig, är att Du skall vila i Hans kärlek. Ängslas inte. Jesus älskar Dig, och när Du nu är svag och lider, håller Han Dig i Sina armar, liksom en kärleksfull far famnar sitt lilla barn. Förtrösta på Honom, som Du har trott på. Har Han inte älskat och brytt Sig om Dig under hela Ditt liv? Vila därför i de dyrbara löften, som Han har gett Dig. – *Brev 299, 1904.*

Ge inte upp inför Depressionen! – Under nattens timmar samtalade jag med Dig. Jag sade till Dig: Det gläder mig storligen, att Du bor på ett så lämpligt ställe och kan vara nära Hälsohemmet. Duka inte under för depression, utan välkomna den Helige Andes tröstande inflytande i hjärtat, för att Du skall få vederkvickelse och frid...

Min syster, om Du skulle vilja vinna dyrbara segrar, ställ Dig då i vägen från ljuset, som utgår från Rättfärdighetens Sol. Tala hopp och tro samt tacksamhet gentemot Gud. Var glad, hoppfull i Kristus. Vänj Dig vid, att prisa Honom. Det är en storslagen medicin mot krämporna i själen och i kroppen. – *Brev 322, 1906.*

Den Stämning, som hör ihop med Depression – Du skall veta, att i fall pastorena, genom vilka Gud verkar, sammanstrålar på konferensen med nedtryckta sinnen och är anfäktade av depression, kommer de att vara omgivna av en stämning motsvarande ett tjockt molntäcke på klarblå himmel. Vi behöver ty oss till tron. Låt läpparna yttra: ”Min själ prisar Herren, och min ande gläder sig i Gud, min Frälsare.” {Lukasevangeliet 1:46.}

Vi måste uppenbara en förnimmelse av en närvarande Frälsare, en trygg förtröstan på, att Jesus står vid rodret, och att Han tryggt kommer att föra det ädla fartyget in i hamnen. Det skall framstå klart för oss, att det är omöjligt för oss, att rädda den egna själen eller någon annans. Vi saknar all kraft, att utgjuta frälsning över dem, som håller på att gå under. Jesus, vår Förlossare, är Frälsaren. Vi är blott Hans redskap och är beroende varje ögonblick av Gud. Vi skall förstora Hans kraft inför Hans utvalda folk och inför världen, görande dem medvetna om den

stora frälsning, som Han har tilldelat oss tack vare Sitt försoningsoffer och Sitt blod. – *Brev 19a, 1892.*

Jag tänker inte duka under för Depression – Det händer, att jag är i stort bryderi gällande, vad jag skall ta mig till, men jag tänker inte bli nedstämd. Jag är fast besluten, att föra in allt solsken i mitt liv, som jag alls är mäktig. – *Brev 127, 1903.*

Det är mycket, som kunde göra mig förtvivlad, men jag undviker helst nedslående ord, ty någon åhörare kanske själv är ledsn, och jag får bara inte göra något, som förvärrar vederbörandes dysterhet. – *Brev 208, 1903.*

Skingra Mörkret genom Trons Kraft – I fall jag skulle betrakta orosmolnen – besvären och snårigheterna, som omger mitt arbete – skulle jag inte ha tid över för annat. Dock vet jag, att det finns ljus och härlighet bortom molnen. I tron sträcker jag mig genom mörkret och in i härligheten. Andra gånger måste jag uthärda svåra ekonomiska vanskligheter. Men jag oroar mig inte för pengar. Gud sköter min ekonomi. Jag gör mitt bästa, och när Herren anser det vara bäst för mig, att få mera pengar, ger Han mig dem. – *Manuskript 102, 1901.*

Tron är en Nödvändighet – Då jag besökte hälsohemmet Paradise Valley Sanitarium för omkring tre år sedan, talade jag inför de anställda klockan fem varje morgon, och vid en senare timma inför patienterna. Ibland patienterna fanns det en man, som alltid verkade vara betryckt. Jag fick klart för mig, att han trodde på teorin om Bibelns lära, men att han inte förmådde, att utöva den nödvändiga tron, för att själv tillägna sig Guds löften.

Morgon efter morgon talade jag till patienterna om tron och manade dem enträget till, att tro Guds ord. Ändå tycktes den arme mannen vara oförmögen, att bekräfta sin tro. Jag talade med honom på tu man hand. Jag framställde sanningen för honom på varje tänkbart sätt, sedan frågade jag honom, om han inte kunde tro, att Kristus var hans personlige Frälsare och att Han ville hjälpa honom. Vår Frälsare har sagt till alla, som är trötta och slitna: ”Ta på er mitt ok”. Bär inget ok, som Ni själva har satt ihop. ”Ta på er mitt ok och lär av mig, ty jag är mild och ödmjuk i hjärtat. Då skall ni finna ro för era själar” (Matteusevangeliet 11:28, 29).

Slutligen kom stunden, då jag måste fara därifrån. Jag sade till honom: ”Nå, min vän, kan

Du nu säga mig, att Du har lärt Dig, att lita på den Frälsare, som har gått igenom så mycket, för att avhjälpa själens alla behov? Kan Du och tänker Du förtrösta på Honom? Kan Du säga mig, innan jag far, att Du har fått tro till, att förtrösta på Gud?"

Han såg upp och sade: "Ja, jag tror. Jag förtröstar."

"Pris ske Gud", svarade jag. Jag uppfattade, att ehuru andra hade närvarat och lyssnat till mina andakter i salongen, hade jag i detta fall blivit rikt belönad för mina ansträngningar. – *Manuskript* 41, 1908.

Att spela Satan i Händerna – Gå inte till andra med Dina provningar och frestelser; bara Gud kan hjälpa Dig. Om Du uppfyller villkoren för Guds löften, kommer löfterna att uppfyllas för Dig. Om Du är fast i sinnet, när det gäller Gud, förflyttas Du inte från ett tillstånd av upprymdhet till förtvivlans dalgång, när provning och frestelse lägrar sig kring Dig. Då talar Du inte om tvivel och eländes elände med andra. Då säger Du inte: "Det där går jag bet på. Jag är inte längre lycklig. Jag är inte säker på, att vi har sanningen." Nej, så gör Du inte, ty Du har ett tryggt själens ankare, vars kätting inte brister.

När vi talar om modstulenheter och dystra utsikter, lyssnar Satan med djävulskt nöje; ty det gläder honom, att han har försatt oss i denna knipa. Satan är ingen tankeläsare, men han ser våra gärningar, han hör våra ord; och utifrån sin omfattande kunskap om mänskofamiljen förmår han, att forma sina frestelser och utnyttja våra karaktärsvagheter. Och hur ofta avslöjar vi inte för honom hemligheten om, hur han skall vinna segern över oss. Oh, att vi kunde styra våra ord och gärningar! Hur starka vi skulle bli, om våra ord vore av sådant slag, att vi inte skulle skämmas över, att se dem upptecknade på domens dag. Hur annorlunda kommer de inte att te sig på Guds dag, än när vi yttrar dem. – *The Review and Herald*, den 27. februari, 1913.

Jesus förstår Sig på Känslor av Förtvivlan – Tro och hopp vacklade i Kristi dödsångest därför att Gud hade undandragit Honom vissheten om Sitt bifall och gillande, vilket Kristus hitintills hade haft. Världens Återlösare litade på det vittnesbörd som tidigare hade styrkt Honom, att Hans Fader godtog Hans gärningar och hade behag till Hans arbete. I Sin dödsångest, när Han utgav Sitt dyrbara liv, måste Han i tro lita på Honom som det alltid hade varit Hans glädje att lyda. Han uppmuntras inte av klara, ljusa hoppets

strålar. Allt är inneslutet i ett tryckande mörker. Mitt i detta mörker tömmer Återlösaren denna mystiska lidandets bägare ända till botten. Vägrad det ljusa hoppet och tillförsikten i triumfen, vilken kommer att vara Hans i framtiden, utropar Han med hög röst: "Fader, i dina händer befaller jag min ande." (Luk. 23:46.) Han känner till Faderns karaktär, som innefattar rättfärdighet, nåd och Hans stora kärlek och i underdånighet faller Han i Hans händer. Mitt i naturens häftiga skakningar hör de förvånade iakttagarna den döende Golgatamannens ord. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidorna 210-211 (1869).

Gud har inte ändrat Sig – En känsla av försäkran är inget att fnysa åt; nej, vi bör prisa Gud för den; men när Du är svårt nedstämd, skall Du inte tro, att Gud har ändrat Sig. Prisa Honom lika mycket som tidigare, eftersom Du litar på Hans ord, och inte på Dina känslor. Du har ingått förbund med Honom, enligt vilket Du skall vandra i tro, inte låta känslorna styra Dig. Känslorna varierar med omständigheterna. – *Brev* 42, 1890. (*Our High Calling*, sidan 124.)

Inget Intresse av, att tala om Tvivel – Genom Kristi förtjänst, genom Hans rättfärdighet, som genom tro tillräknas oss, erhåller vi den kristna karaktärens fullkomlighet. Vad vi skall göra varje dag och varje timme beskrivs i aposteln's ord: "Må vi därvid se på Jesus, trons hövding och fullkomnare." (Hebr. 12:2.) Medan vi gör detta blir våra sinnen klarare, vår tro starkare och vårt hopp befast. Vi är så helt upptagna med att betrakta Hans renhet och älskvärdhet och det offer Han gav för att försona oss med Gud, att vi har inget intresse av att tala om tvivel och besvikelser. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidan 744 (1889).

En sann Kristen och Nedstämdhet – En sann kristen låter inga jordiska angelägenheter komma mellan själen och Gud. Guds bud utövar ett myndigt inflytande över hans känsloliv och göranden. Om alla, som åstundar Guds rike och Hans rättfärdighet, alltid vore beredda, att utföra Kristi gärningar, hur mycket lättare skulle de då inte ta sig till himmelen. Guds välsignelser skulle svämma över i själen, och de skulle ständigt prisa Herren. Då skulle de tjäna Gud av princip. Just Dina känslor kanske inte alltid är av det översvallande lyckliga slaget; moln må stundom skymma horisonten i Din erfarenhet; men den kristnes hopp vilar inte på känslornas sandiga grund. De, som agerar principfast, skönjer tydligt Guds härlighet bortom skuggorna och vilar förtröstansfullt på det trygga löftesordet. De låter sig inte avskräckas från, att hedra Gud, hur än

dystra omständigheterna ter sig. Motgång och prövning skänker dem bara tillfälle till, att visa uppriktigheten hos sin tro och kärlek.

När själen tyngs av förtvivlan, är det inget bevis för, att Gud har ändrat Sig. Han är ”densamme i går och i dag och i evighet.” {Hebréerbrevet 13:8.} Du är förstås säker på Guds gillande, när Du känner värmen från Rättfärdighetens Sols strålar; men om solen går ned över själen, skall Du inte känna Dig övergiven. Din tro måste tränga igenom de dystra molnen. Med trons öga kan Du uppfatta Guds leende, och då kommer kroppen att bada i himmelens ljus. Kristi nåds rikedomar måste hållas upp inför sinnet. Lägg i en skattkista de lärdomar, som Hans kärlek tillhandahåller. Låt Din tro vara som Jobs, så att Du kan säga med honom: ”Även om han dödar mig, tänker jag ändå lita på honom”. {Job 13:15, *KJV.*} Dammsug upp Din himmelske Faders löften, och erinra Dig Hans tidigare bemötande av Dig och Sina tjänare; ty ”för dem som älskar Gud samverkar allt till det bästa”. {Romarbrevet 8:28.} – *The Review and Herald*, den 24. januari, 1888.

Kontroverser – positiva och negativa

Enhet med Gud utmynnar i Enighet – Gud är förkroppsligandet av välvilja, barmhärtighet och kärlek. De som verkligen har förenat sig med Honom kan inte vara i strid med varandra. När Hans Ande råder i hjärtat, kommer den att skapa harmoni, kärlek och enhet. Hos Satans barn finner vi motsatsen. Det är hans verk att ge upphov till avundsjuka, strid och svartsjuka. I min Mästares namn frågar jag Kristi bekännande efterföljare: Vilken frukt bär ni? – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidan 28 (1882).

Att så och skörda Osämja – Den som sår osämjas och stridighetens frön får skörda dess dödliga frukter i sin egen själ. Själva handlingen att söka efter det onda i andra, utvecklar det onda i dem som söker. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 431 (1905).

Twister gör Satan förtjust – Satan försöker ständigt orsaka misstroende, fiendskap och elakhet bland Guds folk. Vi skall ofta frestas att anse våra rättigheter kränkta, fast det inte finns någon verklig orsak för sådana känslor... Twister, bråk och rättegångar trosförvanter emellan är en skam för Guds verk. De som väljer en sådan väg utsätter församlingen för dess fienders åtlöje och

får mörkrets makter att triumfera. De river på nytt upp Kristi sår och drar öppet förakt över honom. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidorna 242-243 (1882).

Ordstrider väcker Kamplusten – Satans särskilt bedrägliga verk har varit att framprovocera stridigheter, så att meningslösa ordstrider uppstår. Han vill veta att detta kommer att uppta tankeverksamhet och tid. Det väcker stridigheter, och dämpar överbevisningen i mångas sinnen, och drar dem till olika uppfattningar, anklagelser och fördomar, som stänger dörren till sanningen. – *The Review and Herald*, den 11. september, 1888. (*Evangelisation*, sidan 155.)

Strid ibland Trossyskon fördröjer Kristi andra Ankomst – Under 40 år stängde otro, knot och uppror forntidens Israel ute från Kanaans land. Dessa samma synder har fördröjt inträdandet av nutidens Israel i Kanaans land... Det är otro, världslighet, orättfärdighet och strid bland dem, som bekänner Guds namn som har hållit oss i denna syndfulla värld i så många år. – *Manuskript* 4, 1883. (*Evangelisation*, 696.)

Inte Tid för Osämja och Strid – Män och kvinnor, som bekänner sig att tjäna Herren, är nöjda med, att tillbringa tid med och satsa förmågor på saker och ting av ringa betydelse. De är tillfredsställda med, att vara inbördes oense. Om de satsade hängivet på arbetet för Mästaren, skulle de inte bråka och strida likt en familj med bångstyriga ungar. Varje medlem skulle vara upptagen av tjänande. Var och en skulle stå på sin post, och arbeta helhjärtat som missionär åt Kristi kors... Medarbetarna skulle bäras av bönerna och medkänslan från en vaken församling. De skulle ta emot sin vägvisning från Kristus och inte ha tid över till oenighet eller strid. – *The Review and Herald*, den 10. september, 1903.

Låt inte kontroverser uppstå över småsaker. Vår Herre Jesu Kristi kärlek och nåd kommer att knyta hjärta till hjärta, om var och en bara vill öppna hjärtats portar mot himlen och stänga dem för det jordiska. – *Brev* 183, 1899.

Kontroverser skall läggas åt Sidan – Styrkan hos Guds nåd gör mer för själen, än kontroverser mäktar med under en livstid. Hur mycket skulle inte gå att rätta till och gamla bråk biläggas genom sanningens kraft och något bättre ta deras plats! Den hedervärda, storslagna principen ”frid på jorden, till människor hans välbehag” {Lukasevangeliet 2:14} kommer verkligen till sin rätt, när de på Kristus troende är Guds

medarbetare. Då kommer alla struntsaker, som vissa ständigt mässar om och som Guds Ord inte har avgjort en gång för alla, inte att förstöras till väsentligheter. – *Brev 183, 1899.*

Ordstrider medför Självförsvar – I sitt sätt att behandla Tomas gav Jesus sina efterföljare något att tänka på. Hans exempel visar hur vi skulle behandla dem som är svaga i tron och som låter sina tvivel dominera. Jesus överöste inte Tomas med förebräelser. Inte heller började han att diskutera med honom. Han uppenbarade sig själv för den tvivlande. Tomas hade varit högst oresonlig, då han framställde villkoren för sin tro, men Jesus bröt ned alla barriärer genom sin frikostiga kärlek och hänsyn. Det är sällan som otro kan övervinnas genom ordstrider. Det åstadkommer bara att man bygger upp självförsvar och finner nya stödpunkter och ursäkter. Men låt Jesus i sin kärlek och barmhärtighet uppenbaras som den korsfäste Frälsaren, så skall från många, som en gång varit ovilliga, Tomas' beaktelse komma: "Min Herre och min Gud." – *Vändpunkten*, sidan 811 (1898).

Inled aldrig Ordstrider med de Sjuka – Vid sjuksängen borde man inte tala om läropunkter eller kontroversiella frågor. Led den sjukas tankar till honom som är villig att frälsa alla som kommer till honom i tro. Försök på ett uppriktigt och ömt sätt att hjälpa den som svävar mellan liv och död. – *Hälsa för hela Människan*, sidan 89 (1905).

Ordstrider är gagnlösa – Vi är inte kallade till, att inleda stridigheter med förfäktarna av falska läror. Kontroverser är gagnlösa. Sådana undvek Kristus. "Det står skrivet" var det vapen världens Förlossare använde. Låt oss hålla oss tätt intill Ordet. Låt oss släppa fram Herren Jesu och Hans budbärare vittnesbörd. Vi vet, att deras vittnesbörd är riktigt. – *Ellen G. Whites Liv i Skisser*, sidan 93 (1915).

Omstridda Läror mjukar sällan upp – De många argumenterande predikningar som hålls mjukar sällan upp och underordnar själen. – *Brev 15, 1892. (Evangelisation, sidan 172.)*

Det Bekräftande vinner mera Terräng – Vårda inte en stridsanda. Obetydligt gott uträttas genom fördömande talare. Det säkraste sättet att utrota falska läror på är att förkunna sanningen. Håll dig till det bekräftande. Låt evangeliets dyrbara sanningar utplåna det ondas kraft. Visa en öm och medkännande anda mot dem som felar. Kom nära deras hjärtan. – *Brev 190, 1902. (Evangelisation, sidan 304.)*

Kontroverser, som väcker Åhörarna – Varje generation har skymfat och förföljt dem som tjänat Gud. Men just deras lidande har gjort Gud känd. De kristna kan föra Guds verk vidare och vara trygga i förvisningen att vad fienden än tar sig till kommer det ändå på något sätt att tjäna Guds syften. Gud vill att evangelium skall framhållas tydligt och klart så att det blir föremål för granskning och meningsutbyte även om detta skulle leda till att det smädas. Folk måste komma i kontakt med evangelium. Allt motstånd och varje försök att inskränka samvetsfriheten kan Gud använda som ett medel för att väcka sovande människor till besinning. – *Men Jag säger...*, sidan 41 (1896).

Föräldrabråk påverkar Barnen – Det är i hög grad föräldrarna som skapar atmosfären i hemmet. När det uppstår oenighet mellan dem, påverkas barnen av samma anda. Låt atmosfären i hemmet präglas av en mild omtänksamhet. Om ni har blivit främmande för kristen tro och misslyckats med att leva ett kristet liv, så vänd om. Den karaktär, som ni utvecklar under prövningstiden, kommer nämligen att vara den karaktär, som ni kommer att ha vid Kristi återkomst. – *Brev 18b, 1891. (Det adventistiska Hemmet, sidan 16.)*

Trätor medför Svårigheter – Som familj kan ni bli lyckliga eller olyckliga. Det beror på er själva. Framtiden kommer att avgöras av hur ni väljer att handla. Ni behöver båda slipa av de skarpa kanterna i era karaktärer och bara säga sådana ord, som man inte behöver skämmas för då man möter dem på Guds dag. Gör det till en regel i era liv att gå rakt fram på pliktens väg. Bevara ett gott samvete och visa trohet mot Gud, trots många frestelser som kommer att attackera er. Då kommer er väg att vara jämn för era fötter. Ni kan träta om småsaker, som inte är värda att strida om. Detta leder till problem och svårigheter. Den ärliges stig är fredens väg. Den är så tydlig, att den ödmjuka, gudfruktiga människan kan följa den utan att snubbla eller göra sina vägar krokiga. Det är en smal stig, men människor med olika temperament kan gå sida vid sida, om de bara följer sin ledare, Frälsaren. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidorna 502-503 (1880).

Utskällningar och Irritation orsakar Upprorskänsla – Hårda, ilska ord härstammar ej från himmelen. Utskällning och irritation hjälper aldrig. I stället väcker de mänskohjärtats värsta känslor. När Dina barn gör fel och är fyllda av upproriskhet och Du känner Dig frestad, att tala och handla strängt, vänta då, innan Du tillrättavisar dem. Ge dem tillfälle till eftertanke, och låt det egna humöret kallna.

När Du behandlar Dina barn med vänlighet och ömhet, ger Herren Er Sin välsignelse. Och tror Du, att någon på domedagen kommer att ångra sitt tålmod och sin vänlighet mot sina barn? – *Manuskript 114*, 1903. (*Child Guidance*, sidan 246.)

Närhet till Kristus medför Enhet – Den egentliga orsaken till splittring och oenighet i familjen och i församlingen är att förhållandet till Kristus inte är i ordning. När vi kommer närmare Honom, kommer vi också att komma närmare varandra. Hemligheten med sann gemenskap i hem och församling består inte i smidig diplomati, i takt och klokhet, inte i de bästa mänskliga ansträngningarna för att övervinna svårigheter oavsett hur nödvändiga alla dessa saker kan vara. Hemligheten består i en nära gemenskap med Kristus.

Tänk dig en stor cirkel med många räta linjer in mot centrum. Ju närmare de kommer centrum, desto närmare kommer de varandra.

Så är det också i det kristna livet. Ju närmare vi kommer Kristus, desto närmare kommer vi också varandra. Gud blir ärad, när Hans folk samarbetar i enighet och kärlek. – *Brev 49*, 1904. (*Det adventistiska Hemmet*, sidan 133.)

Föräldrarnas Samklang ett Måste – Mannen och hustrun bör ta reda på vad som gör den andre lycklig, och aldrig försumma de små artigheterna och de små vänliga handlingarna som uppmuntrar och gör livet ljusst. Man och hustru bör ha fullt förtroende för varandra. De bör tillsammans tänka igenom sitt gemensamma ansvar och tillsammans arbeta för sina barns högsta väl. De bör aldrig kritisera varandras planer eller ifrågasätta varandras omdöme när barnen är med. Hustrun skall se till att hon inte gör mannens arbete för barnen svårare. Mannen bör stötta sin hustru genom att ge henne visa råd och kärleksfull uppmuntran. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 341 (1905).

Ingen Oenighet – Om föräldrarna är oeniga och motarbetar varandra, kommer familjens moral att bli undergrävd. Varken modern eller fadern kommer att åtnjuta den respekt och tillit från barnens sida, som är själva grunden för en riktig ledning av familjen... Barn är snabba till att uppfatta allt som kastar en skugga över de regler som hemmet styrs efter, särskilt de regler som begränsar deras handlingsfrihet. – *The Review and Herald*, den 13. mars, 1894. (*Det adventistiska Hemmet*, sidan 312.)

Positiv Vägledning i Hemmet – Du har ingen rätt till, att täcka Dina barns lycka med ett dysterhetens moln genom felfinnande eller svårt klander för obetydliga misstag. Verkliga synder skall tecknas i rätt ljus som de överträdelser de är, och de bör följas av bestämda, avgjorda åtgärder, för att förhindra upprepning; likväl får barn inte åsamkas en känsla av hopplöshet, utan ges en smula mod, så att de kan bättra sig och vinna Ditt förtroende och gillande. Barn kan vilja göra rätt, de kan bestämma sig för, att vara lydiga; men de behöver hjälp och uppmuntran. – *The Signs of the Times*, den 10. april, 1884. (*Child Guidance*, sidan 279.)

Frid i Församlingen – Om frid råder i hemmet, fortplantas den till församlingen. Denna dyrbarhet i församlingen blir medlet, som skapar inbördes välvilja. Gräl upphör. Sann kristen artighet förekommer ibland församlingsmedlemmarna. Världen kommer att bli varse, att de har varit med Jesus och lärt sig av Honom. Vilket intryck församlingen skulle göra på världen, om alla dess medlemmar ville leva på kristet vis! – *Manuskript 60*, 1903. (*Child Guidance*, sidan 549.)

Döden undanröjer Känslor av Bitterhet – När döden sluter en människas ögon och händerna sluts över det tysta bröstet! Avund och bitterhet är borta, ringaktning och oförrätter är glömda. Hur många kärleksfulla ord sägs inte om den döde! Hur många goda gärningar i hans liv kommer man inte nu ihåg! Hur mycket beröm och hur många lovord har man inte nu, men de faller på örön som inte kan höra, och på hjärtan som inte kan känna... Hur många är det inte som när de i vördnad och tystnad står vid den döde, med skam och sorg minns ord och handlingar, som sårade det hjärta som aldrig mer skall slå!

Låt oss nu fylla vårt liv med skönhet, kärlek och vänlighet! Låt oss vara hänsynsfulla, tacksamma, tåliga och förlåtande mot varandra! Låt de tankar och känslor som vi ger uttryck för vid en dödsbädd eller vid en bår praktiseras i vårt dagliga umgänge med våra med troende medan vi ännu har varandra. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidan 490 (1889).

Ingen Strid i Himmelen – Ingen skall känna sig felfri, även om han teoretiskt må vara befast i den nuvarande sanningen. Men om misstag begås, bör man vara snar med, att rätta till dem. Och låt oss undvika allt, som kan tänkas väcka splittring och osämja; vi har nämligen en himmel, som väntar oss, och ibland dess invånare kommer det inte att förekomma några strider. – *The Review and*

Herald, den 8. augusti, 1907. (*Counsels on Health*, sidan 244.)

Mer Kärlek, mindre Kritiserande, behövs – Åsiktsskillnader kommer alltid att finnas, för alla sinnen är inte funtade för, att tänka på samma sätt. Nedärvda och uppodlade fallenheter måste motverkas, för att de inte skall egga upp kontroverser om futtigheter. Kristi medarbetare måste sluta sig samman i ömsint medkänsla och kärlek. Ingen skall mena det vara en dygd, att hålla fast vid sina uppfattningar och tro sig vara den ende, som Herren har skänkt urskilningsförmåga och intuition. Kristen kärlek skyler över en myckenhet ting, som går att se som defekter hos en annan. Det föreligger behov av mycken kärlek och av betydligt mindre kritiserande. När den Helige Ande tydligt verkar i pastorers och biträdens hjärtan, kommer de att uppenbara Kristi ömhet och kärlek. – *Brev* 183, 1899.

Inte Personangrepp! – Några av våra bröder har sagt och skrivit mycket som tolkas som ett uttryck för motstånd mot myndigheter och lagar. Det är fel att på detta sätt göra oss till föremål för missförstånd. Det är inte förståndigt att ständigt söka finna fel med vad som görs av tjänstemän och myndigheter. Det är inte vår uppgift att angripa enskilda eller institutioner. Vi bör visa stor försiktighet så att vi inte blir kända som en grupp som ställer sig i opposition till de borgerliga myndigheterna. Det är sant att vi för en aggressiv kamp, men våra vapen måste vara sådana som finns i ett tydligt ”så säger Herren”. Vår uppgift är att bereda ett folk att bestå på Guds stora dag. Vi bör inte styra in på sidovägar som väcker strid eller motstånd hos dem som inte är av vår tro. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 6, sidan 394 (1900).

Att bemöta Otro och splittrande Läror – Jag har blivit visad, att onda änglar i troendes gestalt kommer att verka inom våra led, för att väcka en stark anda av otro. Låt inte ens detta göra Dig nedslagen, utan ställ helhjärtat upp emot de sataniska makternas anlopp. Dessa onda makter kommer att sluta upp vid våra möten, inte för att erhålla en välsignelse, utan för att motverka Guds Andes inflytande. Förbigå deras kommentarer med tystnad, och upprepa Guds rika löften, vilka är ja och amen i Kristus Jesus. Vi skall aldrig upprepa de ord, som människor må tala, för att bekräfta de onda änglarnas verksamhet, utan vi skall upprepa Kristi ord. – *Brev* 46, 1909.

Överdrivet Studerande

Vi skall upprätthålla Hjärnkraften – Jag tror, jag tror, att Herren hör mina böner, och sedan börjar jag att arbeta, för att få mina böner besvarade, vilka jag är säker på är ingivna av Herren. Jag är vid gott mod. Låt oss inte överanstränga de krafter, som Herren ger oss. Vi skall bibehålla hjärnans kraft. I fall vi missbrukar denna styrka, har vi ingen reservkraft att ta till i ett nödläge. – *Brev* 150, 1903.

Visdom krävs vid Valet av Mentalt Kosthåll – När man samlar ihop för många böcker för att studera dem, medför detta alltför ofta en mängd kunskap som bildar en barriär mellan Gud och människan. Detta försvagar sinnet så att vi inte längre kan tillgodogöra oss det som vi redan läst. Sinnet blir överbelastat. Visdom behövs så att vi kan välja rätt mellan dessa många auktoriteter och Livets ord, så att vi kan ”äta Guds Sons kött och dricka hans blod”. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 7, sidan 205 (1902).

Förkortar Livet – Till dem, som vill bli verksamma arbetare i Guds sak, skulle jag säga: Om Ni tvingar hjärnan till för mycket arbete, i tron att Ni kommer att förlora mark, med mindre Ni studerar hela tiden, bör Ni genast ändra uppfattning och inriktning. Såvida inte större försiktighet utövas härvidlag, är det många, som kommer att hamna i en förtida grav. – *Counsels to Parents, Teachers, and Students*, sidan 296 (1913).

Överdriven Koncentration sliter på viktiga Organ – Förmågan att koncentrera sinnet på ett ämne genom att utesluta alla andra, är på ett sätt god, men att ständigt anstränga sina själskrafter tröttrar dessa organ som ständigt används i denna gärning. Det blir för stor ansträngning för dem, och resultatet blir att de inte förmår göra så mycket gott. Den egentliga förslitningen kommer på en grupp sådana organ, när andra ligger orörda. Sinnet kan därför inte användas på ett hälsosamt sätt, och följderna blir att livet förkortas. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidan 34 (1872).

Ett överansträngt Sinne öppnar Dörren till Frestelse – Studenter, som uteslutande ägnar sig åt tankearbete i klassrummet, skadar hela det levande maskineriet genom denna inskränkning. Hjärnan blir uttröttad, varpå Satan kommer lastad med en lång rad frestelser, för att locka dem till förbjudna njutningar, för att de skall få litet variation, för att lätta på trycket. När de ger efter

för dessa frestelser, gör de sådant, som är galet och därigenom skadar de sig själva och är elaka mot andra. Så slutar deras hyss och upptåg. Tankarna ilar och de vill spela andra spratt. Men sedan faller det på någons lott, att reparera verkningarna av de tokerier, som de har begått under frestelse. – *Brev 103, 1897.*

Överanstränger man Sinnet, blir Fantasin sjuklig – De rätta metoderna har visats mig. Låt studenter, som använder hjärnan, även bruka sina kroppsliga och moraliska krafter. Låt dem använda sitt levande maskineri proportionerligt. Att ständigt anstränga hjärnan, är ett misstag. Jag önskar så, att jag ägde de rätta orden, för att förklara det här. Hjärnans ständiga ansträngning orsakar en sjuklig fantasi. Det här leder till utsvävning. Fem års utbildning av detta slag är av mindre värde, än ett års allsidig utbildning. – *Brev 76, 1897.*

För mycket Studerande leder till Fördärv – Undvik, att hetsa upp och egga hjärnan. För mycket studerande stimulerar hjärnan och ökar blodflödet till den. Det säkra utfallet är fördärv. Hjärnan går inte att upphetsa i övermått, utan att det uppstår orena tankar och handlingar. Hela nervsystemet påverkas, och det medför orenhet. De fysiska och mentala krafterna fördärvas, varigenom den Helige Andes tempel befläckas. De fula ovanorna förmeras, och följderna härav är överskådliga. Jag måste tala klartext på den här punkten. – *Brev 145, 1897.*

Hjärta och Huvud måste ha Vila (råd till en överbelastad Predikant) – Håll kanalen fri och ohindrad, för att den Helige Ande skall nå fram. Oavsett, vad som må ske, håll tanken på Gud, och låt Dig inte på något sätt bli förvirrad.

Då jag talade med Dig under nattens timmar, insåg jag Din hjärntrötthet, och så sade jag till Dig: Lägg alla Dina bekymmer på Herren; ty Han bryr Sig om Dig. Lägg Dina bördor och svårigheter på bördornas Bärare. Kristi frid i hjärtat är värdefullare för oss, än allt annat...

Jag ber Dig, att vara försiktig. Jag ber Dig, att dra ned på tempot; att lasta av de många bördor och svårigheter, som hindrar Dig från, att ge hjärta och huvud vila. Kom ihåg, att vi behöver ta hänsyn till eviga angelägenheter. – *Brev 19, 1904.*

Sjukdom uppstår ur Sinnets Överbelastning – De som har brutit samman på grund av tankearbete borde vila från tröttande tankar, men de skulle inte ledas till att tro att det är farligt att överhuvudtaget använda sina mentala krafter.

Många har en benägenhet att betrakta sitt tillstånd som värre än vad det egentligen är. En sådan inställning gynnar inte tillfrisknandet och borde inte uppmuntras.

Predikanter, lärare, elever och andra som sysslar med tankearbete, lider ofta av sjukdom på grund av hård mental ansträngning utan någon avkoppling genom fysiskt arbete. Vad dessa personer behöver är ett mera fysiskt aktivt liv. Strikt måttlighet i vanorna, tillsammans med passande motion, skulle säkerställa såväl de mentala som de fysiska krafterna och ge uthållighet till alla som sysslar med tankearbete. – *Hälsa för Hela Människan, sidan 201 (1905).*

Harmonin skall bevaras mellan Sinnets och Kroppens Krafter – Vi förlorar eller vinner kroppslig styrka i exakt förhållande till, hur vi sköter kroppen. När det mesta av tiden ägnas åt tankearbete, förlorar fantasins organ sin fräschhet och kraft, samtidigt som kroppens organ förlorar sin vitalitet. Hjärnan går på farligt högvarv, genom ständig belastning, medan musklerna försvagas på grund av bristande motion. Det blir en märkbar nedgång i styrka och ökning av svaghet, vilket med tiden besvärar hjärnan. Så långt som möjligt, bör harmonin mellan de mentala och fysiska krafterna upprätthållas. Det är nödvändigt för hela organismens hälsa. – *Brev 53, 1898.*

Smärta

Det är inte Gud, som orsakar Smärta – Framhåll att det är inte Gud, som förorsakar plåga och lidande, utan att människan genom sin egen likgiltighet och synd har dragit detta förhållande över sig. – *Vittnesbörd för Församlingen, Band 6, sidan 280 (1900).*

Synden har fört med sig Smärta – Människans ständiga överträdelse under sex tusen år har fört med sig sjukdom, lidande och död. Och när vi närmar oss tidens slut kommer Satans frestelse, att förmå oss att ge efter för våra böjelser, att bli starkare och mycket svårare att övervinna. – *Vittnesbörd för Församlingen, Band 3, sidan 492 (1875).*

Ont och Smärtor är Naturens Protest – Många överträder hälsans lagar och är omedvetna om förhållandet mellan deras mat-, dryckes- och arbetsvanor och deras hälsa. De vill inte erkänna sitt egentliga tillstånd, förrän naturen protesterar

mot den vanvård den lider, genom smärtor och besvär i organismen. Om den lidande även då bara ville vidta de rätta åtgärderna, genom att ta till de enkla medel, som vederbörande ha förbisett – bruket av vatten och ett sunt kosthåll – skulle naturen få precis den hjälp, som den behöver och som den för länge sedan borde ha tillhandahållits. Om denna kurs upprätthålls, brukar patienten återhämta sig utan bestående men. – *Healthful Living*, sidan 61, 1865 (Del 3). (*Utvalda Budskap*, Band 2, sidan 451.)

Omåttlighet orsakar Lidande – Många är så hängivna måttlösheten, att de på inga villkors vis vill frånga sitt frossande. Hellre offerar de hälsan och dör i förtid, än tyglar sin omåttliga aptit. Och många är omedvetna om ätandets inflytande över hälsan. Blev dessa upplysta, skulle de kanhända ha modet, att förvägra aptiten och äta mindre och blott av hälsosam mat, varvid de genom sitt eget handlande skulle bespara sig mycket lidande. – *Spiritual Gifts*, Band 4a, sidan 130 (1864). (*Counsels on Diet and Foods*, sidan 158.)

Smärta uppstår under Helandet – Det gör ont att röra dessa muskler, som inte varit i bruk under lång tid, eftersom naturen väcker dem till liv. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidan 78 (1872).

Lidandet förvärras av ens Inställning (ett personligt budskap) – Om du hade förnekat ditt intresse för läsning och för att försöka tillfredsställa dig själv, hade använt mer tid till försiktig fysisk träning och hade varit noggrann med att äta lämplig, näringsrik kost, kunde du ha undgått mycket lidande. En del av detta lidande har varit inbillat. Om du hade samlat dig till att stå emot din klenhet och till att ge efter för svagheter, skulle du inte ha fått några krampanfall. Dina tankar skulle då ha dragits bort från dig själv till dina husliga plikter och till att hålla ordning och reda i ditt hem och göra det vackert och smakfullt. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidan 434 (1870).

Lidande tappar lätt Tålamodet – Den lidande kan uträta för sig själv det, som andra förmår lika väl för dem. Vederbörande bör först avlasta naturen den tyngd, som han har lagt på den. Han bör avlägsna orsaken. Fasta under en kort tid, och ge magen tid till vila. Lindra organismens febriga tillstånd, genom att ingående och förståndigt använda vatten. Dessa åtgärder bistår naturen i dess kamp, för att få bort orenheter ur systemet.

Dock blir vanligen den lidande otålig. Han är ovillig, att förneka sig själv, och känna en smula

hunger. Han är heller inte villig, att invänta naturens långa arbete med, att återställa organismens överbelastade energi. Dock är han fast besluten, att omgående uppnå återställelse, och intar därför kraftfull medicin. – *Healthful Living*, sidan 60, 1865 (Del 3). (*Utvalda Budskap*, Band 2, sidorna 450-451.)

Lidande, som vi inte kan styra över – Det finns de, som har ett rent sinne och är samvetsgranna, men som ändå lider av olika orsaker, som de inte kan dirigera. – *An Appeal to Mothers*, sidan 23 (1864). (*Child Guidance*, sidan 445.)

Inte dolt för Jesus Kristus – Vilken förunderlig tanke det är att Jesus vet allt om den smärta och de sorger vi har. All vår sorg och vårt lidande har han prövat. Några av våra vänner vet inte vad smärta eller fysiskt lidande är. De är aldrig sjuka, och därför kan de inte riktigt känna med dem som är sjuka. – *Manuskript 19*, 1892. (*Utvalda Budskap*, Band 2, sidan 237.)

Gud fullt medveten om Människors Lidande – Den som försummar att lindra lidandet på sabbaten, kommer inte att bli betraktad som oskyldig. Guds heliga vilodag skapades för människans skull. Barmhärtighetens gärningar står i full överensstämmelse med denna avsikt. Gud vill inte att någon av dem han skapat skall utsättas för smärta en enda timme, om den kan lindras på sabbaten eller någon annan dag. – *Vändpunkten*, sidan 207 (1898).

Förtröstan under Smärta – Ditt sinne är ofta omtöcknat på grund av smärta. Då skall Du lägga undan allt tänkande, och helt enkelt vila och visa, att Du har överlåtit själen åt Gud som åt en trogen Skapare. Det är Din förmån, att visa i Din svaghet och Ditt lidande, att Du ej tvivlar på Guds kärlek till Dig, utan att Du vet, att löftenas Utfästare är trofast, att Du har lagt själ och kropp i Hans händer, att Han tänker bevara det, som har anförtrotts i Hans vård.

Låt sinnet uppehålla sig kring Guds godhet, kring den stora kärlek, med vilken Han har älskat oss, såsom framgår av frälsningsverket. Om Han inte älskade oss och betraktade oss som något värdefullt, då skulle Han inte ha gjort Sin enorma uppoffring. Han tänker på vårt bästa genom Sitt förbarmande och Sin nåd. Vila nu hjärtat och sinnet såsom ett trött barn vilar i sin mors famn. Han håller Dig med Sina eviga armar. Jesus delar alla Dina anfäktelser...

Göm Dig i Honom, så kommer den Onde inte att kunna plåga eller förvillan Din tro. Jesus har testamenterat Sin frid till Dig.

”Stark är den kraft, som Gud tillhandahåller/Genom Sin evige Son.” ...

Nåden hos Hans ord är manna åt den troende själen. De dyrbara löftena hos ordet utgör liv, ljuvlighet och frid. – *Brev 16*, 1896.

Lidande ingen Ursäkt för okristligt Handlande – I natt sov jag nästan inte alls. Jag försökte, att rikta blicken mot Jesus, för att anförtro mig åt den Store Läkaren. Han har sagt: ”Min nåd är nog för dig”. {Andra Korintierbrevet 12:9.} Kristi nåd får människor, att säga de rätta orden under alla omständigheter. Kroppsligt lidande är ingen ursäkt för okristliga handlingar. – *Manuskript 19*, 1892.

Att höja sig över Smärtan – Ofta kan långvarigt sjuka stå emot sjukdom bara genom att vägra att ge efter för krämpor och vägra att finna sig i ett liv i överksamhet. När de höjer sig över sin värk och sina smärtor, borde de börja med någon nyttig sysselsättning som är passande för deras krafter. Genom sådan sysselsättning och rikligt med frisk luft och solsken, kan många utmärglade sjuka få tillbaka sin hälsa och sin styrka. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 210 (1905).

Användningen av naturliga Botemedel är ingen Förnekelse av Tron – I fall de är av uppfattningen, att de i samband med bön om tillfrisknande inte skall töras använda de enkla botemedel, som Gud har tillhandahållit, för att lindra smärta och bistå naturen i dess arbete, för att det inte skall uppfattas som förnekelse av tron, har de intagit en oklok uppfattning. Därmed förnekas inte tron; snarare håller de sig strängt till Guds plan.

Då Hiskia var sjuk, gav Guds profet honom budskapet, att han skulle dö. Han ropade till Herren, varpå Herren hörde Sin tjänare och utförde ett mirakel å hans vägnar och meddelade honom, att hans liv skulle komma att förlängas med femton år. Ett enda ord från Gud, en beröring från det gudomliga fingret, skulle ha botat Hiskia ögonblickligen, men entydiga instruktioner gavs om, att ta fram ett fikon och lägga det på det smärtande stället, och så återställdes Esekias hälsa. I allt måste vi handla enligt Guds försyn. – *Health, Philanthropic, and Medical Missionary Work*, sidan 54 (1882). (*Counsels on Health*, sidorna 381-382.)

En Bøjelse för, att åstadkomma Smärta, är satanisk – Det är på grund av människans synd, som ”hela skapelsen ännu samfällt suckar och vändas” Romarbrevet 8:22 {*Svenska Folk-Bibeln 98*}. Lidande och död efterlämnades alltså i arv, inte blott åt människosläktet, utan även åt djuren. Det anstår därför människan, att söka lätta lidandets börda, som hennes överträdelse har bragt över Guds skapade varelser, i stället för att göra den tyngre. Den, som misshandlar djur, emedan han har dem i sitt våld, är både feg och tyrannisk.

En bøjelse för, att åstadkomma smärta, antingen hos våra medmänniskor eller hos djuren, är satanisk. Många tror, att deras grymhet aldrig skall bli känd, eftersom de stackars stumma djuren inte kan uppenbara den. Men kunde dessa mäns ögon öppnas, liksom Bileams, skulle de finna, att en Guds ängel är närvarande för att uppträda som vittne emot dem i den himmelska domsalen. Handlingen nedtecknas i de himmelska böckerna, och en dag kommer, då de som misshandlar Guds skapade varelser, skall dömas till straff. – *Patriarker och Profeter*, sidan 477 (1890).

Orsaka inte djupare Smärta – Säg för all del inget som gör smärtan djupare! När du möter någon som är trött på sitt syndiga liv, men inte vet var han skall få befrielse, berätta då för honom om den medlidande Frälsaren. Ta honom i handen, dra upp honom, tala ord som ger honom mod och hopp. Hjälプ honom att fatta tag i Frälsarens hand. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 137 (1905).

Kristi Ångest värre, än Hans fysiska Lidande – Men den fysiska plågan var endast en liten del av Guds Sons ångest. Världens synder hade lagts på Honom, därtill kom tyngden av Faderns vrede då Han led straffet för lagöverträdelsen. Det var detta som krossade Hans gudomliga själ. När Fadern dolde Sitt ansikte och känslan av att Hans egen Fader hade övergett Honom kom över Honom, drevs Han till förtvivlan.

Den skilsmässa som synden åstadkommer mellan Gud och människan, drabbade i full utsträckning och på det mest kännbara sätt den oskyldige, lidande Människosonen på Golgata. Han ansattes av mörkrets makter. Han hade inte en ljusets stråle som upplyste framtiden. Dessutom kämpade Han mot Satans makt. Denne förklarade att Han hade Kristus i Sin hand, att Han var överlägsen Guds Son i styrka, att Fadern inte längre erkände Honom som Sin Son, och att Han inte längre levde i Faderns ynnest mer än Satan själv. Om Han verkligen ännu hade Faderns

gillande, varför skulle Han då behöva dö? Gud kunde ju rädda Honom från döden. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidan 214 (1869).

Ilska

Ilska slår upp Portarna för Satan – Men de som vid varje förmodad provokation känner sig fria att hysa vrede och hämndkänslor, öppnar sina sinnen för fienden. Bitterhet och hätskhet måste bannlysas, om vi skall kunna leva i harmoni med himmelen. – *Vändpunkten*, sidan 306 (1898).

Syndens Tjänare – "... ni gör er till slavar under någon och lyder honom, då är ni hans slavar" (Romarbrevet 6:16). Om vi ger efter för ilska, lusta, begärelse, hat, själviskhet, eller någon som helst annan synd, blir vi syndens tjänare. "Ingen kan tjäna två herrar" (Matteusevangeliet 6:24). Om vi tjänar synden, kan vi inte tjäna Kristus. Den kristne kommer att känna syndens lockelser, ty köttet kämpar emot Anden; men Anden kämpar emot köttet, ja, bedriver ständig krigföring. Det är här, som Kristi hjälp är av nöden. Mänsklig svaghet förenas med gudomlig kraft, och tron utropar: "Gud vare tack, som ger oss segern genom vår Herre Jesus Kristus" (Första Korintierbrevet 15:57)! – *The Review and Herald*, den 3. Maj, 1881. (*The Sanctified Life*, sidorna 92-93.)

Vrede framsprungen ur moralisk Känslighet – Visserligen finns det en vrede som är berättigad även för Kristi efterföljare. När de ser att Gud vanäras och hans intressen råkar i vanrykte, när de ser oskyldiga förtryckas, skakas de av en rättmätig vrede. En sådan vrede som springer fram ur moralisk känslighet, är inte synd. – *Vändpunkten*, sidan 306 (1898).

Mose Vrede – Krossandet av stentavlorna var endast en illustration av det faktum, att Israel hade överträtt förbundet, som de helt nyligen hade ingått med Gud. Det är rättfärdig harm mot synd, som kommer sig av nit för Guds ära, inte en ilska driven av egenkärlek eller sårad äregirighet, som det hänvisas till i Skriften: "Vredgas och synda inte". {Efésierbrevet 4:26, *Reformations-Bibeln*.} Sådan var Mose vrede. – *The Review and Herald*, den 18. februari, 1890. (*Vittnesbörd för Predikanter och Bibelarbetare*, sidan 101.)

Kristi heliga Vrede – Den indignation som Jesus gav uttryck åt, riktade sig emot hyckleriet. De grova synder genom vilka människor ödelade

sina själar, bedrog folket och vanhedrade Gud. I prästernas och rådsherrarnas skenfagra och bedrägliga framställning såg han sataniska makter i verksamhet. Han fördömde synden skarpt och genomträngande, men han sade inte någonting om straff. Han kände en helig vrede mot mörkrets furste, men han visade inte någon form av irritation. En kristen som lever i överensstämmelse med Gud och har tillägnat sig kärlekens och barmhärtighetens tilltalande egenskaper, kan komma att känna en helig indignation mot synden. Han kommer emellertid aldrig att låta sig påverkas av lidelser, så att han smädar dem som smädar honom. Till och med när han möter sådana som påverkas av underjordiska krafter för att hålla fast vid falskheten, kommer han att i Kristus alltjämt bevara sitt sinneslugn och sin självbehärskning. – *Vändpunkten*, sidan 617 (1898).

Somliga går omkring och bär på Vrede – Många betraktar saker och ting från den mörkaste sidan; de uppförstorar sina inbillade anledningar till missnöje, ger näring åt sin ilska, och fylls av hämndlystna, hatiska känslor, när de i själva verket saknar orsak till dessa känslor... Stå emot dessa felaktiga känslor, så kommer Du att uppleva en mäktig förändring i umgänget med Dina medmänniskor. – *The Youth's Instructor*, den 10. november, 1886.

Otålighet följs av en ond Skörd – Hur stor skada har inte åstadkommit inom familjekretsen genom otåligen ord och yttranden, eftersom ett otåligen yttrande från en person leder till att någon annan svarar på samma sätt. Därefter följer hämndgiriga och egenrättfärdiga ord som lägger ett tungt och bittert ok på oss, ty alla de sårande orden kommer att resultera i en ond skörd i sinnet. – *The Review and Herald*, den 27. februari, 1913. (*Det adventistiska Hemmet*, sidan 439.)

Hårda ord når hjärtat genom örat. De väcker de värsta lidelserna i människosinnet till liv och frestar män och kvinnor till att överträda Guds bud... Ord är som frön som sås. – *Brev 105*, 1893. (*Det adventistiska Hemmet*, sidan 439.)

I många familjer har man för vana att tala på ett tanklöst och oförsiktigt sätt. Ovanan att reta varandra och säga hårda och oöverlagda ord, växer sig starkare och starkare ju mer vi ger efter för den. Otaliga anstötliga och beklagliga ord uttalas, som är efter Satans vilja och inte efter Guds... Ord som brinner av åtrå borde förbli outtalade, för i Guds och de heliga änglarnas ögon är det bara ett annat sätt att använda svordomar. –

The Youth's Instructor, den 20. september, 1894.
(*Det adventistiska Hemmet*, sidan 439.)

De tre första Åren av ett Barns Liv – Om själviskhet, ilska och egensinnighet tillåts under ett barns tre första år, blir det svårt, att förmå det till att rätta sig efter sund disciplin. Dess läggning har fördärvats; det älskar, att genomdriva sin egen vilja; föräldrarnas kontroll är osmaklig. Dessa onda böjelser följer med under uppväxten, tills det som vuxen topprids av oinskränkt själviskhet och frånvaron av självbehärskning och hamnar i klorna på ondskan, som härjar i vårt land. – *The Health Reformer*, april, 1877. (*Temperance*, sidan 177.)

Tukta aldrig i Ilska – Gud hyser ömma känslor gentemot barnen. Han vill, att de skall vinna segrar varje dag. Låt oss alla göra vårt bästa, för att bidra till barnens segervinning. Låt inte frestelser riktas mot dem från medlemmarna av den egna familjen. Se till, att Ditt handlande och Dina ord är av det slag, att Dina barn inte retas till vrede. Likväl måste de nogsamnt disciplineras och tillrättavisas, när de felar, fast aldrig i ilska. – *Manuskript* 47, 1908.

Först låter föräldrar sin irritation och vrede gå ut över sina barn och sedan undrar de, varför barnet är så svårt att styra. Men hur skulle de kunna förvänta sig något annat? Barnen är snabba till att ta efter. Barnet gör inget annat än övar sig i det, som det har lärt sig av sina föräldrar under deras vredesutbrott.

Du kan bli tvungen att straffa ditt barn med riset. Det är ibland absolut nödvändigt. Men slå aldrig någonsin barnet i vrede. Att tillrättavisa ett barn på det sättet är detsamma som att begå två fel för att försöka rätta till ett. Uppskjut bestraffningen tills ni har talat med varandra och med Gud om det. Fråga er själva: ”Har jag överlämnat min vilja till Guds vilja? Står jag, där Han kan vägleda mig?”. Be Gud om förlåtelse för att ni till ert barn har överfört en läggning, som är så svår att hantera. Be Honom om vishet, så att ni kan behandla era trilska barn på ett sådant sätt, att det kommer att dras närmare både er själva och sin himmelske Fader. – *The Review and Herald*, den 8. juli, 1902.

Ursinnesutbrott äventyrar Livet – Ursinnets frisläppande äventyrar livet. Många har dött under ett utbrott av ursinne och lidelse. Många hetsar upp sig till, att få spasmer. De kan förhindra dessa, om de vill, men för att betvinga ett felaktigt beteende, krävs det viljekraft. Allt detta måste ingå i skolutbildningen, ty vi tillhör Gud.

Kroppens heliga tempel måste hållas rent och ofläckat, så att Guds Helige Ande kan bo däri. – *Brev* 103, 1897. (*Our High Calling*, sidan 265.)

Frukten av varje Vredesutbrott – Somliga har växt upp, utan att lära sig självbehärskning; de har inte tyglat hetsigheten eller tungan, och en del av dessa hävdar sig vara Kristi lärjungar, men det är de icke. ... Andra är nervösa, och om de börjar att mista självbehärskningen vid kränkning, blir de lika berusade av vrede, som drinkaren blir av alkohol. De blir oförnuftiga och svåra att överbevisa och övertala. De är inte längre normala; Satan har dem för ögonblicket helt i sin makt. Vart och ett av dessa vredesutbrott försvagar nervsystemet och den moraliska styrkan och gör det vanskligt, att lägga band på vreden, när man åter blir utmanad och provocerad. – *The Youth's Instructor*, den 10. november, 1886. (*Guds Söner och Döttrar*, sidan 142.)

Berusad av Vrede – Hur Satan jublar, när han förmår att försätta själen i vitglödande ursinne! Ett ögonkast, en åtbörd, en intonation, greppas tag i och används av Satan som pil, för att såra och förgifta det hjärta, som är mottagligt för det. – *The Signs of the Times*, den 21. september, 1888

När en person ger vika för ilska, blir han lika berusad som en person, som har fört glaset till sina läppar. – *Manuskript* 6, 1893.

Kristus betraktar ilska som mord... Lidelsefulla ord är en arom från död till död. Den, som yttrar sådana, samverkar därmed inte med Gud, för att frälsa sin nästa. I himmelen antecknas detta elaka rytande i samma förteckning som simpelt svärande. När hat fyller bröstet, finns det inte en gnutta av Guds kärlek där. – *Brev* 102, 1901. (*Our High Calling*, sidan 235.)

En Person, som av Naturen är retlig, är sällan tillfreds – Ingen annan kan göra vårt inflytande mindre än vi själva genom att ge efter för ett oregerligt temperament. En människa som av naturen är retlig upplever inte verklig lycka och är sällan tillfreds. Han hoppas alltid att kunna uppnå en bättre ställning eller att kunna ändra sina omständigheter så att han kommer att få frid och ro i sitt sinne. Hans liv verkar vara tyngt av tunga kors och prövningar, trots att han kunde ha undvikit mycket av detta, om han hade lärt sig att kontrollera sitt temperament och tygla sin tunga. Det är ett ”mjukt svar” som ”stillar vrede.” Hämnd har aldrig besegrat någon fiende. Ett välbalanserat humör utövar ett gott inflytande på alla runt omkring, men ”som en nerbruten stad utan murar är den man som inte kan styra sitt

sinne.” (Ordspr. 15:1; 25:28) – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidorna 367-368 (1879).

Enklare, att ge Uttryck för Känslor i en Församling – Det är värre, avsevärt mycket värre, att låta känslorna komma till uttryck i en stor församling och fatta eld mot alla och envar, än att gå till de enskilda, som kan ha handlat fel och tillrättavisa dem. Det anstötliga i detta stränga, arroganta, fördömande uttalande i en stor församling är så mycket allvarligare i Guds ögon, än att ge en personlig, individuell tillrättavisning, som antalet är större och kritiken mer omfattande. Det är alltid lättare att ge uttryck för sina känslor i en församling, eftersom det finns fler närvarande där, än det är att gå till dem som har handlat fel och uppriktigt och i klartext tala om för dem på vad sätt de har handlat fel.

Men att ge utlopp för starka känslor mot andra i Guds hus och låta alla oskyldiga lika väl som de oskyldiga lida, är ett tillvägagångssätt, som Gud inte godkänner och som gör mer skada än nytta. Det har för ofta hänt att kritiserande och anklagande predikningar har hållits inför församlingen. Dessa uppmuntrar inte kärlekens ande hos bröderna. De tenderar inte till att göra dem andligt sinnade och att leda dem till helighet och himlen, utan i stället till bitterhet i hjärtat. Dessa mycket kraftiga predikningar som skär en människa helt i småbitar är någon gång absolut nödvändiga för att väcka och överbevisa. Men om de inte utmärks av att vara ledda av Guds Ande, gör de mycket mer skada än nytta. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidorna 507-508 (1880).

Förnuftet detroniseras av Vrede – Jag hoppas att du noggrant kommer att gå igenom detta och tänka igenom din första frestelse att avvika från högskolans regler. Studera kritiskt karaktären av vår skolas styrelse. Av de regler som drevs igenom var inte någon för sträng. Däremot vårdades vrede, ty vid den här tidpunkten avsattes förnuftet och hjärtat blev byte för okontrollerad häftighet. Innan ni var medvetna om det, hade ni tagit ett steg, som ni några timmar tidigare inte skulle ha tagit under pressen från någon frestelse. Impulserna övervann förnuftet och ni kunde inte göra den skada ogjord, som ni hade tillfogat er själva eller en Guds institution. Vår enda säkerhet är att under alla omständigheter behärska oss själva genom Jesu, vår Återlösares, kraft. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidan 431 (1880).

Hämnd utmynnar bara i Ondo – Det är bättre för oss att stå ut med orättvisa angrepp än att

förstöra för oss själva genom att ge tillbaka med samma mynt. Hatkänslor och hämndlystnad har sitt ursprung hos Satan och kan inte annat än skada den som bär på dem. Däremot är den ödmjukhet som är frukten av gemenskap med Jesus rätta nyckeln till välsignelse. ”Ty Herren har behag till sitt folk, han smyckar de ödmjuka med frälsning” (Ps 149:4). – *Men Jag säger...*, sidan 26 (1896).

Tig, när Ni känner Er irriterade – Mätte de, som lätt blir irriterade, vägra att hämnas, när retande ord riktas till dem. Mätte de söka Herren i bön, varvid de ber Honom om, att visa dem, hur de skall verka för själar, som håller på att gå under i synd. Han, som håller sig strängt sysselsatt med detta arbete, kommer att bli så grundligt förlänad Guds Ande, att hans manér, hans stämma, hela hans liv, uppenbarar Kristus. Prova detta, bröder, prova detta. Korsfäst jaget, i stället för att försöka, att korsfästa Era bröder. ”Om någon vill följa mig”, sade Kristus, ”skall han förneka sig själv och ta sitt kors på sig och följa mig” (Matteusevangeliet 16:24). – *Brev 11*, 1905.

Ilska bör bemötas med Tystnad – Det finns en underbar styrka i tystnaden. När du får höra otåliga ord ska du inte svara igen. När man ger en som är arg svar på tal, brukar orden vara som slag, som piskar upp humöret till raseri. Men ilska som möts av tystnad dör fort bort. Mätte den kristne tygla sin tunga och vara fast besluten att inte tala hårda, otåliga ord. Med en tyglad tunga kan han vinna seger över varje prövning av tålmodet som han får möta. – *The Review and Herald*, den 31. oktober, 1907. (*Budskap till de Unga*, sidan 127.)

Uppamma en försonlig Ande – Med hänsyn till ert nuvarande förhållande till församlingen vill jag råda er att göra allt vad ni kan från er sida, för att komma i harmoni med era bröder. Vårda en vänlig och försonlig ande och låt ingen hämndkänsla komma in i era sinnen och hjärtan. Vi har endast litet tid i den här världen. Låt oss arbeta för tid och evighet. Var ivriga att göra er kallelse och ert val fast och bestämt. Se till att ni inte gör något misstag när det gäller er rätt till ett hem i Kristi rike. Om era namn står skrivna i Lammets livsbok, så kommer det att stå rätt till med er. Var beredda och ivriga att bekänna era fel och förlåt dem, så att era fel och synder kan dömas på förhand och utplånas. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidan 331 (1885).

Ett otyglat Humör går att betvinga – När Kristi lärdomar förverkligas i livet, upphöjs människor, hur än enkla de må te sig i Guds moralskala. De, som eftersträvar att tygla sina

naturliga karaktärsbrister, får inte livets krona, med mindre de strävar lagenligt; men flitiga bedjare, som söker himmelsk visdom, blir ett med det gudomliga. Ohyfsade manér, ett okontrollerbart humör, försätts i lydnad mot Guds lag. – *Brev 316*, 1908.

Stå emot arga Känslor – För detta slags personer finns det endast ett botemedel: Verklig självbehärskning under alla omständigheter. Ansträngningar, för att uppnå gynnsamma lägen, där det egna jaget inte blir kränkt, kan lyckas för en tid, men Satan vet, var han kan finna dessa stackars själar och kommer att angripa dem om och om igen på deras svagaste punkter. De kommer ständigt att hamna i bryderier, så länge de har så höga tankar om sig själva. ... Men det finns hopp för dem! Detta liv, som är så fullt av stormar på grund av strid och bekymmer, bör komma i beröring med Kristus och så kommer jaget inte längre att fordra herraväldet. ... De bör ödmjuka sig och frimodigt säga: ”Jag har haft fel. Vill Du förlåta mig? Ty Gud har sagt, att vi inte får låta solen gå ned över vår vrede.” Detta är den enda säkra vägen till segervinning. Många ... kelar med sin vrede och fylls av hämndgiriga och hatiska känslor. ... Motarbete dessa felaktiga känslor, så kommer Du att erfara en stor förändring i förhållandet till Dina medmänniskor. – *The Youth's Instructor*, den 10. november, 1886. (*Guds Söner och Döttrar*, sidan 142.)

Hat och Hämnd

I Tanken föds Gärningen – Hat och hämndlystnad uppstod hos Satan och ledde honom till slut att ta Guds Sons liv. Den som är elak och ovänlig i sitt sinne är inne på samma dödens spår. Onda tankar föder onda gärningar precis som ogräs växer upp ur ogräsfrön. ”Den som hatar sin broder är en mördare, och ni vet att ingen mördare bär evigt liv inom sig” (1 Joh 3:15). – *Men Jag säger...*, sidan 56 (1896).

Hatets Anda gör Personen urartad – Jag fick se Satan sådan han en gång hade varit, en lycklig och upphöjd ängel. Sedan såg jag hur han är nu. Han hade fortfarande en kunglig gestalt. Hans drag var ännu ädla, eftersom han är en ängel, fastän fallen. Men hans ansiktsuttryck präglas av bekymmer, umbäranden, olycka, illvilja, hat, intriger, falskhet och all slags ont... Jag såg att han hängett sig åt det onda så länge, att varje god egenskap var förstörd och varje ont karaktärsdrag

hade utvecklats. – *Adventbudskapet*, sidan 152 (1882).

Världshistorien handlar om Strid mellan Hat och Kärlek – Satans fiendskap mot Kristus har också riktat sig mot hans efterföljare. Samma hat mot principerna i Guds lag, samma bedrägliga metodik, genom vilken villfarelse ges sken av sanning, och genom vilken mänskliga lagar ersätter Guds lag, och människor vilseleds att tillbe det skapade framför Skaparen. Detta kan spåras genom hela historien. Satan anstränger sig för att nedsvärta Guds karaktär och förmå människor att ta till sig en falsk uppfattning om Skaparen. Därigenom vilseleder han människor, så att de betraktar Gud med fruktan och hat, snarare än med kärlek. Hans försök att upphäva Guds lag och förmå människor att betrakta sig som fria från dess krav, och hans förföljelse av dem som vågar motstå hans bedrägerier, har ständigt kommit till uttryck under alla tidsåldrar. De kan spåras i patriarkernas, profeternas, apostlarnas, martyrernas och reformatoreernas historia. – *Den Stora Striden*, sidan x (1888).

Överträdelsen fick Människan, att komma i Samförstånd med Satan – Då människan överträdde den gudomliga lagen blev hennes natur ond. Hon kom i samförstånd med Satan, inte i strid med honom. – *Den Stora Striden*, sidan 437 (1888).

Hatet kommer att finnas så länge, som Synden finns – Hat mot sanningens rena principer, och hån och förföljelse mot dem som förkunnar dem, kommer att fortsätta så länge synd och syndare finns till. Kristi anhängare och Satans tjänare kan inte bli överens. – *Den Stora Striden*, sidan 437 (1888).

Tillrättavisning väcker Hat – Samma anda som orsakade upproret i himlen inspirerar alltjämt till uppror på jorden. . . . Tillrättavisning för synd väcker alltjämt samma anda av hat och motstånd. När Guds varnande budskap tränger in i samvetet, intalar Satan människorna att rättfärdiga sig själva och att söka stöd hos andra i sina synder. I stället för att rätta sina fel hatar de dem som påtalar synden, som om de var den enda orsaken till svårigheterna. Ända sedan den rättfärdige Abels tid och fram till våra dagar är det samma anda som har mött dem som vågat fördöma synden. – *Den Stora Striden*, sidan 500 (1888).

Avund piskar upp Avsky – Ehuru Saul alltid sökte få tillfälle att döda David, fruktade han honom likväl; emedan det var tydligt, att Herren var med honom. Davids ostraffliga karaktär

väckte kungens vrede; han tyckte, att han blev tillrättavissad genom Davids vandel och närvaro, enär hans egen karaktär vid jämförelse framstod i ett så ofördelaktigt ljus. Det var avund, som förorsakade, att Saul kände sig så olycklig, och satte hans ringe undersåte i fara.

Vilket omätligt elände detta fördärvliga karaktärsdrag har förorsakat i vår värld! I Sauls hjärta härskade samma fiendskap, som Kain hyste mot sin broder Abel, eftersom Abels gärningar var rättfärdiga och Gud ärade honom, och hans egna var onda, och Herren kunde inte välsigna honom. Avund beror på stolthet, och om den uppmuntras i hjärtat, kommer den att föra till hat och slutligen till hämnd och mord. Satan lade i dagen sin egen karaktär, när han hos Saul uppväckte fiendskap mot en person, som aldrig hade gjort honom någon skada. – *Patriarker och Profeter*, sidan 709 (1890).

En syndig Känsla – Guds lag lägger märke till svartsjukan, avundet, hatet, elakheten, hämnaden, begäret, och ärelystnaden som sväller i människan, men som inte funnit uttryck i yttre handling, i avsaknad av tillfälle, inte av vilja. Dessa syndiga känslor kommer att redovisas på den dagen då ”Gud skall föra alla gärningar fram i domen, med allt som är fördolt, vare sig det är gott eller ont.” – Pred. 12:14. – *The Signs of the Times*, den 15. april, 1886. (*Utvalda Budskap*, Band 1, sidan 217.)

Mord förekommer först i Hjärtat – Jesus tar upp de tio buden var för sig och förklarar bredden och djupet av deras krav. I stället för att ens i minsta mån mildra kravet visar han hur vittomfattande dessa principer är, och avslöjar judarnas ödesdiga misstag i deras endast skenbara lydnad. Han förklarar att man genom den onda tanken eller genom den lättsinniga blicken överträder Guds lag. Den som gör sig skyldig till den minsta orättfärdighet bryter lagen och sänker sin egen moraliska nivå. Mord existerar först i tankarna. Den som ger hatet rum i sitt sinne går in på mördarens väg och det offer han frambär, är en styggelse inför Gud. – *Vändpunkten*, sidan 310 (1898).

Överträdelse av det sjätte Budet – Alla orätta handlingar, som bidrar till att förkorta livet, såsom en hatfull och hämndgirig anda, hysandet av någon lidelse, vilkens utbrott förorsakar andra skada, eller föranleder oss att önska dem ont (ty: ”Den som hatar sin broder är en mördare”); all självisk försumlighet, att sörja för de nödställda och lidande; all efterlåtenhet mot sig själv eller onödig försakelse eller överansträngning, som

skadar hälsan – alla dessa är i en större eller mindre grad överträdelser av det sjätte budet. – *Patriarker och Profeter*, sidan 322 (1890).

Satan inspirerar med sitt eget starka Hat – När Satan tillåts att forma viljan, använder han den för att nå sina egna mål. Han framkallar otrons teorier och väcker strid mot Guds Ord i mänskohjärtat. Han är ständigt verksam och han arbetar ihärdigt på att försöka inge människor sina egna känslor av hat och fiendskap mot Gud. Han försöker uppbåda människor till motstånd mot himlens förordningar och bud och den Helige Andes verksamhet. Han värvar till sina arméer alla ondskans krafter och leder dem ut på slagfältet. Allt detta sker under hans ledning för att uppvigla det onda mot det goda. – *The Review and Herald*, den 10. februari, 1903. (*Budskap till de Unga*, sidan 47.)

Världen hatade Kristus, för att Han var annorlunda – Skillnaden mellan Kristi och Hans samtidas karaktärer framgick tydligt i alla sammanhang, och denna skillnad kom världen att hata Honom. Den hatade Honom för Hans godhet och för Hans okuvliga rättskaffenhet. Och Kristus tillkännagav, att ägarna av Hans egenskaper också skulle bli hatade. När vi närmar oss tidens slut, kommer avskyn mot Kristi efterföljare att märkas allt tydligare.

Kristus iförde Sig det mänskliga och uthärdade världens hat, för att visa människorna, att de kunde leva syndfritt, att deras ord, deras handlingar, deras anda, kunde helgas åt Gud. Vi kan vara perfekta kristna, om vi uppenbarar denna kraft i våra liv. När himmelens ljus ständigt vilar över oss, kommer vi att framställa Kristus. Det var rättfärdigheten, som uppenbarades genom Hans liv, som skilde Kristus från världen och framkallade dess hat. – *Manuskript 97*, 1909.

Hatet beror på en Önskan om Hämnd – Satan ifrågasatte varje anspråk som Guds Son gjorde och utnyttjade människor som sina redskap för att fylla Frälsarens liv med lidande och sorg. Det listigt uttänkta bedrägeri med vilket han sökte hindra Jesu verksamhet, det hat som olydnadens barn visade, hans grymma anklagelser mot honom vars liv var ett exempel på ojämförlig godhet, allt hade sitt ursprung i en intensiv önskan om hämnd. All denna uppdämda eld av avundsjuka och ondska, hat och hämndlystnad, bröt lös över Golgata mot Guds Son, medan hela himlen betraktade scenen under skräckslagen tystnad. – *Den Stora Striden*, sidan 501 (1888).

Hat mot Föräldrar (ord till en ung kvinna) – Du har särskilt ett arbete att utföra genom att ödmjukt bekänna din brist på ett respektfullt uppträdande mot dina föräldrar. Det finns ingen orsak till detta onaturliga uppförande mot dem. Det är en rent satanisk ande, och du har gett efter för den därför att din mor inte uppmuntrat din livsstil. Dina känslor innebär inte bara en direkt antipati, en beslutsam brist på respekt, utan omfattar också hatiska ord, elakhet, missunnsamhet och avund som visar sig i dina handlingar och förorsakar dem lidande och umbäranden. Du känner inte att du vill göra dem lyckliga eller ens gör det bekvämt för dem. Dina känslor är ombytliga. Ibland veknar ditt hjärta. Sedan sluts det och blir hårt, när du ser något fel hos dem och änglarna kan inte ingjuta någon känsla av kärlek i det.

En ond demon kontrollerar dig och du är avskyvärd och hatar. Gud har lagt märke till dina respektlösa ord och dina ovänliga handlingar mot dina föräldrar, som Han har befallt dig att ära. Om du försummar att se denna stora synd och inte ångrar den, kommer du att tillväxa i elakhet tills du överlämnas till dina onda vägar. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidorna 82-83 (1868).

Satan kontrollerar med Förtjusning Barns Sinnet – Tänk så tråkigt det är att se barn till gudfruktiga föräldrar som är upproriska och olydiga, otacksamma och egenrådiga, helt inställda på att gå sin egen väg. De tar inte hänsyn till att de vållar sina föräldrar sorger och bekymmer. Satan är förtjust över att behärska barnens hjärtan och om han får lov kommer han att fylla dem med sin egen hatiska ande. – *The Youth's Instructor*, den 10. augusti, 1893. (*Budskap till de Unga*, sidan 318.)

Hatets Anda binder Ris åt egen Rygg – Ingen kan avsky sin broder, eller ens sin fiende, utan att döma sig själv. – *The Youth's Instructor*, den 13. januari, 1898.

Hämnd ger ingen Tillfredsställelse – Kom ihåg, att hämndlystna ord aldrig får en att känna, att man vunnit seger. Låt Kristus tala genom er. Gå inte miste om välsignelsen, som kommer genom frånvaron av onda tankar. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 7, sidan 243 (1902).

Omtöcknar Uppfattningsförmågan – Stolthet, egenkärlek, hat, avund och misstänksamhet har omtöcknat uppfattningsförmågan och den sanning, som skulle göra er visa till frälsning, har förlorat sin kraft och kan inte fascinera och styra

sinnet. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidorna 605-606 (1871).

Kärlekens Olja undanröjer Bitterheten – Tillåt inte att kränkande känslor utvecklas till hat. Tillåt inte att såret blir inflammerat och slår ut i giftiga ord som smittar åhörarnas sinnen. Gå till din broder och tala i ödmjukhet och uppriktighet med honom om saken...

Hela himmelen är intresserad av samtalet mellan den som blivit förorättad och den som har förgått sig... Kärlekens olja avlägsnar den sårighet som förorätten har fört med sig. Guds Ande binder hjärta till hjärta och det uppstår jubel i himmelen över den enighet som återupprättats. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 7, sidorna 261-262 (1902).

Ett Hjärta, som svarar på Avsky med Kärlek – Det är inte de jordiska förhållanden som vi fötts i och inte heller någon religiös status som vi nått som avgör om vi är Guds barn. Det är kärlek, en kärlek som inte utesluter någon människa, som visar om vi verkligen är födda av Gud. Människor som inte är helt stängda för Guds Ande är mottagliga för vänlighet. De kanske ger tillbaka med samma mynt om någon är hård mot dem, men de kommer att visa kärlek mot dem som visar dem kärlek. Det är bara Guds Ande som kan ta emot hat och ge kärlek tillbaka. Att visa vänlighet mot den som är elak och otacksam, att dela med sig utan att förvänta sig att få något tillbaka – det är bevis på att man tillhör den himmelske Faderns familj. – *Men Jag säger...*, sidan 82 (1896).

Tro och Förtröstan

Vad Tro är – Tro, frälsande tro, skall läras ut. Avgränsningen av denna tro på Jesus Kristus går att skriva med dessa få ord: Den är själens handling, varigenom hela personen överlämnas till Jesu Kristi uppsikt. Han bor i Kristus och Kristus bor i själen som den Högste genom tron. Den troende överlåter sin själ och kropp till Gud och törs med förtröstan säga: Jag är övertygad om, att det står i hans makt, att till den dagen bevara det, som jag har anförtrott åt Honom. {Jämför Andra Timoteusbrevet 1:12.} Alla, som gör det, kommer att ärva evigt liv. Personen erhåller en känsla av försäkran om, att själen har tvättats ren i Kristi blod och klätts i Hans rättfärdighet samt är dyrbar i Jesu ögon. Våra tankar och vårt hopp kretsar kring vår Herres andra framträdande. Den dagen

kommer hela jordens Domare att belöna Sitt folks förtröstan. – *Manuskript* 6, 1889.

Andra Avgränsningar – Genom tron tar vi emot Guds nåd, men tron är inte vår Frälsare. Den ger ingen fördel. Tron är den hand med vilken vi griper tag i Kristus och tillägnar oss hans förtjänst. – *Vändpunkten*, sidan 164 (1898).

Att tro är att lita på Gud och på att han älskar oss och vet bäst vad som är bra för oss. Därför leder tron oss till att välja hans väg i stället för vår egen. Vår tro accepterar hans vishet i stället för vår okunnighet, hans styrka i stället för vår svaghet, hans rättfärdighet i stället för vår syndighet. Vårt liv och vi själva tillhör redan honom, tron bekräftar att han är ägaren och tar emot välsignelsen av det. Sanning, hederlighet och renhet har utpekats som hemligheterna till framgång i livet. Det är tron som ger oss sådana egenskaper. – *Vägen till Mognad*, sidan 273 (1903).

Enkel till sin Verkan – Tron är enkel till sin verkan och kraftfull till sitt utfall. Många bekännande kristna, som känner till det heliga Ordet, och tror på dess sanning, besitter inte den barnsliga tillit, som är en hörnsten hos Jesu religion. De räcker inte ut handen med det säkra grepp, som annars medför själens helande. – *Redemption: The Miracles of Christ*, sidan 97 (1874). (*SDA Bibelkommentar*, Band 6, sidan 1074.)

Ödmjukhet är inte Tro – Ödmjukhet, saktmod och lydnad är inte tro, men de är följderna eller frukterna av tron. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidan 438 (1885).

Tron ger Självförtroende – Det här [redogörelsen för Paulus' förtröstan på Gud] skrevs inte bara för att vi skulle kunna läsa det och förundra oss över det, utan för att samma tro som var verksam i Guds tjänare på den tiden också ska kunna verka i oss. Gud verkar lika påtagligt nu som han gjorde då – överallt där det finns människor som tror och vill förmedla hans makt.

De som inte litar på sig själva och saknar självförtroende och drar sig undan från plikter och ansvar, behöver lära sig att lita på Gud. På så sätt kan många som annars bara skulle vara nollor i världen eller kanske hjälplösa påhäng kunna säga med aposteln Paulus: "Allt förmår jag genom honom som ger mig kraft." Fil 4:13. – *Vägen till Mognad*, sidan 276 (1903).

Tron krävs längs hela Vägen – Tro behövs lika mycket i de små angelägenheterna i livet som i de stora. Vi får del av Guds stärkande kraft i alla våra dagliga sysslor, om vi bara fortsätter att lita på honom. – *Vägen till Mognad*, sidan 275 (1903).

Lär ut Tron – Det borde vara helt klart hur vi ska använda vår tro. Med varje löfte från Gud följer ett villkor. Om vi är villiga att följa hans vilja, får vi tillgång till all hans kraft. Alla gåvor han lovar oss finns i själva löftet. "Utsädet är Guds ord." Luk 8:11. Lika säkert som det finns en ek inne i ekollonet, lika visst finns Guds gåva i hans löfte. Om vi tar emot löftet, har vi gåvan. – *Vägen till Mognad*, sidan 273 (1903).

Tron har dyrbara Läxor att förmedla till Barn – Tron har mycket att lära barn som lätt blir stötta över orättvis behandling. En inställning att vilja stå emot det onda eller hämnas på det som är fel beror ofta på en stark känsla för rättvisa och en aktiv, energisk anda. Sådana barn bör få lära sig att Gud alltid bevarar det som är rätt. Han bryr sig så mycket om dem han älskar, att han gett dem sin enda kära son för att rädda dem. Han tar hand om alla som handlar fel. – *Vägen till Mognad*, sidan 277 (1903).

Sinnet skall vänjas vid, att utöva Tro – Tron verkar genom kärlek och renar själen från all själviskhet. Härigenom görs själen fullkomlig i kärlek. Och hur kan vi vara annat, än ömsinta och förbarmande, när vi själva har funnit nåd och godhet genom Kristi dyrbara blod? "Ty av nåden är ni frälsta genom tron" (Efésierbrevet 2:8). Sinnet bör vänjas vid, att utöva tro, inte omhulda tvivel och misstanke samt avund. Vi har alltför lätt för, att se på hinder som omöjligheter.

Att hysa förtroende för Guds löften, att vandra framåt i tro, att kämpa på, utan att låta sig tämjäs av omständigheterna, är en svårlärd läxa. Ändå är det absolut nödvändigt, att varje Guds barn lär sig den. Guds nåd genom Kristus måste alltid ges företräde; ty den är vårt enda medel, genom vilket vi kan nalkas Gud. Tro på Guds utsagor, uttalade av Kristus hölj i molnspelaren, skulle ha gjort, att Israels barn skulle ha lämnat efter sig ett helt annat facit. Deras bristande tro på Gud innebar en högst brokig, hebreisk historia. – *Manuskript* 43, 1898.

Tro och Förmätenhet – Somliga har förklarat sig ha stark tro på Gud och att ha särskilda gåvor och få särskilda svar på sina böner, trots att bevis saknats. De förväxlade förmätenhet med tro. Trons bön är aldrig förgäves, men att påstå att den alltid kommer att bli besvarad på just det sätt och

för den särskilda sak som vi har förväntat oss, är förmäthenhet. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 1, sidan 231 (1861).

Förmäthenhet är Satans Imitation av Tron – Men tron är inte i något avseende förenlig med förhävelse. Säkerhet mot förhävelse har bara den som har en sann tro. Förhävelsen är Satans imitation av tron. Tron hänvisar till Guds löften och bär frukt i lydnad. Förhävelsen åberopar också löftena men använder dem på samma sätt som Satan gjorde för att ursäkt överträdelse.

Tron skulle ha förmått Adam och Eva att lita på Guds kärlek och lyda hans vilja. Förhävelse fick dem att överträda hans lag i tron att hans stora kärlek skulle rädda dem från följderna av deras synd. Att ställa krav på Guds ynnest utan att uppfylla de villkor som är en förutsättning för denna, är inte tro. En sann tro har sitt underlag i de löften och förutsättningar som Bibeln innehåller. – *Vändpunkten*, sidan 115 (1898).

Uppodla Tro – Många ger plats för tvivel och otro. De, som talar om tro och vårdar tro, kommer att få tro, men de som när och uttrycker tvivel kommer att skörda tvivel. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidan 302 (1885).

Tro inte, att Du alltid måste stå fördömd, bara för att Du har begått misstag; detta är nämligen onödigt. Anamma inte tanken på sanningens devalvering på grund av sanningens bekännares inkonsekventa leverne. Ty Dig till sanningen hos den tredje ängelns budskap. Med mindre Du uppodlar tro, kommer dess betydelse gradvis att gå förlorad i sinne och hjärta. Ditt öde kommer att bli de oförståndiga jungfrurnas, som inte tog någon olja till sina lampor, varför deras ljus slocknade. Tron bör uppodlas. Om den har blivit svag, är den lik en sjuklig växt, som bör sättas ut i solskenet och noggrant vattnas och skötas om. – *Brev 97*, 1895.

Tron tornar upp sig ovanför Skuggorna – När moln hamnar mellan Dig och Gud, när allt är mörker och dysterhet runt omkring Dig, när fienden är beredd, att råna själen på dess rättskaffenhet inför Gud och sanningen, och när lögnen ter sig trovärdig och tilltalande, då är det dags, att be och utöva tro på Gud... Genom att troget hålla fast vid tron, blir själen i stånd till, att glömma sig själv och tränga igenom den helvetiska skugga, som fienden breder ut över stigen framför varje själ, som strävar efter att säkra odödlighetens krona. – *Brev 30*, 1896. (*Our High Calling*, sidan 126.)

Tron vilar på Bevis – Herrens ord, talat genom Hans tjänare, tar många emot med frågor och fruktan. Och många kommer att skjuta upp sin lydnad för de tillrättavisningar de får och vänta tills varje skugga av osäkerhet är borta. Den rådande otro, som kräver en fullständig kunskap, kommer aldrig att ge efter för det vittnesbörd, som Gud behagar ge. Han kräver att Hans folks tro skall vila på bevisbördan, och inte på en fullkomlig kunskap. De Kristi efterföljare som tar emot det ljus Gud sänder dem, måste lyda Guds röst som talar till dem, när det är många andra röster som talar mot den. Det kräver urskillningsförmåga att kunna urskilja Guds röst. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidan 258 (1873).

Vi bör personligen känna till, vad som innefattas i kristendomen, vad som är sanningen, vad som är den tro vi har mottagit, vad som är Bibelns regler – de regler, som vi har getts av den högsta myndigheten. Många hyser kristen tro, utan några bevis att grunda den på, utan tillräckliga belägg för sanningen den vilar på. I fall en tankegång framförs, som stämmer överens med deras egna förutfattade meningar, är de redo att ta den till sig. De resonerar inte från orsak till verkan. Deras tro saknar egentlig grund, och i stunder av prövning upptäcker de, att de har byggt på sand. – *Brev 4*, 1889.

Tron skall komma till Uttryck – Om vi skulle ge större uttryck åt vår tro, fröjda oss mera åt de välsignelser vi vet att vi har – Guds stora nåd, förbarmande och kärlek – skulle vår kraft öka dagligen. Äger inte de oskattbara ord, som Kristus – Guds Furste – uttalade, en försäkran och kraft, som borde utöva ett stort inflytande över oss, nämligen att vår himmelske Fader hellre skänker den Helige Ande åt dem, som önskar det, än att föräldrar skänker sina barn goda gåvor? – *Brev 7*, 1892 (*Utvalda Budskap*, Band 2, sidan 243.)

Tron skall inte förväxlas med Känslor – Många är förvirrade, när det gäller trons beståndsdelar, och därför åtnjuter de inte heller sina förmåner, som tron ger. De förväxlar känslorna med tron, varför de ständigt är nedslagna och förbryllade; ty Satan utnyttjar till fullo deras okunskap och oerfarenhet...

Vi måste ta emot Kristus som vår personlige Frälsare, annars misslyckas vi som segervinnare. Det tjänar inget till, att hålla oss på avstånd från Honom, att förmoda, att en vän eller granne har funnit Honom vara sin egen Frälsare, men att vi själva aldrig kommer att erfara Hans förlåtande kärlek. Vi skall lita på, att Gud har valt ut oss, för

att bli frälsta genom utövandet av tro, genom Kristi nåd och den Helige Andes verksamhet; och vi skall prisa och förhålliga Gud för en så sagolik manifestation av Hans oförtjanta favör.

Det är Guds kärlek, som drar själen till Kristus, varigenom den nåderikt tas emot och framställs inför Fadern. Tack vare den Helige Andes verk, förnyas det himmelska sambandet mellan Gud och syndaren. Fadern säger: ”Jag skall vara en Gud åt dem, och de skall vara ett folk åt Mig. Jag skall visa dem förlåtande kärlek och skänka dem Min stora glädje. För Mig skall de vara en speciell skatt; ty detta folk, som Jag har format för Min egen skull, skall lovsjunga Mig.” – Signs of the Times, den 2. januari, 1893. (*Our High Calling*, sidan 77.)

Tro och Känsla är två vitt skilda Saker – Känsla och tro är lika olika, som öst är från väst. Tron behöver inte luta sig emot känslorna. Varje dag bör vi helga oss åt Gud och tro, att Kristus förstår och godtar vårt offer, utan att skärskåda oss själva, för att uttröna, om vi besitter den grad av känslor, som vi tror borde åtfölja vår tro. Har vi inte försäkran om, att vår himmelske Fader är villigare, att ge den Helige Ande till dem, som ber Honom om det, än föräldrar är, att skänka sina barn goda gåvor? Vi bör gå åstad, som om varje bön vi sänder till Guds tron åhördes av Den, vars löften aldrig sviker. Även när vi tyngs ned av sorgsenhet, är det vår förmån, att musicera i våra hjärtan för Gud. När vi gör det, blir dimmorna och molnen upplösta, och så övergår vi från skuggorna och mörkret till det klara solskenet från Hans närvaro. – *Manuskript 75*, 1893. (*Our High Calling*, sidan 120.)

Det handlar inte om Impulser – Många genomlider långa år i mörker och tvivel, därför att deras känslor inte passar dem. Dock har känslor inget att göra med tron. Tron, som verkar genom kärlek och renar själen, beror inte på impulser. Den dristar sig till, att åberopa Guds löften, den väcker fast tillit till Hans utsagor, den förtröstar på uppfyllelsen av Hans löften. Det går, att öva upp våra själar, tills de verkligen tror, tills de verkligen förlitar sig till Guds Ord. Detta Ord tillkännager, att: ”*Den rättfärdige skall leva av tro*” (Romarbrevet 1:17, kursivering i *Svenska Folk-Bibeln 98*), inte av känsla. – *The Youth's Instructor*, den 8. juli, 1897. (*Our High Calling*, sidan 119.)

Luta Dig inte emot Dina känslor – Låt oss lägga bort allt, som doftar bristande förtröstan och tro på Jesus. Låt oss från och med nu leva med ett barns enkla tillit, utan att förlita oss på känslor,

utan på vår tro. Vanhedra inte Jesus, genom att betvivla Hans värdefulla löften. Han vill, att vi skall tro på Honom med orubblig tro. – *Brev 49*, 1888. (*Our High Calling*, sidan 119.)

Handla på ett positivt Sätt i Tro – Håll alltid ögonen på Jesus, sänd upp trons tysta böner, ta tag i Hans styrka, oavsett om känslorna säger något annat. Gå raka spåret framåt, som om varje bön redan låge på Guds tron och hade besvarats av Den, vars löften aldrig sviker. Tåga bara åstad, sjung och musicera till Guds ära i Era hjärtan, om Ni så skulle känna Er nedstämda av olika skäl. Jag talar av egen erfarenhet: Ljuset strålar, glädjen blir vår, och dimmorna och molnen tvingas bort. Och så lämnar vi skuggornas och mörkrets förtryckande inflytande och hamnar i Hans närvaros klara solsken. – *Brev 7*, 1892. (*Utvalda Budskap*, Band 2, sidorna 242-243.)

Tron bevisar ens Kristendom – När Du får hjälp och tröst, sjung då Guds pris. Tala med Gud. Härigenom blir Du en vän till Gud. Du kommer att lita på Honom. Du kommer att vinna en tro, som bär över alla hinder, oavsett känslornas intryck. Lägg på minnet, att känslor inte är ett bevis för, att Du är en kristen. Obetingad tillit till och tro på Gud visar, att Du är Hans barn. Förtrösta på Gud. Han kommer aldrig att göra Dig besviken. Han säger: ”Jag skall inte lämna er faderlösa, jag skall komma till er. Ännu en kort tid, och världen ser mig inte längre, men ni skall se mig, ty jag lever, och ni kommer att leva” (Johannesevangeliet 14:18, 19). Vi ser inte Kristi gestalt. Det är med trons öga, som vi betraktar Honom. Med tron griper vi tag om Hans löften. Det var så här, som Henok vandrade med Gud. – *Manuskript 27*, 1901.

Tron är verklig – Mose tänkte inte bara på Gud, han såg honom. Gud fanns ständigt i hans synfält. Han förlorade honom aldrig ur sikte.

För Mose var tron ingen spekulation, den var verklighet. Han var övertygad om att Gud styrde just hans liv, och i varje detalj såg han Gud. Mose litade på att Gud skulle ge honom kraft att övervinna alla frestelser. – *Vägen till Mognad*, sidan 75 (1903).

Tro på Kristus, inte på Skruden – Då Han gick där förbi, räckte hon [den ofärdiga kvinnan] ut handen och lyckades med nöd och näppe, att vidröra kanten på Hans plagg. I det ögonblicket visste hon, att hon var botad. Hennes tro riktades, inte på skruden, utan på Honom, som bar dräkten. I denna enda beröring låg hela hennes liv samlade tro, och genast försvann hennes smärta och

svaghet. På ett ögonblick kände hon ilningen som från elström gående genom varje vrå i kroppen. Hon genomförs av en förnimmelse av fullständig hälsa. ”På en gång... kände hon i kroppen att hon var botad från sin plåga” (Markusevangeliet 5:29). – *Brev 111*, 1904.

Tron riktas inte in på Föremål – Det fanns ingen botande kraft i plagget. Det var tron på Personen, som bar plagget, som återställde hennes hälsa. – *Manuskript 105*, 1901.

Tron innebär Urskiljningsförmågans Användning – Tron är det medel som sanningen eller lögnen använder för att få en varaktig plats i sinnet. Både sanning och villfarelse får plats i sinnet genom samma medel, men det är en avgörande skillnad mellan att tro det som Guds ord säger och det som människor lär. När Kristus uppenbarade sig för Paulus, och denne blev överbevisad om att det var Jesus som han förföljde, när han förföljde hans efterföljare, då tog han emot sanningen i Jesus. Han upplevde en förvandlande kraft i sitt sinne och sin karaktär, och han blev en ny människa i Kristus Jesus. Han tog emot sanningen så helt och fullt att ingenting kunde rubba hans tro. – *The Signs of the Times*, den 5. juni, 1893. (*Utvalda Budskap 1:346*.)

Tron är en mäktig Helare – Tron är en mäktigare segerherre än döden. Om vi kunde leda de sjuka till att i tro fästa sina ögon på den store Läkaren, skulle vi se underbara resultat. Det skulle ge de sjuka liv till både kropp och själ. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 44 (1905).

Utöva Tron dagligen – Jag har upptäckt, att jag dagligen måste utkämpa trons goda kamp. Jag måste utöva all min tro och inte förlita mig på känslor; jag måste uppträda, som om jag visste om, att jag vore säker på Herrens bönhörelse och välsignelse. Tron består ej av ett känslorus; den går ut på, att helt enkelt ta Gud på Hans ord – i övertygelsen om, att Han skall uppfylla Sina löften, därför att Han har sagt det. – *Brev 49*, 1888. (*Our High Calling*, sidan 119.)

Tron verkar – När man blickar hän mot Golgata, är det inte meningen att man skall nöjt slå sig till ro i sysslolöshet, att lägga sig ned att sova, utan att dana tro på Jesus, en verksam tro, som renar själen från själviskhetens slem. När vi griper tag om Kristus i tro och förtröstan, har vårt arbete enbart inletts.

Varje person har fördärvade och syndiga vanor, som måste betvingas genom kraftfull krigföring. Det krävs, att varje själ skall utkämpa trons strid.

Om en individ är en Kristi efterföljare, kan han inte vara oärlig i affärer, han kan inte vara hårdhärtad, tom på medlidande. Han kan inte vara grov i sitt tal. Han kan inte vara fylld av uppblåsthet och självupphöjelse. Han kan inte vara högdragen, eller använda hårda ord samt klandra och fördöma. – *Manuskript 16*, 1890. (*SDA Bibelkommentar*, Band 6, sidan 1111.)

Formar Livet – Men livet präglas av tron. Om ljus och sanning finns inom räckhåll, men vi försummar att använda tillfället för att lyssna och se, förkastar vi det i själva verket. Då väljer vi mörkret framför ljuset. – *Den Stora Striden*, sidan 513 (1888).

Tron utlovar Framgång – Vi kommer att uppnå framgång, om vi stegar framåt i tro och förtröstan, fast beslutna om, att uträtta Guds arbete på ett intelligent sätt. Vi får inte låta oss hindras av personer, som älskar att omfamna mörkret, varvid de visar sin otro. Guds missionsverksamhet skall bedrivas av personer, som äger mycken tro. Verket skall stadigt tillta i styrka och verkningsgrad. – *Brev 233*, 1904.

Tron renar Själen – Vi måste ha tro, levande tro, en tro, som verkar genom kärlek och renar själen. Vi måste lära oss, att bära fram allting till Herren i enkelhet och uppriktig tro. Den tyngsta börda vi har att bära i livet, är jaget. Med mindre vi lär oss i Kristi skola, att vara ödmjuka och anspråkslösa, kommer vi att gå miste om dyrbara möjligheter och förmåner, att göra Jesu bekantskap. Jaget är det vanskligaste, som vi har att möta. När vi släpper våra bördor, låt oss då inte glömma bort, att lägga jaget vid Kristi fötter.

Överlämna Er åt Jesus, för att bli modellerade och gestaltade av Honom, så att Ni förvandlas till ärans kär. Era frestelser, Era uppfattningar, Era känslor måste alla läggas vid korsets fot. Då är själen redo, att lyssna på ord innehållande gudomlig undervisning. Jesus kommer att låta Er få vattnet, som flödar från Guds älv. Under det uppmjukande och dämpande inflytandet från Hans Ande kommer Er kyla och slöhet att försvinna. Kristus kommer att vara i Er en vattenkälla, som flödar fram och ger evigt liv. {Se Johannesevangeliet 4:14.} – *Brev 57*, 1887.

Avslöjar Hemligheterna bakom Livets Framgångar – Sann tro och sann bön – hur starka är inte dessa? De är som två armar med vilka den människan i bön griper tag i den gränslösa kärlekens kraft. Tro är förtröstan på Gud, att tro att Han älskar oss och veta vad som bäst gagnar oss. Tron leder oss till att välja Hans väg i stället

för vår egen. Den tar emot Hans visdom i stället för vår okunnighet, Hans kraft i stället för vår svaghet, Hans rättfärdighet i stället för vår syndfullhet. Våra liv, vi själva, är redan Hans. Tron erkänner Hans egendomsrätt och tar emot dess välsignelser. Sanning, uppriktighet och renhet påpekas som hemligheten till framgång i livet. Det är tron som ger oss tillgång till dessa. Varje god impuls eller längtan är en Guds gåva. Tron får av Gud det liv som ensamt kan ge sann växt och duglighet. – *Evangeliets Tjänare*, sidan 193 (1915).

Sektion 12

Svårigheter med Anpassning

Karaktärens Gestaltning

Varje Gärning inverkar på Karaktären – Varje livets gärning, hur liten den än må vara, har ett inflytande på karaktärsdaningen. En god karaktär är mer än världsliga ägodelar, och arbetet med att dana den är det ädlaste vi kan engagera oss i. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidan 657 (1881).

Sinnet utgör Trädgården, Karaktären Frukten – Varje förmåga hos människan är en arbetare, som bygger för tid och för evighet. Dag för dag växer strukturen, även om ägaren inte är medveten om det. Det är en byggnad som antingen måste stå som en varnande fyr, på grund av dess vanartighet, eller som en struktur, som Gud och änglarna kommer att beundra för dess harmoni med den gudomliga Modellen.

De mentala och moraliska krafter som Gud har gett oss, utgör inte karaktären. De är talenter, som vi skall utnyttja och som, om de används rätt, kommer att forma en riktig karaktär. En människa kan ha dyrbara frön i sin hand, men det fröet är inte en fruktträdgård. Fröet måste sås innan det kan bli ett träd. Sinnet är trädgården, karaktären är frukten. Gud har gett oss våra förmågor för att de skall odlas och utvecklas. Vår egen livsstil avgör vår karaktär. Då vi tränar dessa krafter, så att de skall överensstamma med och forma en värdefull karaktär, har vi en uppgift som ingen annan än vi själva kan utföra. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidan 606 (1881).

En ädel Karaktär formas av hårda Slag mot Jaget – Vi har inte fått några garantier från Kristus att det är en lätt sak att uppnå en fullkomlig karaktär. Man ärver inte en nobel och allsidig karaktär, vi får den inte av en slump. Nej,

en ädel karaktär är något var och en får kämpa för med en hård, personlig insats och genom Kristi förtjänst och nåd. Gud ger talangerna och förmågan att tänka, men det är vi som formar karaktären. Den formas av en hård och bitter kamp med jaget. Vi kommer ständigt i konflikt med nedärvda böjelser, så vi måste göra en kritisk granskning av oss själva och inte låta något ofördelaktigt karaktärsdrag bli oförbättrat. – *Såningsmannen*, sidan 268 (1900).

Begrundan och Handling av Nöden – Abstrakt eftertanke räcker inte. Flitig sysselsättning räcker inte. Båda är nödvändiga för att forma en kristen karaktär. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidan 113 (1882).

Utveckla goda mentala Vanor – Om vi skall lyckas med, att utveckla en av Gud godkänd karaktär, måste vi lägga oss till med sunda vanor i vårt kristna liv. Daglig bön är lika avgörande för tillväxt i nåden, ja, till och med för själva det andliga livet, som mat på tallriken för kroppens hälsa. Vi bör göra det till en vana, att ofta lyfta tankarna till Gud i bön. I fall tankarna ger sig i väg på egna vandringar, måste vi återkalla dem; genom ihärdig ansträngning kommer denna goda vana att göra den saken enkel. Vi kan inte i trygghet avlägsna oss för ett ögonblick från Kristus. Om vi lyder de villkor Han personligen har fastställt, följer Han oss gärna för varje steg. – *The Review and Herald*, den 3. Maj, 1881. (*The Sanctified Life*, 93.)

Allvarligt menad Målsättning och osviklig Rättskaffenhet måste till – Grundlighet är nödvändig för framgång i arbetet med karaktärens uppbyggnad. För att förverkliga Mästerbyggarens plan, måste man ha en allvarligt menad målsättning. Virket måste vara det rätta. Inget nonchalant, halvhjärtat arbete godkänns, ty härigenom skulle byggnaden förstöras. Hela personens samlade krafter skall tas i anspråk. Det här påkallar manlighetens styrka och energi; inga reservkrafter får slösas bort på oväsentligheter... Här fordras uppriktigt menad, ingående, uthållig ansträngning, för att bryta sig loss från världens skick, uppfattningar och umgänge. Djupt tänkande, allvarlig satsning, omutbar rättskaffenhet är av nöden. – *Special Testimonies On Education*, sidorna 75-76, omkring 1897. (*Counsels to Parents, Teachers, and Students*, sidan 62.)

Håll ett Öga på Målet – Petrus säger: ”Gör därför allt ni kan för att i er tro visa dygd, i dygden insikt, i insikten självbehärskning, i självbehärskningen uthållighet, i uthålligheten

gudsfruktan, i gudsfruktan broderlig kärlek och i kärleken till bröderna kärlek till alla människor. Ty om allt detta finns hos er och växer till, blir ni inte överksammas eller utan frukt när det gäller kunskapen om vår Herre Jesus Kristus.” 2 Petr 1:5-8....

Alla dessa steg, som följer på varandra, behöver man inte hålla i minnet och räkna upp när man börjar. Men fäst din blick på Jesus. Ha Guds ära som det enda som upptar dina tankar och du kommer att göra framsteg. Du kan inte uppnå full mognad i Kristi fullhet på en dag. Du skulle sjunka ner i förtvivlan, om du kunde se alla de svårigheter som du måste möta och övervinna. Det är Satan du måste kämpa emot och han försöker att med varje tänkbart påhitt dra bort ditt sinne från Jesus. – *The Youth's Instructor*, den 5. januari, 1893. (*Budskap till de Unga*, sidan 42.)

Trofasthet i det Lilla (råd till en ung man) – Ditt fall liknar i vissa avseenden Naamans. Du tänker inte på att du måste nedlåta dig till trohet i de små sakerna för att utveckla en kristen karaktär. Även om de saker du kallas att utföra är obetydliga i dina ögon, är de ändå plikter som du måste uträtta så länge du lever. En försummelse av dessa saker kommer att medföra en stor brist i din karaktär. Du, min käre pojke, bör uppfostra dig själv till trohet i det lilla. Om du inte gör detta kan du inte behaga Gud. Du kan inte vinna kärlek och tillgivenhet om du inte gör just det som du blir ombedd att göra, villigt och med glädje. Om du vill, att de som du bor tillsammans med skall tycka om dig, måste du visa dem kärlek och respekt. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidan 310 (1869).

Karaktären skall provas – Det gör stor skillnad, vilket material som används i karaktärsbygget. Guds sedan länge emotsedda dag kommer inom kort att pröva varje mans verk. "[...] hur vars och ens verk är skall elden pröva." Liksom eld visar skillnaden mellan guld, silver och ädelstenar samt trä, hö och halm, kommer domens dag att pröva karaktärer och visa skillnaden mellan sinnelag formade till likhet med Kristi osjälviska hjärta samt sinnelag formade till likhet med ett själviskt hjärta. All själviskhet, all falsk religion, kommer då att framträda sådan den är. Det värdelösa materialet kommer att förintås; men guldets hos äkta, barnslig, ödmjuk tro kommer aldrig att minska i värde. Denna tro kan aldrig förintås; ty den är oförgänglig. En timmas överträdelse kommer att visa sig vara en stor förlust, medan Herrens fruktan kommer att visa sig vara inledningen till visdom. Självisk njutning kommer att tillintetgöras likt halm, medan guldets

hos orubbliga grundsatser, som försvaras till varje pris, kommer att bestå för evigt. – *The Review and Herald*, den 11. december, 1900. (*SDA Bibelkommentar*, Band 6, sidorna 1087-1088.)

Odisciplinerade Karaktärer är disharmoniska – En karaktär, formad av tillfälligheter, är föränderlig och disharmonisk – en mängd motsägelser. Dess ägare har inget högre mål eller syfte med livet. De har inget förfinande inflytande på andras karaktär. De lever utan kraft och livsmål. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidan 657 (1881).

Ingen fördärvar Karaktären skickligare, än vi själva – Vi kan vänta oss, att elaka rykten kommer att spridas om oss; men om vi talar och handlar konsekvent, om vi inte brusar upp inför dylikt, kommer även andra att behålla lugnet. Låt oss överlämna försvaret av våra goda rykten till Gud... Förtal och skvaller går att bemöta med upphöjt lugn; de går ej att bemöta med indignerade ord. Låt oss först och främst se till, att uppträda med gudsfruktan, och avfärda ryktena med vårt uppförande.

Ingen är i så i stånd till, att skada våra goda rykten, som vi själva. Det är de svaga träden och fallfärdiga husen, som ständigt behöver stöttas. När vi visar oss ack så angelägna om, att värna våra goda rykten mot angrepp utifrån, ger vi intrycket, att de inte är fläckfria inför Gud, och att de därför fortlöpande behöver understödjas. – *Manuskript 24*, 1887. (*SDA Bibelkommentar*, Band 3, sidorna 1160-1161.)

Styrs av Viljan – Du kan inte behärska dina impulser, dina känslor, som du skulle önska, men du kan styra viljan och du kan förändra ditt liv fullständigt. Genom att överlåta din vilja åt Kristus kommer ditt liv att bli dolt med Kristus i Gud och ditt liv kommer att vara förenat med den makt, som står över alla furstar och väldigheter. Du kommer att få styrka från Gud. Han kommer att låta Sin styrka bli din fasta hållpunkt. Du kan få nytt ljus, ja, den levande trons ljus. Men din vilja måste samarbeta med Guds vilja och inte med sådana vänners vilja, som Satan hela tiden arbetar igenom för att fånga dig och fördärva dig. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidorna 514-515 (1889).

Brister går att rätta till – Ingen skall säga: Mina karaktärsbrister går inte att rätta till. Har man den inställningen, går man förvisso miste om det eviga livet. Omöjligheten är en psykisk låsning. Om man inte vill segra över synden, då gör man det inte heller. Det svåra kommer sig av

ruttenheten hos det icke helgade hjärtat, och oviljan att underordna sig Guds vilja och kontroll. – *Såningsmannen*, sidan 268 (1900).

För det hjärta, som har renats, är allt förändrat. Den förvandlade karaktären är inför världen ett vittne om den inneboende Kristus. Guds Ande ger nytt liv åt själen, genom att föra tankar och önskingar in i lydnad för Kristi vilja. Den inte människan omskapas till Guds avbild. Svaga och felande män och kvinnor visar inför världen att nådens återlösande kraft kan förmå den bristfälliga karaktären att utvecklas till harmoni och bära frukt i överflöd. – *Profeter och Kungar*, sidan 233 (1917).

Bristfälliga Karaktärer går stundom i Arv – Hos barn och unga förekommer det alla sorters karaktärer att bemöta, och deras sinnen är formbara. Många av barnen på våra skolor har inte uppfostrats riktigt hemma. Somliga har fått göra, som de själva har velat; andra har blivit modstulna på grund av tjtat om deras tillkortakommanden. De har visats väldigt litet trevlighet och leenden; få berömmande ord har riktats till dem. De har ärvt föräldrarnas defekta karaktärer, och fostran i hemmet har inte varit till någon hjälp i gestaltandet av goda karaktärer. – *Counsels to Parents, Teachers, and Students*, sidan 192 (1913).

Brister blir bara värre med Åren – Barnen lär sig läxor, som inte är enkla att få ut ur huvudet. När helst de underställs allvarliga restriktioner, eller det fordras hårda studier av dem, vädjar de till sina okloka föräldrar om förståelse och eftergivenhet. Därigenom sporras de till oro och missnöje, varigenom skolan i helhet lider av ett demoraliserande inflytande, och lärarnas börda blir mycket tyngre. Men den största förlusten görs av offren för föräldrarnas felaktiga ledning. Karaktärsbrister, som en korrekt uppfostran kunde rätta till, tillåts att växa fritt genom åren, varigenom personens nytta ödeläggs och kanhända utplånas. – *The Review and Herald*, den 21. mars, 1882. (*Grundsatser för Kristen Utbildning*, sidan 65.)

Eftergivenheter rubbar Karaktären – I en del familjer är barnets önskingar lag. Allt det han vill ha, ges honom. Allt det han ogillar, uppmuntras han till att rata. Barnet tros bli lyckligt av dessa eftergivenheter, men det är just dessa, som gör honom rastlös, missnöjd och ständigt sur. Genom eftergivenheterna saknar han aptit på enkel, hälsosam mat, på hälsosamt bruk av enkla sysslor; bortskämdheten har bidragit till karaktärens krasch för tid och evighet. –

Manuskript 126, 1897. (*Child Guidance*, sidan 272.)

Sinne och Hjärta måste fostras – De barn, som får lov att göra vad de vill, är inte lyckliga. Det okuvade hjärtat har inte i sig självt faktorer som vila och tillfredsställelse. Sinne och hjärta måste disciplineras och uppfostras till lämplig kontroll och återhållsamhet, för att karaktären skall kunna komma i harmoni med de visa lagar, som styr vårt väsen. Rastlöshet och missnöje kommer från självskhet och överdriven njutning. Hjärtats jord kommer att frambringa ogräs och törnbuskar, precis som jorden i en trädgård, om där inte säs frön från vackra blomster som sedan vårdas och passas. Precis som i den natur vi ser, så är det också med människan. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidorna 202-203 (1876).

Vanor formade i Ungdomen påverkar framtida Vägval – Varje ungdom bestämmer sin framtida livsriktning genom de tankar och känslor, som vederbörande anammar i tidiga år. Sunda, dygdiga, manliga vanor gestaltade i ungdomen, blir till delar av karaktären och markerar vanligen personens väg genom livet. De unga blir elaka eller dygdiga, allt eftersom de väljer själva. De kan lika gärna utmärka sig för sanna och nobla gärningar, som för allvarlig brottslighet och stygghet. – *The Signs of the Times*, den 11. oktober, 1910. (*Child Guidance*, sidan 196.)

Dagliga Erfarenheter – Intellectet erhåller fortgående sin form från bortkastade eller väl nyttjade tillfällen och fördelar. Dag för dag gestaltar vi karaktärer, vilka gör oss till lärjungar välldrillade krigare under Furst Emmanuels fana, eller till upprorsmän under mörkrets furstes fanan. Vad väljer vi? – *Manuskript 69*, 1897. (*Child Guidance*, sidan 200.)

Så formas Karaktären – Det är en högst grannliga uppgift, att hantera mänskliga sinnen. Fostran, som är nödvändig för ett sinne, skulle smula söner ett annat; alltså bör föräldrarna studera sina barns karaktärer. Var aldrig abrupt och handla impulsivt.

Jag har sett en mor rycka åt sig något, som hade gett hennes barn stor glädje, och barnet kunde bara inte förstå, varför det hade berövats saken. Den lille brast ut i gråt, ty han kände sig felaktigt behandlad och sårad. För att få slut på gråten, skällde föräldern ut barnet efter noter, och att döma av det yttre skenet, var slaget över. Dock lämnade striden ett avtryck i barnets ömtåliga sinne, och avtrycket skulle inte gå att lätt suddas ut.

Jag sade till mamman: ”Du har allvarligt felat mot Ditt barn. Du har skadat dess själ och nu har det tappat förtroendet för Dig. Hur det skall gå att återställa, vet jag inte.”

Den här mamman var högst oklok; hon lydde sina känslor och handlade oöverlagt, utan att tänka på följderna. Hennes hårda, oförnuftiga hantering av saken väckte de värsta lidelserna i barnets hjärta. Att handla impulsivt vid bemötandet av familjemedlemmar, är det värsta man kan göra. När föräldrar bråkar med sina barn på detta vis, utvecklas det hela till en ack så ensidig batalj. Hur orättvist är det ej, att använda sig av sin åldersmässiga överlägsenhet och fullmogna kraft mot ett hjälplöst, ovetande, litet barn! Varje vredesutbrott från föräldrarnas sida cementerar upproriskheten i barnets hjärta.

Karaktären formas inte genom en ensam handling, utan genom upprepandet av handlingar grundfästs vanor och fastställs karaktären. För att få en Kristuslik karaktär, måste man handla på ett Kristusligt sätt. Kristna skall uppvisa ett heligt temperament, och deras handlingar och impulser skall styras av den Helige Ande. – *The Signs of the Times*, den 6. augusti, 1912.

Ihärdighetens Vikt – Detta bidrar i hög grad till den kristna karaktärens mognad. Jag skulle vilja inpränta i våra ungdomar, hur betydelsefullt det är att ha uthållighet och energi när karaktären formas. Från de tidigaste åren bör redbarhetens omutliga principer vävas in i karaktären, så att de unga kan nå upp till det högsta idealet för fullvuxna män och kvinnor. De borde alltid vara medvetna om att de har blivit köpta för ett pris, och de borde ära Gud med sina kroppar och sin ande som tillhör Honom. – *The Youth's Instructor*, den 5. januari, 1893. (*Budskap till de Unga*, sidan 42.)

Ens Duglighet beror på ens personliga Beslut – Samtidigt som föräldrarna är ansvariga för typen av karaktär samt barnens utbildning och fostran, stämmer det alltså, att vår ställning och användbarhet i världen i hög grad beror på vårt eget handlande. Daniel och hans vänner åtnjöt fördelarna av en riktig uppfostran och utbildning tidigt i livet, men enbart dessa fördelar skulle inte ha gjort dem till det, som de var. Den stund infann sig, då de måste agera efter eget huvud – då deras framtid berodde på deras eget vägval. Då beslöt de sig för, att beakta barndomens lärdomar. Gudsfruktan, vilken är början till vishet {se Ordspråksboken 9:10}, utgjorde grunden till deras storhet. Guds Ande förstärkte bara deras ärliga uppsåt, deras ädla föresatser. – *Christian*

Temperance and Bible Hygiene, sidan 28 (1890). (*Counsels on Diet and Foods*, sidan 29.)

En livsfarlig, falsk Filosofi – Spiritismen påstår att människorna är halvgudar som inte syndat, att alla tankar dömer sig själva, att verklig kunskap ställer människan över lagen, att alla synder man begår är oskyldiga, för allt som finns är rätt och Gud fördömer inte. Man anser att de lägsta människorna finns i himlen, och där får de den största äran. Därför förklarar man: ”Det spelar ingen roll vad du gör, lev som du vill, himlen är ditt hem.” Massorna tror att, eftersom begäret är den högsta lagen, så är tillåtelse detsamma som frihet, och därför behöver människorna bara svara för sig själva. – *Vägen till Mognad*, sidan 248 (1903).

Så blir vi Segervinnare – Vi måste ta itu med alla hinder på vår väg och övervinna dem ett i sänder. Om vi övervinner den första svårigheten kommer vi att vara starkare när vi möter nästa. För varje ny ansträngning ökar vår förmåga att ta oss fram. Genom att se på Jesus kan vi bli segervinnare. Det är genom att fästa blicken på svårigheterna och undvika att ivrigt kämpa för det rätta, som vi blir svaga och visar brist på tro. – *The Youth's Instructor*, den 5. januari, 1893. (*Budskap till de Unga*, sidan 43.)

Ge allt varje Dag – Genom att ta ett steg i taget kan vi klättra upp för den högsta stigning och till slut nå bergets topp. Bli inte överväldigad av tanken på allt du måste åstadkomma under din livstid. Du behöver ju inte göra allt på en gång. Ägna alla dina krafter åt arbetet du har att göra under dagen. Ta vara på varje dyrbart tillfälle. Sätt värde på den hjälp som Gud ger dig och ta steg efter steg på utvecklingens steg. Kom i håg att du bara ska leva en dag i taget, att Gud har gett dig en dag i sänder. Himmelens böcker kommer att visa hur du satte värde på dina förmåner och tillfällen. Må du ta vara på varje dag som Gud ger dig, så att du till sist kan höra din Mästare säga: ”Bra, du gode och trogne tjänare.” Se Matt 25:21, 23 – *The Youth's Instructor*, den 5. januari, 1893. (*Budskap till de Unga*, sidan 43.)

Konflikt och Likhet

Om Konflikter hanteras rätt, utvecklas det andliga Livet – Det andliga livet stärks genom svårigheter. Genom att uthärda prövningar utvecklas både karaktären och de ovärderliga nådegåvorna. Det är mitt i det värsta oväder och

mörker som sanningens äkta frukter, ödmjukhet och kärlek, mögnar. – *Såningsmannen*, sidan 39 (1900).

Krigföring – Det är inga låtsasstrider vi deltar i. Vi kämpar i en strid med eviga följder. Vi måste möta osynliga fiender. Onda änglar kämpar för att vinna herraväldet över varje människa. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 98 (1905).

Konflikter inte skapade av Kristus – Vi lever i en allvarlig tid. Ett viktigt uppdrag måste utföras såväl för våra egna själar som för andras, annars kommer vi att möta en gränslös förlust. Vi måste förvandlas genom Guds nåd, annars förlorar vi himlen och på grund av vårt inflytande kommer andra att gå förlorade tillsammans med oss.

Låt mig förvissa er om att de strider och konflikter som måste uthärdas av plikt, den självförnekelse och uppoffring som måste göras i fall vi är trofasta mot Kristus, inte har skapats av Honom. De har inte tvingats på oss genom egenmäktig eller onödig befallning. De kommer inte från det stränga liv, som Han kräver av oss i Hans tjänst. Prövningar skulle finnas i större kraft och antal, om vi vägrade att lyda Kristus och bli Satans tjänare och slavar under synden. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidorna 557-558 (1881).

Livet är en Strid – Detta liv är en kamp, och vi har en aldrig sovande fiende, som hela tiden är på alerten, för att förvirra våra sinnen och locka oss bort från vår dyrbara Frälsare, som har gett Sitt liv för oss. – *Ellen G. Whites Liv i Skisser*, sidan 291 (1915).

Bered Själen för Frid – Herren tillåter konflikter, för att bereda själen för frid. – *Den Stora Striden*, sidan 663 (1888).

Religiös Erfarenhet vinns bara genom Strid – Våra unga bör möta kraven, som möter dem, med energiskhet och trofasthet, ty därmed kommer deras framgång att bli säker. Unga män, som aldrig har bemästrat vardagens göromål, kommer att vara lika oberedda på, att ta itu med de viktigare plikterna. En religiös upplevelse vinns bara genom strid, genom besvikelse, genom intensiv självtukt, genom ihärdig bön. Stegen till himmelen måste tas ett åt gången, och varje steg framåt skänker kraft åt nästa. – *Counsels to Parents, Teachers, and Students*, sidan 100 (1913).

Ta emot Lyckan nu – Jag ser inte helt hän till slutet efter all lycka; jag blir lycklig under arbetets gång. Oavsett, om jag är i trångmål och lider, blickar jag på Jesus. Det är i de svåra, besvärliga sammanhangen, som Han står vid vår sida, och vi kan umgås förtroligt med Honom, och lägga alla våra bördor på Bäraren av bördor, samt säga: 'Här, Herre, jag orkar inte med dessa bördor längre.' Därför säger Han också till oss: 'mitt ok är mildt, och min börda är lätt.' Matteusevangeliet 11:30. Tror Ni på detta? Jag har prövat. Jag älskar Honom; jag älskar Honom. Jag ser oförliknelig älskvärdhet hos Honom. Och jag önskar, att prisa Honom i Guds rike. – *Ellen G. Whites Liv i Skisser*, sidan 292 (1915).

Två motstridiga Principer – Guds rike träder inte fram med yttre åthävor. Guds nåds evangelium kan med sin självförnekande anda aldrig stå i överensstämmelse med världens anda. De två principerna är motsatser. "En 'själisk' människa tager icke emot vad som hör Guds Ande till. Det är henne en dårskap, och hon kan icke förstå det, ty det måste utgrundas på ett andligt sätt." – 1 Kor. 2:14. – *Vändpunkten*, sidan 507 (1898).

Rätta Er inte efter Världens Grundsatser och Skick – Liksom Israel, låter de kristna alltför ofta världen påverka sig och antar dess grundsatser och bruk, för att skaffa sig vänner ibland de gudlösa; men man finner till slut, att dessa föregivna vänner är de farligaste fiender.

Bibeln lär tydligt, att det ej kan finnas någon harmoni emellan Guds barn och världen. "Bröder, bli inte förvånade om världen hatar er." Första Johannesbrevet 3:13. Vår Frälsare säger: "den har hatat mig före er." Johannesevangeliet 15:18. Satan verkar genom de gudlösa under täckmanteln av föregiven vänskap, för att kunna locka Guds barn till att synda och sålunda skilja dem från Gud. Och när deras skydd är borta, inger Satan sina verktyg att vända sig mot dem och söka bringa dem till undergång. – *Patriarker och Profeter*, sidan 559 (1890).

Vardaglig och helig Eld – Guds sanning har inte förstörats i Hans troende folk, eftersom de inte har inlemmat den i sin personliga erfarenhet. De anpassar sig till världen och är beroende av den, för att utöva inflytande. De låter sig bli omvända till världen och ersätter den heliga elden med vardaglig sådan, så att de, i sin verksamhet, motsvarar världens standard.

Inga åtgärder, för att apa efter världens seder, får förekomma! Här talar vi om simpel, icke helig,

eld. Det levande brödet skall inte bara beundras, det skall ätas. Brödet, som kommer ned från himmelen, skänker liv åt själen. Surdegen suger åt sig alla beståndsdelar hos karaktären och förenar denna med Kristi karaktär, samtidigt som den formar ens motbjudande, nedärvda och uppammade böjelser till likhet med det gudomliga. – *Manuskript 96*, 1898.

Kristus och rätt Slags Likhet – Hur fantastiskt är inte nådens verk i mänskohjärtat! Det skänker mental kraft, visdom till bruk av ens talenter, fast inte för självviska ändamål, utan för att personen i självförnekelse skall bidra till missionsarbetet. Kristus, Guds Son, var missionär här i världen. Han säger: ”Den, som vill följa Mig, måste försaka allt.” Det går inte att älska Honom, medan man tar efter världens moden, eller frotterar sig med de världsliga, det vill säga umgås förtroligt med dem. – *Brev 238*, 1907.

Anpassning sänker Nivån – När församlingen följer världens seder blir den omvänd till världen, men den omvänder aldrig världen till Kristus. En nära beröring med synden kommer ofrånkomligen att medföra att den blir mindre frånstötande. De som föredrar att umgås med Satans tjänare förlorar snart all fruktan för dessa tjänares herre. När pliktens väg leder oss in i prövningar, så som fallet var med Daniel vid kungens hov, kan vi vara säkra på att Gud skall bevara oss. Men utsätter vi oss själva för frestelse kommer vi förr eller senare att falla. – *Den Stora Striden*, sidan 439 (1888).

Anpassning förvränger gradvis sunda Principer – Det är anpassning till världen, som får vårt folk att mista fotfästet. Förvrängningen av sunda principer har inte skett över en natt. Herrens ängel framställde den här saken för mig i form av symboler. Tjuven tycktes i smyg ta sig allt närmare och gradvis men säkert undanröja kännetecknen på Guds verk, genom att förmå våra bröder till anpassning efter världens inriktning.

Mänskliga intellekt har intagit platsen, som rätteligen tillhör Gud. Vilken ställning en person än må inneha, hur än upphöjd han må vara, bör han uppträda så, som Kristus skulle göra, om Han vandrade i hans skor. Inom varje verksamhetsgren, till ord och karaktär, bör han vara lik Kristus. – *Manuskript 96*, 1902.

Enhet, men inte till Priset av Anpassningens Underkastelse – Vissa, som bekänner sig vara trogna Guds lag, har avvikit från tron och har ödmjukat Hans folk ända ned i gruset, utmålade dem som ett med de världsliga. Gud har sett och noterat det. Stunden är kommen, när vi – till varje

pris – skall inta den ställning, som Gud har bestämt åt oss.

Sjundedags-adventister skall nu träda fram som en särskild, tydlig grupp, som ett folk bärande Herrens namn i egenskap av Hans egna. Tills de gör det, blir Han ej förhärliagd i dem. Sanning och lögn kan inte samarbeta. Låt oss nu ställa oss, där Gud har sagt, att vi skall stå... Vi skall eftersträva enhet, men inte på den låga nivå, där vi rättar oss efter världens diktat och går ihop med de populära kyrkorna. – *Brev 113*, 1903.

Demarkationslinje – Ett djupgående och genomgripande reformarbete krävs inom Sjundedags-adventistsamfundet. Världen skall inte låtas fördärva Guds budlydiga folks grundregler. De troende skall utöva ett inflytande, som vittnar om kraften hos himmelens principer. De, som ansluter sig till samfundet, måste ge prov på förändrade principer. Med mindre det sker, med mindre demarkationslinjen mellan samfundet och samfundet nogsamt bevaras, kommer uppgående i världen att bli följden.

Vårt budskap till samfundet och till våra institutioner är: ”Omvänd er, ty himmelriket är nära” (Matteusevangeliet 3:2). Särdragen hos Kristi sinnesart skall omhuldade, och de skall bli en kraft och en makt i Guds folks liv och leverne. – *Manuskript 78*, 1905.

Sedvänjor strider mot Naturen – Vår konstlade civilisation uppmuntrar till dåliga vanor som går tvärt emot goda principer. Sedvänjor och mode strider mot naturen. Den livsstil som uppmuntras, och de laster detta leder till, gör att både fysisk och mental styrka blir mer och mer försvagad och belastar mänskligheten med en överväldigande börda. Omåttlighet, kriminalitet, sjukdom och misär finns överallt. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 95 (1905).

När inga Principer överträds, då må Seder och Bruk följas – När folkets vanor inte strider mot Guds lag, må Ni anpassa Er efter dem. I fall medarbetarna inte gör det, kommer de inte bara att hindra den egna verksamheten, utan de kommer jämväl att lägga stöttestenar i vägen för dem, för vilka de arbetar och hindra dem från, att ta till sig sanningen. – *The Review and Herald*, den 6. april, 1911.

Jag ber enträget vårt folk om, att de skall vandra försiktigt och eftertänksamt inför Gud. Följ klädsederna så långt, som de stämmer överens med hälsans lagar. Må våra systrar klä sig anspråkslöst, vilket många av dem redan gör, i

kjolar av bra, hållbart tyg, passande för denna tidsålder, men låt inte klädfrågan uppta tankarna. Våra systrar bör klä sig enkelt. De bör iföra sig återhållsam klädsel, och själva vara ödmjuka och nyktra. Ge världen en levande bild av Guds nåds invärtes prydnad. – *Manuskript 167*, 1897. (*Child Guidance*, sidan 414.)

Säg nej till Världens Seder – Liksom Gud bekantgjorde Sin vilja för de hebreiska fångarna – dessa skilde sig helt från sederna och bruken i en värld upptagen av ondska – kommer Herren att förmedla ljus från himmelen till alla, som uppskattar ett ”Så säger Herren”. Inför dem kommer Han att uttrycka Sina tankar. Åt dem, som är minst upptagna av världsliga idéer, prydnad och fåfänga samt kärlek till jagets förhållande, som framträder i egenskap av Hans särskilda folk, ivrare för goda gärningar – åt dem kommer Han att uppenbara innebörden av Sitt ord. – *Brev 60*, 1898. (*Counsels to Writers and Editors*, sidorna 101-102.)

Skäl till Icke-anpassning (ett budskap till de troende) – Varför är vi, som bekännande kristna, så intrasslade i världen, att vi har förlorat evigheten, Jesus Kristus och Fadern ur sikte? Varför, frågar jag Er, är så många familjer tomma på Guds Ande? Hur kommer det sig, att så många familjer äger så föga av Jesu Kristi liv och likhet? Jo, för att de inte känner Gud. Om de kände Gud, och om de bara ville betrakta Honom genom tro i Jesus Kristus – som kom till vår värld, för att dö för människan – skulle de upptäcka en så makalös tjusning hos Sonen, att de genom åskådning skulle förvandlas till Hans avbilder. Nu förstår Ni det farliga i anpassning till världen. – *Manuskript 12*, 1894.

När sanna Principer cirkulerar i hela Organismen – Likställighet med världen går att förhindra med sanningen, genom att äta Guds Ord, genom att låta dess grundsatser cirkulera i blodomloppet samt genom att leva ut detta ord i karaktären. Kristus uppmanar oss starkt genom aposteln Johannes, att: ”Älska inte världen, inte heller det som är i världen. Om någon älskar världen, finns inte Faderns kärlek i honom” (Första Johannesbrevet 2:15). Det här är klarspråk, men det tecknar också bilden av Guds fordringar på varje persons karaktär. – *Manuskript 37*, 1896.

De livsviktiga Funktionerna hos Guds Lagar

(A) *Guds Tio Bud*

Insikten om Överträdelse – Kunskapen, som Gud inte ville att våra första föräldrar skulle ha, var medvetandet om skuld. Och då de godtog Satans påståenden, vilka var falska, infördes olydnad och överträdelse i vår värld. Trotset mot Guds uttryckliga befallning, tron på Satans lögn, öppnade eländets slussportar i världen. – *The Review and Herald*, den 5. april, 1898.

Naturen försvagad – Överträdelsen av Guds lag förde med sig verop och död i släptåg. På grund av olydnaden, blev människans krafter förvända och själviskheten tog kärlekens plats. Hennes natur blev så försvagad, att det blev omöjligt för henne, att stå emot onskans makt, och frestaren fick uppleva, hur han lyckades att omintetgöra Guds plan med människans skapelse och fylla jorden med bedräglighet och ödeläggelse. Människorna hade valt sig en härskare, som kedjade fast dem likt fångar vid sin triumfvagn. – *Counsels to Parents, Teachers, and Students*, sidan 33 (1913).

Guds Lag är lätt att förstå – Guds lag omgärdas inte av några mysterier. Det svagaste intellektet förmår, att få grepp om dessa regler för livets bästa och gestaltandet av en karaktär enligt den Gudomliga Modellen. Om världens barn, enligt bästa förmåga, ville lyda denna lag, skulle deras intellektuella krafter och urskilningsförmåga tillta, tills de klarare uppfattade och begrep Guds avsikter och planer. Och denna förbättring är inte begränsad bara till detta liv, utan kommer att fortsätta under de eviga tidsåldrarna. – *The Review and Herald*, den 14. september, 1886.

Förunderligt enkel – Hur förunderlig i sin enkelhet, sin fullödighet och perfektion, är Jehovas lag! Vad gäller Guds avsikter och göranden förekommer det gåtor, som är ogenomträngliga för begränsade sinnen. Och det är för att vi inte får något klart grepp om oändlig klokskap och makt, som vi fylls av aktning för den Högste. – *The Review and Herald*, den 14. september, 1886.

Fullständig Samklang mellan Lag och Evangelium – Det föreligger fullständig samklang mellan Guds lag och Jesu Kristi evangelium. ”Jag och Min Fader är ett”, säger den Store Läraren. Kristi evangelium är de Goda Nyheterna om nåd, om favör, med vars hjälp

människan kan bli frisläppt från syndens fördömelse och förmögen till, att visa Guds lag lydnad. Evangeliet pekar ut morallagen som levnadsregel. Genom sina krav på osviktig lydnad, pekar lagen ut evangeliet som väg till förlåtelse och frid för syndaren.

Så säger den store aposteln: ”Sätter vi då lagen ur kraft genom tron? Nej, inte alls! Vi upprätthåller lagen” (Romarbrevet 3:31). Och vidare tillkännager han, att: ”Alltså är lagen helig och budordet heligt, rätt och gott” (Romarbrevet 7:12). Eftersom lagen ålägger oss, att visa störst kärlek till Gud, och likadan kärlek till medmänniskorna som till oss själva, är den omistlig både, vad gäller Guds härlighet och mänsklig lycka. – *The Review and Herald*, den 27. september, 1881.

En fullständig Levnadsregel – Gud har i Sin lag gett människan en fullständig levnadsregel. Om hon lyder lagen, skall hon leva genom den, tack vare Kristi förtjänster. Om lagen blir överträd, har den makt att fördöma. Lagen skickar människorna till Kristus, och Kristus hänvisar dem åter till lagen. – *The Review and Herald*, den 27. september, 1881. (*Our High Calling*, sidan 138.)

Dess Krav är stora – Guds lag, så som man finner den i Bibeln, ställer stora krav. Varje princip är helig, rättfärdig och god. Lagen gör människan till Guds gäldenär. Den omfattar tankarna och känslorna, och den skapar överbevisning om synd hos alla som blir medvetna om att de har överträtt dess bud. Om lagen bara gällde yttre förhållanden, skulle människorna inte behöva svara för onda tankar, begär och planer. Men lagen kräver att själen själv skall vara ren och sinnet heligt, att tankar och känslor skall vara i överensstämmelse med kärlekens och rättfärdighetens krav. – *The Review and Herald*, den 5. april, 1898. (*Utvalda Budskap*, Band 1, sidan 211.)

Bara Människan är olydig – Människan allena är olydig mot Herrens lagar. När Herren bjuder naturen, att avlägga vittnesbörd om det Han har skapat, vittnar den genast om Guds härlighet. – *Manuskript* 28, 1898. (*SDA Bibelkommentar*, Band 3, sidan 1144.)

Alla förväntas rätta sig efter Guds Lag – Kristus kom för att visa ett exempel på den fullkomliga överensstämmelse med Guds lag, som krävs av alla, från Adam, den första människan, ned till den sista människa som skall leva på jorden. Han tillkännagav, att det inte var hans

uppgift att ödelägga lagen, utan att uppfylla den genom fullkomlig och fullständig lydnad. På detta sätt gjorde han lagen stor och ärofull. I sitt liv uppenbarade han dess andliga natur. Medan han betraktades av himmelska väsen och världar som inte hade fallit i synd, och en olydig, otacksam och vanhelgad värld, uppfyllde han lagens vittomfattande grundsatser.

Han kom för att det sanna förhållandet, att människorna, när de är knutna till Gudomen genom en levande tro, kan hålla alla Guds bud. Han kom för att göra det tydligt, att lagen är oföränderlig, för att förkunna att överträdelse och olydnad aldrig går att belöna med evigt liv. Som människa kom han till människorna, för att människan skulle beröra människorna, medan det gudomliga höll fast i Guds tron.

Men icke under någon omständighet kom han för att mildra människornas plikt, att vara fullkomligt lydiga. Han ödelade inte giltigheten hos Skrifterna i Gamla Testamentet. Han uppfyllde det som hade förutsagts av Gud själv. Han kom inte för att frigöra människorna från lagen, utan för att öppna en väg, varigenom de kunde lyda lagen och lära andra att göra detsamma. – *The Review and Herald*, den 15. november, 1898.

Gud upphäver inte Sin Lag – Herren frälsar inte syndare, genom att förändra sin lag, som utgör grundvalen i hans styre i himmelen och på jorden. Gud är en domare, som vakar över rättfärdigheten. Överträdelse av lagen en endaste gång i den minsta sak är synd. Gud kan inte åsidosätta sin lag, han kan inte avlägsna den minsta del i den, för att förlåta synden. Lagens rättfärdighet och dess höga moral måste upprätthållas och rättfärdiggöras inför det himmelska universum. Och denna heliga lag gick inte att upprätthålla till något lägre pris, än Guds Son död. – *The Review and Herald*, den 15. november, 1898.

Gud har inte avskaffat Sina Lagar – Gud vill inte avskaffa sina lagar och handlar inte mot dem. Han kan inte göra syndens verk ogjort. Men han förvandlar. Genom hans nåd blir förbannelsen till en välsignelse. – *Vägen till Mognad*, sidan 165 (1903).

(B) Guds Lag i den fysiska Världen – Lagar, som har sitt Säte i Kärleken – Grundvalen för Guds lagar är den mest oföränderliga rättskaffenhet, och de är utformade så, att de skall verka främjande på deras lycka, som håller dem. – *The Review and Herald*, den

18. september, 1888. (*Guds Söner och Döttrar*, den 17. september)

De lagar som varje människa skall vara lydiga mot, flyter fram från den gränslösa kärlekens hjärta. – *Brev 20a*, 1893. (*Utvalda Budskap*, Band 2, sidan 217.)

Tjänandets Lag – Kristi efterföljare har återlösts för att tjäna, och vår Herre lär att detta är den sanna inriktningen i livet. Kristus själv var en tjänare, och lagen om tjänande ger han till alla sina efterföljare – som innebär att man ska tjäna Gud och sina medmänniskor. Här visar Kristus för världen en högre uppfattning om livet än den någonsin känt till. Genom att leva för och tjäna andra kommer människan i kontakt med Kristus. Lagen om att tjäna blir den länk som håller oss i kontakt med Gud och våra medmänniskor. – *Säningsmannen*, sidan 264 (1900).

Lagen, som säger att ingen lever för sig själv – Under Gud skulle Adam gå i spetsen för den jordiska familjen, för att upprätthålla principerna från den himmelska familjen. Det skulle ha fört med sig frid och lycka. Men Satan var fast besluten, att motverka lagen om, att ”ingen ... lever för sig själv” (Romarbrevet 14:7). Han ville leva för sig själv. Han försökte, att vinna det största inflytandet. Det var detta, som tände upprorsgnistan i himmelen, och det var människans anammande av denna grundregel, som förde in synden i världen. I och med Adams synd bröt människan sig loss från det av himmelen bestämda navet. En demon blev centralmakten i världen. På den plats, där Guds tron skulle ha varit, ställde Satan sin tron. Världen lade sin hyllning, som frivillig gåva, vid fiendens fötter. – *Counsels to Parents, Teachers, and Students*, sidan 33 (1913).

Lär Barnen, att lyda Naturens och Uppenbarelsens Lagar – Ni, som helhjärtat önskar Era barn det bästa, och som skulle föredra en icke förvänd smak och aptit hos dem, måste ihärdigt kämpa emot populära uppfattningar och vanor. Om Ni vill, att de skall bli nyttiga på jorden och erhålla sin eviga lön i härlighetens rike, måste Ni lära dem, att lyda Guds lagar, både i naturen och i uppenbarelsen, i stället för att följa världens seder. – *The Review and Herald*, den 6. november, 1883. (*Temperance*, sidan 157.)

Bot för Ungdomars Brottslighet – Hade fäder och mödrar följt den av Kristus givna instruktionen, skulle vi nu inte läsa om synder och brott begångna inte bara av vuxna, utan även av unga och barn. Samhällets onda förekommer,

därför att föräldrar har struntat i denna instruktion och försummat, att fostra och utbilda sina barn till, att respektera och hedra Guds okränkbara bud.

Till och med kristendoms lärare har felat i, att framställa den heliga måttstock, varmed karaktären mäts, eftersom de upphört med, att visa aktning för var och en av de föreskrifter Gud har instiftat, vilka är heliga och rättfärdiga och goda. Människor har tagit på sig uppgiften, att upprätta en måttstock i samklang med deras egna uppfattningar, och då har Jehovas lag vanhedrats. Detta är orsaken till den omfattande och vittförgrenade ogudaktigheten. Detta är anledningen till, att vår tid allt mera liknar Noas och Lots dagar. – *The Review and Herald*, den 2. Maj, 1893.

Sambandet mellan Guds Morallag och Lagarna i den fysiska Världen – Det är ett nära samband mellan den moraliska lagen och de lagar, som Gud har inrättat i den fysiska världen. Om människorna vore lydiga mot Guds lag, genom att leva ut grundsatserna hos dess tio påbud, skulle principerna om rättfärdighet, som lagen lär ut, vara ett skydd mot felaktiga vanor. Men eftersom människans moral har avtagit på grund av förvänd aptit, har hon försvagats genom sina omoraliska göranden och sitt överträdande av de fysiska lagarna.

Lidandet och ångesten, som vi ser överallt, missbildningarna, orkeslösheten, sjukdomarna och idiotin, som nu översvämmar världen, gör den till ett sjukhus, i stället för, vad den hade kunnat vara nu, om Guds morallag och den lag Han har lagt ned i kroppen, åttlyddes. Genom sin envisa överträdelse av dessa lagar, har människan själv allvarligt förvärrat det onda, som beror på synden i Eden. – *The Review and Herald*, den 11. februari, 1902.

Lagen beträffande Guds Regering – Den kristne skall vara till nytta för nästan. Härigenom drar han nytta själv. ”... den som vederkvicker andra blir själv vederkvickt.” Ords. 11:25. Denna lag är utfärdad av himmelens regering, en lag, med vars hjälp Gud avser att välsignelsens strömmar skall, likt vattnen i det stora djupet, hållas i ständig rörelse och alltid återvända till sin källa. I uppfyllandet av den lagen ligger kristna missioners styrka. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 7, sidan 170 (1902).

Lagar, som styr Kroppen – I Guds försyn har lagarna styrande vårt fysiska väsen, med föreskrivna straff för deras överträdelse, gjorts så entydiga, att förnuftsvarer kan förstå dem, och

alla står under den mest allvarsmättade förpliktelse, att studera det här ämnet och att leva i samklang med naturens lag. Hälsans principer måste basuneras ut och allmänheten väckas till eget studium härav. – *The Review and Herald*, den 11. februari, 1902.

Riktiga fysiska vanor främjar mental överlägsenhet. Livslängd, intellektuell kraft och fysisk uthållighet beror på oföränderliga lagar. Naturens Gud griper inte in för att bevara människor från följderna av att bryta mot naturens lagar. Den, som anstränger sig för att bli vinnare, måste vara avhållsam i allt. Daniel hade klart förstånd och fast beslutsamhet. Han hade kraft att tillägna sig kunskap och motstå frestelser. Det berodde i hög grad på hans enkla diet och på hans böneliv. – *The Youth's Instructor*, den 9. juli, 1903 (*Budskap till de Unga*, sidan 233).

Skörd efter Sådd – Guds lagar är sådana att de följer orsak och verkan. Skörden står i relation till det man sått. Skörderesultatet kommer att avslöja den arbetare som är lat. Detta gäller även det andliga livet: resultatet visar hur trofast man varit i sitt arbete. Oavsett hur man arbetat blir det skörden som visar om man varit lat eller flitig. Detta avgör människans eviga öde. – *Såningsmannen*, sidan 61 (1900).

Somliga tror bara på det, som de begriper – Det finns personer, som stoltserar med, att de endast tror på det, som de förstår. Men deras brist på verklig insikt är uppenbar för varje ärlig tänkare. Det förekommer mysterier i det mänskliga livet och i yttringarna hos Guds makt i naturens laboratorium – gåtfullheter, som den mest djupgående vishetslära, den mest omfattande forskning, är maktlös att uttolka. – *The Review and Herald*, den 14. september, 1886.

(C) *Andra Lagar*

Lagen om Lydighet i Handling – Handling ger kraft. Fullständig harmoni genomkorsar Guds universum. Alla himmelska väsen är ständigt aktiva, och Herren Jesus har skänkt var och en av oss ett exempel i Sitt livsverk. Han gick omkring och "gjorde gott" {Apostlagärningarna 10:38}. Gud upprättade lagen om lydig handling. Stilla, men utan avbrott, utför väsendena i Hans skaparverk sitt bestämda arbete. Havet är hela tiden i rörelse. Det spirande gräset, som står i dag och kastas i ugnen i morgon, uträttar sitt ärende, genom att kläda markerna med skönhet. Bladen rör sig, och likväl ses ingen hand skjutsa på dem. Solen, månen och stjärnorna är nyttiga och härliga i uppfyllandet av sitt uppdrag. – *Ellen G. Whites Liv i Skisser*, 87 (1915).

Lagens allmängiltiga Herravälde – För den som lär sig att tolka naturens undervisning på detta sätt blir hela naturen förklarad. Världen blir en lärobok och livet en skola. Människans enhet med naturen och med Gud, lagens allmängiltiga herravälde och följderna av lagöverträdelse gör intryck på sinnet och formar karaktären. – *Vägen till Mognad*, sidan 116 (1903).

Att överträda Naturens Lagar, är att överträda Guds – Ett fortgående överträdande av naturens lagar, är ett fortsatt överträdande av Guds lag. Hade människorna alltid varit lydiga mot de Tio Buden, varvid de hade levat ut principerna hos dessa föreskrifter, skulle det inte ha förekommit någon förbannelse genom sjukdom, som nu översvämmar världen. – *Christian Temperance and Bible Hygiene*, sidan 8, (1890). (*Counsels on Health*, sidan 20.)

Överträdelse för med sig mentalt och fysiskt Lidande – Naturen yttrar sin protest mot varje överträdelse av livets lagar. Den står ut med misshandeln in i det längsta; men till sist kommer hämnden, varvid de mentala så väl som de fysiska krafterna blir lidande. Straffet drabbar inte bara överträdaren; verkningarna av hans eftergifter märks hos hans avkomlingar, och härigenom går det onda från ett släktled till nästa.

Många klagar på försynen, när deras vänner lider eller tas bort av döden; men det är inte Guds mening, att män och kvinnor skall leva i lidande och dö i förtid, lämnande ifrån sig sitt verk ofullbordat. Gud vill, att vi skall fullborda vårt levnadslopp, med varje organ vid hälsa, utträttande sitt tilldelade arbete. Det är orättvist, att skylla på Honom, när utfallet många gånger beror på den enskildes egen överträdelse av naturens lag. – *The Review and Herald*, den 11. februari, 1902.

Deismen ges Svar på Tal – Många lär, att materien besitter livskraft – att den fått vissa egenskaper och sedan lämnats att verka genom sin egen inneboende kraft, samt att naturens verkningar utförs enligt bestämda lagar, som Gud Själv inte kan ändra. Detta är falsk vetenskap och har inget stöd i Guds Ord. Naturen är sin Skapares tjänare. Gud upphäver inte Sina lagar, ej heller verkar Han i strid med dem, utan Han brukar dem ständigt som Sina verktyg. Naturen vittnar om ett förstånd, en bestående kraft, som verkar i och genom hennes lagar. Faderns och Sonens ständiga verksamhet visar sig i naturen. Kristus säger: "Min Fader verkar ännu i denna stund, och därför verkar också jag." – *Johannesevangeliet 5:17*. – *Patriarker och Profeter*, sidan 112 (1890).

Lydnad för med sig Lycka – När barnen på så sätt lär sig att dra lärdomar av naturen och sina erfarenheter i livet, visar det sig att samma lagar som styr naturen och det som händer där också styr oss. Naturlagarna har kommit till för vårt bästa, och det är bara när vi följer dem som vi kan bli riktigt lyckliga och framgångsrika. – *Vägen till Mognad*, sidan 119 (1903).

Lagens vidsträckta Principer – I sin undervisning visade Jesus räckvidden av de principer i lagen som förkunnades på Sinai. Han levandegjorde lagens krav, den lag som för evigt står fast som rättfärdighetens stora norm, som alla kommer att dömas efter på den stora dag, då rätten samlas och böcker öppnas. Han kom för att uppfylla all rättfärdighet, och att som mänsklighetens överhuvud visa människorna att de kan göra detsamma, att de kan uppfylla Guds krav. Genom den rika nåd som han har ställt till människornas förfogande, behöver ingen gå miste om himlen. En fullkomlig karaktär är det möjligt att uppnå för alla som går in för det. Detta är själva grunden för evangeliets nya förbund. Guds lag är trädet, evangeliet är de vällyktande blomster och den frukt det bär. – *The Review and Herald*, den 5. april, 1898. (*Utvalda Budskap*, Band 1, sidan 207.)

Frihet i högsta Bemärkelse – I återlösningen finns inte något tvång. Intet yttre våld kommer till användning. Under Guds Andes inflytande överläts det åt människan att fritt välja vem hon vill tjäna. I den förändring som försiggår när människan överlämnar sig åt Kristus råder frihet i högsta bemärkelse. Det är vi själva som driver ut synden. Det är riktigt att vi inte har någon egen kraft genom vilken vi kan befria oss från Satans välde, men när vi vill bli befriade från synden och i vår stora nöd ropar efter en makt som finns utanför och ovanför oss själva, kommer våra egna själskrafter att förstärkas av den helige Andes gudomliga energi och lyda viljans anvisningar att fullborda Guds vilja. – *Vändpunkten*, sidan 467 (1898).

Kommunikation

Våra Ords långtgående Inflytande – Rösten och tungan är gåvor från Gud, och om de används rätt, är de en Guds kraft. Ord betyder väldigt mycket. De kan uttrycka kärlek, hängivenhet, pris, Guds musik, liksom hat och hämnd. Ord avslöjar hjärtats inställning. De kan vara en livets livgivande fläkt, eller en dödens dödliga doft.

Antingen är tungan ett välsignelsens redskap, eller ett orättfärdighetens vapen. – *Manuskript 40*, 1896. (*SDA Bibelkommentar*, Band 3, sidan 1159.)

Förödande Hagel, eller Kärlekens Frön? – Det syns på somliga, att de efter sin dagliga morgonandakt träder fram iförda Kristi saktmod. Deras ord är inte som ett förödande hagelväder, som krossar allting i sin väg; de uttalas ljuvligt. De sprider sädeskorn av kärlek och vänlighet längs hela vägen, vilket sker omedvetet, eftersom Kristus lever i deras hjärtan. Deras inflytande känns mer, än det syns. – *Manuskript 24*, 1887. (*SDA Bibelkommentar*, Band 3, sidan 1159.)

Ord, som tröstar – Runt omkring oss hör vi sorg- och jämmerrop från världen. Synden kastar sin skugga över oss, och våra sinnen måste vara redo för varje gott ord och verk. Vi vet att Jesus är vid vår sida. Den helige Andes goda inflytande leder och fostrar våra tankar så att vi talar ord som tröstar andra och lyser upp deras stig. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 6, sidan 115 (1900).

Ord, som väcker Hopp – Om vi ser det från den ljusa sidan, kommer vi att finna tillräckligt många glädjeämnen. Om vi avfyrar ett leende, får vi det tillbaka; om vi uttalar trevliga, glada ord, får vi höra sådana åter. – *The Signs of the Times*, den 12. februari, 1885.

Ord, som kretsar omkring Kristus – Människors ord uttrycker deras egna mänskliga tankar, men Kristi ord är ande och liv. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidan 433 (1885).

Änglarna lyssnar för att höra vad du har att säga till världen om din himmelske Mästare. Tala om honom som lever för att mana gott för dig inför Fadern. Då du trycker en väns hand skall du låta honom höra ord av tacksägelse och låta honom känna att du känner tacksamhet. Detta kommer att dra ditt sinne till Jesus. – *Vägen till Kristus*, sidan 104 (1892).

Kristus gick rakt på Sak – I Kristi lära finns det inga långa, osannolika och komplicerade resonemang. Han kom direkt till saken. I Sin tjänargärning läste Han alla hjärtan som en öppen bok, och från förrådet med Sina outtömliga rikedomar, drog Han fram nya och gamla saker, för att illustrera Sin lära, och ge dem kraft. Han berörde hjärtat, och väckte sympatier. – *Manuskript 24*, 1891. (*Evangelisation*, sidan 171.)

Lättförstått – Kristi sätt att undervisa på, var skönt och tilltalande, och det utmärktes alltid av sin enkelhet. Han utlade himmelrikets djupsinnigheter med hjälp av bilder och symboler, som åhörarna kände till; och gemene man lyssnade gärna till Honom, ty de förstod Hans ord. Han använde inga märkvärdiga uttryck, vars förståelse krävde bruket av ett uppslagsverk. – *Counsels to Parents, Teachers, and Students*, sidan 240 (1913).

Han använde ett enkelt Språk – Argument är bra på sin plats, men mycket mer kan utträttas genom en enkel förklaring av Guds Ord. Kristi undervisning blev så tydligt illustrerad, att de mest okunniga lätt kunde förstå dem. Jesus behövde inte några långa och svåra ord i sina predikningar. Han använde ett enkelt språk som var anpassat efter vanliga människors fattningsförmåga. Han trängde inte längre in i de ämnen Han framlade än att de var i stånd till att följa Honom. – *Evangeliets Tjänare*, sidan 123 (1915).

Allvarsmättade Ämnen kontra sentimentalt Nonsense – Vad är mera värt att fångsla sinnet än frälsningsplanen? Det är ett outtömligt ämne. Jesu kärlek, frälsningen erbjuden den fallna människan genom hans oändliga kärlek, den frälsande sanningen för de sista dagarna, Kristi nåd – allt detta är ämnen som upplivar och låter de renhjärtade uppleva den glädje som lärjungarna kände när Jesus kom till dem och vandrade med dem på vägen till Emmaus.

Den som har Kristus som centrum för sina känslor och sin tillgivenhet, älskar denna heliga gemenskap och hämtar gudomlig kraft från den. Men den som inte uppskattar detta slags samtal utan tycker bäst om att prata sentimentalt nonsense, har vandrat bort från Gud och känner ingen längtan efter höga och ädla ting. Det sinnliga och jordiska tolkas av sådana såsom något himmelskt. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidan 600 (1889).

Vederkvick den Trötte! – Lättsinniga samtal med en bismak av besvikelse över bristande mänsklig förståelse och uppskattning, springer fram ur kärlekskrank sentimentalitet, och varken ungdom eller gråhårmän går säkra. När Guds sanning såsom en förblivande princip bor i hjärtat, blir den som en levande källa. Om man försöker att täppa till dess flöden bryter de fram på någon annan plats, källan är där och dess strömmar kan inte hejdas. Sanningen i hjärtat är livets källsprång. Den vederkvicker den trötte, och den håller tillbaka onda tankar och yttranden. –

Vittnesbörd för Församlingen, Band 5, sidorna 600-601 (1889).

Yttra aldrig ett Ord av Tvivel – Alla möter vi prövningar – sorger som är svåra att övervinna. Tala inte om dina svårigheter för dina medmänniskor, utan frambär allt sådant till Gud i bön. Gör det till regel att aldrig uttala ett enda ord av tvivel och missmod. Du kan göra mycket för att göra andra lyckliga och stärka dem i deras strävanden genom att tala ord av hopp och uppmuntran. – *Vägen till Kristus*, sidan 104 (1892).

Våra Ord påverkar oss själva – Orden är ett bevis på vad som finns i sinnet. ”Vad hjärtat är fullt av, det talar ju munnen.” Men orden är mer än bara ett kännetecken på vår inriktning. De har makt att också återverka på karaktären. Människor påverkas av sina egna ord. Under en ögonblicklig ingivelse från Satans sida ger de ofta uttryck för avundsjuka eller ond misstanke eller något som de i själva verket inte tror på, men uttrycken har återverkan på tankarna. De blir bedragna av sina egna ord och kommer att tro att det som blev sagt efter Satans ingivelse, är riktigt. Efter att en gång ha gett uttryck åt en uppfattning eller ett beslut är de ofta för stolta för att ta tillbaka det. I stället söker de bevisa att de har rätt. Till slut kommer de så långt att de tror att de har rätt.

Det är farligt att uttala ett tvivlets ord, det är farligt att betvivla och kritisera gudomlig upplysning. Vanan att tanklöst och saklöst kritisera återverkar på karaktären och ger näring åt otro och vanvördnad. Många människor har odlat en sådan vana och är omedvetna om någon fara, till dess att de är färdiga att kritisera och förkasta den helige Andes verk. – *Vändpunkten*, sidan 318 (1898).

Förebrående Ord slår tillbaka mot en själ – Förebrående ord slår mot den egna själen. Vi bör först uppfostra den egna tungan. Låt oss aldrig tala illa om andra. – *Manuskript* 102, 1904.

Tala Ord, som inger Mod och Hopp – Det finns många som besväras svårt av frestelser och som nästan är färdiga att duka under i striden mot köttet och onskans makter. Akta dig för att göra dem missmodiga i den hårda striden. Uppmuntra dem med frimodighetens och hoppets ord, så att de kan fortsätta på livets stig. På detta sätt kan Kristi ljus utstråla från dig. ”Ingen av oss lever för sig själv.” Rom. 14:7. Genom vårt omedvetna inflytande kan andra bli uppmuntrade och få ny kraft, eller också kan de bli missmodiga och stötas

bort från Kristus. – *Vägen till Kristus*, sidan 104 (1892).

Små Omsorger och ömma Ord – Det är de små omsorgerna, de många små händelserna och de enkla artigheterna i livet, som tillsammans utgör summan av lyckan i livet. På samma sätt är det försummelsen av de vänliga, uppmuntrande, ömma orden och de små artigheterna i livet, som hjälper till att bilda summan av livets elände och förtvivlan. Det kommer till sist att visa sig, att den självförnekelse som görs av hänsyn till vår omgivning ve och väl, utgör en stor del av det som står nedtecknat över våra liv i himlen. Och det faktum kommer också att avslöjas att omsorgen om självet, utan hänsyn till andras goda och lycka, inte står utanför vad vår himmelske Fader känner till och beaktar. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidorna 133-134 (1868).

Var på Din Vakt mot hånfulla, nonchalanta och snäsande Ord – Alla skall förmedla kärlekens kostbara skatter, inte bara till sina favoriter, utan till varje själ fullt upptagen med tjänandets verk; ty var och en, som utför detta arbete, tillhör Herren. Genom dem verkar Han. Lär Dig kärlekens lärdomar från Jesus.

Folk bör vara varsamma med orden riktade till nästan. Det får inte förekomma något framhävande av det egna jaget, någon stränghet mot Guds arvingar. Bittra avsnäsningar får inte uppkomma i något sinne eller hjärta. Ingen klang av hånfullhet får höras i rösten. Om Du talar egna ord; är nonchalant; visar misstänksamhet, fördom, svartsjuka; då ödelägger Du verket och kan skrämja bort själar. – *Brev 50*, 1897.

Felfinnande och Åthutningar uppmuntrar Bedräglighet – Ditt diktatoriska sätt att tala sårar barnen. När de blir äldre, kommer de att få en allt starkare benägenhet att kritisera. Din vana att finna fel hos andra förstör ditt liv och fortplanter sig till din hustru och dina barn. Du uppmuntrar inte dina barn till att lita på dig och att erkänna sina fel, därför att de vet, att du bara kommer att tillrättavisa dem. Dina ord är ofta som en ödeläggande hagelskur som knäcker de späda plantorna. Det är omöjligt att avgöra hur mycket skada de gör. För att beskydda sig mot dina hårda ord, försöker barnen att bedra dig och föra dig bakom ljuset. De kringgår sanningen för att slippa bli tillrättavisade och straffade. En hård och kall befallning kan inte annat än att skada dem. – *Brev 8a*, 1896. (*Det adventistiska Hemmet*, sidorna 439-440.)

Ryck upp varje tanklöst Ord med Rötterna – Kom ihåg, att Dina ord skall fria eller fälla Dig. Du behöver hålla tand för tunga – alla tänder! Orden Du uttalar, är frön som sås och sedan ger god eller usel frukt. Det är nu, som Du sår.

En god människa bär fram det, som är gott ur sitt hjärtas goda förråd {se Lukasevangeliet 6:45}. Varför då? Jo, därför att Kristus alltid närvarar i själen. Den helgande sanningen är en visdomens skattkista för alla, som lever ut sanningen. Liksom ett levande källflöde för den evigt liv med sig. En person utan Kristus i hjärtat hänger sig åt struntprat, överdrifter, som bara leder till sorg. En tunga, som talar förvändheter, simpelheter, slanguttryck, en dylik tunga behöver lära sig veta hut! – *Manuskript 17*, 1895.

Muttrande hämmar Tillväxten – Det finns de, som äger förträffliga gåvor, men som har stannat av i växten. De stormar inte fram till segern. Och den förmåga, som Gud har utrustat dem med, är till ingen nytta, eftersom den är oanvänd. Många av dessa personer finns i de muttrandes led. Orsaken till muttrandet är, enligt dem själva, andras brist på uppskattning av dem. Likväl sätter de inte nog högt värde på sig själva, för att samverka med den Störste Lärare, som världen någonsin har känt till. – *The Review and Herald*, den 10. mars, 1903.

Inga klandrande, burdusa, eller hätska Ord (råd till en pastor och författare) – Herren kommer att bistå var och en av oss, när vi bäst behöver det i det storslagna verket med, att betvinga och besegra jaget. Låt lagen om vänlighet styra Dina läppar och nådens olja smörja Ditt hjärta. Det här kommer att innebära underbar frukt. Du kommer att bli ömsint, medlidsam, artig. Alla dessa dygder är behövliga. Den Helige Ande måste tas emot och inlemmas i karaktären; sedan kommer den att fungera likt helig eld, spridande väldoft, som stiger upp till Gud, fast inte från fördömande läppar, utan som en helare av människors själar. Anletet kommer att återspegla det gudomliga bild.

Inga vassa, klandrande, burdusa eller stränga ord bör uttalas. Sådant är främmande eld, och måste lämnas därhän under alla våra rådsmöten och vid umgänget med våra bröder. Gud kräver, att varje tjänande själ skall antända rökelsen med kolet från den heliga elden.

De vardagliga, stränga, bitande ord, som härstammar så ofta från Dina läppar, måste suddas ut, och Guds Ande tillåtas att tala genom Dig, Guds mänskliga ombud. Genom att betrakta Kristi

karaktär, kommer Du att förvandlas till likhet med Honom. Endast Kristi nåd förmår, att förändra hjärtat och då kommer Du att återspegla Herren Jesu bild. Gud uppmanar oss till, att bli Honom lika – rena, heliga och ofläckade. Det är meningen, att vi skall bära Guds avbild. – *Brev 84, 1899. (SDA Bibelkommentar, Band 3, sidan 1164.)*

Livsförstörande Ord – Svåra prövningar väntar Dig. Förlita Dig på Herren Jesus Kristus. Tänk på, att Du bara skadar Dig själv med Din kokande ilska. För att Du, trots alla omständigheter, skall få sitta på himmelska platser i Kristus, får Dina ord inte komma som gevärskulor, vilka sårar hjärtan och kan förstöra hela liv. – *Brev 169, 1902.*

Tvivel tilltar med Omnämmandet – Vi skall inte ge uttryck åt våra tvivel och prövningar, ty de blir bara värre ju oftare vi nämner dem. Varje gång vi påtalar dem, har Satan vunnit en seger; men när vi säger: ”Därför anförtror jag min själ åt min trofaste Skapare, såsom åt ett trofast vittne” {jämför Första Petrusbrevet 4:19, *KJV*}, då vittnar vi om, att vi har överlätit oss till Jesus Kristus utan några förbehåll, och så skänker Gud oss Sitt ljus, varpå vi fröjdas i Honom. Vi gör klokt i, att ställa oss i vägen för de klara strålarna från Rättfärdighetens Sol, för då blir vi ett ljus i världen. ”Honom älskar ni utan att ha sett honom, och fastän ni ännu inte ser honom, tror ni på honom och jublar över honom i obeskrivlig, himmelsk glädje” (Första Petrusbrevet 1:8). – *Manuskript 17, 1894.*

Tala Tro, så tilltar den – Ju mera Du talar tro, desto mera tro kommer Du att få. Ju mera Du uppehåller Dig vid modstulenhets, talar med andra om Dina motgångar och suger ut det mesta ur dem, för att väcka det medlidande Du längtar efter, desto flera motgångar och prövningar kommer Du att få. Varför sörja över det, som inte går att undvika? Gud inbjuder oss till, att stänga själens fönster för det jordiska och öppna dem för det himmelska, så att Han får hölja våra hjärtan med den härlighet, som strömmar över himmelens tröskel. – *Manuskript 102, 1901.*

Stundom krävs Tillrättavising – Samtidigt som våra ord alltid skall vara vänliga och ömsinta, skall inga ord uttalas, som får en felande person att tro, att hans handlande inte misshagar Gud. Detta slags sympati är jordisk och förledande. Vi har ej lov till, att visa tillgivenhet i fel ögonblick, och visa sentimentalt medlidande. Felande individer behöver goda råd och tillrättavising,

och måste emellanåt åthutas på skarpen. – *Manuskript 17, 1899.*

Vad våra Ord uppenbarar – Det går inte, att tillräckligt noga tänka sig för, innan man öppnar munnen, ty orden man säger, visar den kraft, som styr över sinnet och hjärtat. Om Kristus styr i hjärtat, avspeglar orden renheten, skönheten och väldoftan hos en karaktär modellerad och gestaltad av Hans vilja. Men efter sitt syndafall har Satan varit en brödernas anklagare, så även Du måste akta Dig utomordentligt noga, för att inte ge prov på samma anda. – *Brev 69, 1896.*

Upprepning behövs – Tro inte, att dina åhörare kommer att minnas allt det som du har förmedlat, när du har gått igenom ett ämne en gång. Det finns en risk för att man kan gå för fort från en punkt till en annan. Förmedla undervisningen i korta avsnitt, på ett klart och enkelt språk, och repetera den ofta. Korta predikningar kommer att bli ihågkomna mycket bättre än de långa. Våra talare bör komma ihåg, att de ämnen som de förmedlar, kan vara nya för somliga av åhörarna. Därför bör huvudpunkterna repeteras om och om igen. – *Evangeliets Tjänare, sidan 168 (1915).*

Nervöst, jäktat Sätt försvårar Kommunikationen – Predikanter och lärare bör ge särskild akt på röstens skolning. De bör lära sig att tala på ett sätt, som inte är nervöst och jäktat, utan med långsamt, tydligt och klart uttal, varigenom rösten låter musikalisk.

Frälsarens röst lät som musik i öronen på dem, som varit vana vid de skriftlärdes och fariséernas monotona, andefattiga förkunnande. Han talade långsamt och med eftertryck, varvid Han betonade orden, som Han önskade, att åhörarna skulle lägga särskilt märke vid. Gammal och ung, okunnig och lärd, förstod allt Han sade. Det hade varit omöjligt, om Han hade talat forcerat och staplat meningarna på varandra utan uppehåll. Folket spetsade öronen, då Han yttrade Sig, och det hette om Honom, att Han inte talade som de skriftlärderna och fariséerna; ty Han lät som en, som ägde myndighet. – *Counsels to Parents, Teachers, and Students, sidorna 239-240 (1913).*

Klart Uttal och rätt Betoning – Genom ihärdig bön och allvarlig satsning är det meningen, att vi skall bli skickliga talare. Skickligheten omfattar, att uttala varje stavelse tydligt, och betona rätt. Tala långsamt. Många talar snabbt, de rusar från det ena ordet till det andra så hastigt, att ordens verkan går förlorad. Lagg ned Kristi anda och liv i det Du säger. – *Counsels to Parents, Teachers, and Students, sidorna 254-255 (1913).*

Tala melodiöst och en Mening åt Gången – I yngre dagar brukade jag tala för högljutt. Herren har visat mig, att jag inte kunde göra rätt intryck på människorna, genom att tvinga rösten till högljuddhet. Sedan fick jag se och höra Kristus tala; Hans röst var lik en ljuvlig melodi. På ett lugnt och sansat sätt talade Han, så alla hörde Honom, och orden trängde in i deras hjärtan, och de förmådde att begripa, vad Han menade, innan nästa mening kom. Somliga tycks tro, att de måste skynda sig, för att inte åhörarna skall bli uttråkade. Om de ändå skulle bli uttråkade, låt dem då bli det, och ju förr, desto bättre. – *Manuskript 19b*, 1890. (*Evangelisation*, sidan 670.)

Talets Krafter skall stå under Förnuftets Herravälde – Ert inflytande skall sträcka sig vida omkring, och Er talförmåga skall styras av förståndet. När Ni anstränger rösten, går Ni miste om röstens nyansering. Fallenheten för snabbt talande måste motas i grind. Gud fordrar av Sina mänskliga ombud all tjänst, som de är mäktiga att ge. Alla talanger, som har anförtrotts åt personen, skall omhuldas och uppskattas samt användas som en värdefull gåva från himmelen. Skördarbetarna är Guds utsedda ombud, kanaler, genom vilka Han förmedlar ljus från himmelen. – *Special Testimonies, Serie A*, Nummer 7, sidan 10, den 6. januari, 1897. (*Evangelisation*, sidan 668.)

Läsandets Vetenskap är av det största Värde – Det är en väldigt betydelsefull vetenskap, att läsa riktigt och med rätt eftertryck. Oavsett, hur mycken kunskap Du må ha vunnit inom andra arbetslinjer, är all Din lärdom av litet värde, i fall Du har försummat träningen av röst och tal, så att Du kan tala och läsa klart och tydligt; ty utan röstens förbättring går det inte, att enkelt och tydligt förmedla det man har lärt sig. – *Manuskript 131*, 1902. (*Evangelisation*, sidan 666.)

Verkliga och inbillade Saker och Ting – En gång, då Betterton, en berömd skådespelare, dinerade med doktor Sheldon, [dåvarande] ärkebiskop av Canterbury, sade ärkebiskopen till honom: ”Käre herr Betterton, säg mig, hur det kommer sig, att Ni skådespelare påverkar publiken så kraftfullt, genom att tala om påhittade saker?”

”Min herre”, svarade Betterton, ”låt mig, med vederbörlig aktning för Ers Nåd, säga det enkla svaret: Det hela beror på förmågan, att entusiasmera. Vi på scenen talar om påhittade saker, som om de vore verkliga; och Ni i predikstolen talar om verkliga saker, som om de

vore påhittade.” – *Counsels to Parents, Teachers, and Students*, sidan 255 (den 6. juli, 1902).

Lev och språka ovanför denna Värld – Fastän det förekommer ondska överallt runt omkring oss, bör vi inte närma oss den. Tala inte om ondskan och elakheten i denna värld, utan höj sinnet och tala om Er Frälsare. När man ser synden runt om en, blir man desto gladare, att Han är ens Frälsare och vi är Hans barn. – *Manuskript 7*, 1888.

Lär Er, att tiga är Guld – När en person ger efter för en ilskans ande, blir han lika berusad som en person, som har fört glaset till sina läppar. Lär Er, att tiga är guld och kom ihåg, att Gud godtar dem, som Kristus har köpt med Sitt blod. Utbilda Er; vi måste lära oss dagligen. Vi måste ta oss upp allt högre och närmare Gud. Rensa Kungens landsväg från skräp. Bered väg för Kungen, att gå ibland oss. Låt inga smädelser och fräckheter komma över Era läppar (se Kolosserbrevet 3:8). – *Manuskript 6*, 1893.

Helig Återhållsamhet – Utan tro är det omöjligt att behaga Gud. Vi kan ha Guds frälsning i våra hem, men vi måste tro för att få den, leva för att få den och ha en kontinuerlig, förblivande tro och tillit till Gud. Vi måste behärska ett hetsigt humör och kontrollera våra ord, och på så sätt kommer vi att vinna stora segrar.

Om vi inte kontrollerar våra ord och vårt humör är vi Satans slavar. Vi är honom underdåniga. Han tar oss till fånga. Allt grälände och alla ovänliga, otåliga och retliga ord är offer som frambärs till hans sataniska majestät. Det är dyrbara offer, dyrbarare än något offer som vi kan ge till Gud, för de fördärvar hela familjers frid och lycka, förstör hälsan och är slutligen orsak till att vi förlorar även ett evigt och lyckligt liv.

Den återhållsamhet som Guds ord ålägger oss är för vårt eget bästa. Den ökar lyckan i våra familjer och hos alla som finns omkring oss. Den förfinar vår smak, helgar vårt omdöme och ger frid i sinnet och till sist ger den oss det eviga livet. Med denna heliga återhållsamhet kommer vi att växa till i nåd och ödmjukhet, och det kommer att bli lätt att tala på rätt sätt. Det vanliga hetsiga humöret kommer att kontrolleras. En inneboende Frälsare kommer att styrka oss varje stund. Tjänande änglar kommer att dröja sig kvar i våra hem och med glädje föra nyheterna till himlen, om våra framsteg i det gudomliga livet, och ängeln som för anteckningar kommer att göra en glad och lycklig notering. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 1, sidan 310 (1862).

Sektion 13 – Personligheten

Fantasin

Kristus använde Fantasin – Med fantasins hjälp nådde han [Kristus] fram till människorna. Sina illustrationer hämtade han från förhållandena i det dagliga livet. Även om de var enkla, låg det en sällsam och djup innebörd i dem. Fåglarna, liljorna på marken, sädeslagen, herden och fåren – med sådana saker belyste Jesus odödliga sanningar. När det senare hände att hans åhörare fick se dessa saker i naturen, påminde detta dem alltid om hans ord. Jesu illustrationer påminde dem ständigt om hans undervisning.

Jesus smickrade aldrig människor. Han sade aldrig någonting som kunde stimulera deras böjelser eller inbillningsförmåga, inte heller berömde han dem för deras fyndighet, men djupsinniga, fördomsfria, tänkande människor tog emot hans undervisning och fann, att den ställde deras klokhet på prov. De förundrade sig över den andliga sanning som fick sitt uttryck i detta enkla språk. – *Vändpunkten*, sidan 242 (1898).

Plikt, att tygla Fantasin – Få inser, att det är en plikt att utöva kontroll över tankarna och fantasierna. Det är svårt, att koncentrera ett otyglat sinne på viktiga saker. Men om tankarna går vilse, blomstrar inte tron i själen. Sinnet måste vara upptaget av heliga och eviga angelägenheter, annars lämnas det utrymme åt ovidkommande och ytliga tankar. Både de intellektuella och de moraliska krafterna måste disciplineras, för då stärks och förbättras de genom användning. – *Counsels to Parents, Teachers, and Students*, sidan 544 (1913).

Sjuklighet är stundom Fantasins Verk [Se Kapitel 75, "Fantasin och Sjukdom".] – Sjukdom orsakas ibland av, och förvärras ofta mycket genom, inbillning. Många som är långvarigt sjuka skulle kunna bli friska om de bara trodde att de kunde bli det. Många tror att de kommer att bli sjuka av det minsta lilla de utsätts för, och den skadliga effekten kommer därför att den är förväntad. Många dör av sjukdom som helt och hållet orsakats av inbillning. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 205 (1905).

Förvrängd Fantasi – Utifrån det Herren har visat mig, har kvinnor i denna grupp fått sina föreställningar förvrängda av novelläsning, dagdrömmier och luftslott och lever i en inbillad värld. De för inte sina egna idéer ned till livets

vanliga, nyttiga plikter. De går inte in i de tunga uppgifter som ligger framför dem på deras stig och försöker göra ett lyckligt, ljust och trevligt hem för sina män. De låter hela tyngden vila på dem och bär inte sina egna bördor. De förväntar sig att andra föregriper deras önskingar och gör det för dem, samtidigt som de tillåter sig att finna fel och ifrågasätta dem alltefter som det passar. Dessa kvinnor har en kärlekskrank sentimentalitet och de tror hela tiden att de inte är uppskattade, eftersom deras män inte ger dem all den uppmärksamhet de förtjänar. De föreställer sig att de är martyrer. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidan 463 (1870).

Råd till en Man med ohälsosam Fantasi – Jag såg, att Herren hade gett dig ljus och erfarenhet, så att du skulle kunna se synden i att ha en överilad anda och inse vikten av att kontrollera dina passioner. Lika säkert som du underlåter detta, lika säkert kommer du att gå miste om evigt liv. Du måste övervinna denna sjukliga inbillning.

Du är extremt känslig och om ett ord sägs till fördel för något som går emot den livsväg du har valt, blir du sårad. Du känner att du blir kritiserad och att du måste försvara dig själv, rädda ditt liv. I din allvarliga ansträngning att rädda ditt liv, går du miste om det. Du har ett arbete att utföra genom att dö bort från självet och vårda en omsorg och ett tålamod. Övervinn den tanken, att du inte utnyttjas rätt, att du är förorättad, att någon vill pressa eller skada dig. Du genomskådar falska ögon. Satan förleder dig till att ta dessa förvanskade synsätt på saker och ting. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidan 424 (1870).

Fantasin styr Förståndet – Du är ändå i stånd till att kontrollera din fantasi och övervinna dessa nervösa anfall. Du har en stark vilja och du skulle kunna använda den till din fördel. Detta har du inte gjort, utan i stället låtit din starkt verkande fantasi behärska förståndet. Därigenom har du bedrivit Guds ande. Om du saknade förmåga att behärska dina känslor, skulle det inte vara synd, men det går inte an att på det sättet ge efter för fienden. Din vilja måste helgas och böjas i stället för att sättas i motsats till det, som tillhör Gud. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidorna 310-311 (1885).

Kosten påverkar Fantasin – Omåttligheten börjar vid vårt bord vid användning av ohälsosam mat. Efter en tid, genom att fortsätta på eftergiftens väg, blir matsmältningsorganen försvagade, och den mat som intas tillfredsställer inte aptiten. Ohälsosamma förhållanden

grundläggs och smyger fram ett krav efter mera stimulerande mat. Te, kaffe och köttmat åstadkommer en omedelbar effekt. Under inflytande av dessa gifter retas nervsystemet. I vissa fall, åtminstone för stunden, stimuleras intellektet och tankeverksamheten tycks bli livligare. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidan 487 (1875).

Verkan av Te, Kaffe och andra omtyckta Drycker – Te har en stimulerande inverkan, och ger en viss grad av berusning. Kaffe och många andra populära drycker verkar på ett liknande sätt. De har först en uppiggande inverkan. Magens nerver retas och överför retningen till hjärnan, som i sin tur stimuleras till att sätta fart på hjärtverksamheten och att ge kortvarig energi till hela kroppen. Tröttheten försvinner och det verkar som om krafterna ökar. Intellektet och fantasin blir livligare. – *Hälsa för hela Människan*, sidan 280 (1905).

Populära Väckelser och Fantasin – Populära väckelser uppstår alltför ofta genom att man vädjar till fantasin, genom att känslorna upphetsas eller att begäret efter allt som är nytt och sensationellt tillfredsställs. De som vinnas på detta sätt har inte något större intresse för de bibliska sanningarna. De har lite intresse för profeternas och apostlarnas förkunnelse. Om en gudstjänst inte präglas av något sensationellt, utövar den ingen dragning på dem. En förkunnelse som talar till det sunda förnuftet gör inte något intryck. De tydliga varningar i Bibeln som direkt angår deras eviga väl går dem obemärkt förbi. – *Den Stora Striden*, sidan 404 (1888).

Teatern fördärvar Fantasin – Teatern är ett av de farligaste ställena för dem som vill ha förströelse. I stället för att vara en skola för dygd och moral, vilket ofta framhålls, är den själva drivbänken där man odlar omoral. Onda vanor och syndiga böjelser stärks och bekräftas genom denna underhållning. Sångare som vittnar om låg moral, oanständiga rörelser, uttryck och hållningar besudlar fantasin och sänker moralen. Varje ung människa, som har för vana att gå på sådana föreställningar, kommer att pruta av på sina principer.

Ingenting i vårt land har så kraftfullt inflytande som teatern, när det gäller att förgifta fantasin och blockera religiösa intryck. Man förlorar smaken för lugna nöjen och det verklighetsnära livet. Kärleken till nöjena på dessa scener blir bara större för varje gång man ger sig hän åt dem. Det liknar begäret efter alkohol, som blir starkare för varje gång man dricker en rusdryck. Det enda

säkra är att hålla sig borta från teater och cirkus och varje nöjesarena som är tvivelaktig. – *Vittnesbörd för Församlingen* 4:652, 653 (1881).

Fiktio skapar en Fantasi värld – Du har gett efter för roman- och berättelseläsning tills du lever i en fantasi värld. Sådan läsning har ett skadligt inflytande både på kropp och själ. Den försvagar intellektet och är en fruktansvärd utarmning av den fysiska kraften. Ibland är ditt sinne knappast normalt därför att fantasin blivit överspänd och sjuk genom att läsa uppdiktade historier. Sinnet bör vara under en sådan disciplin att alla dess krafter utvecklas på ett harmoniskt sätt...

Om fantasin ständigt överbelastas och stimuleras av uppdiktad läsning, blir den snart en tyrann, som kontrollerar alla andra själsförmågor och gör att sinnet blir nyckfullt och utvecklingen felinriktad. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidan 497 (1881).

Hjärnan påverkas av Läsning – Jag känner personligen till vissa, som har mist sinnets sundhet på grund av felaktiga läsvanor. De går genom livet med en sjuklig fantasi, varigenom de förstör varje liten orsak till klagan. Ting, som ett sunt och förnuftigt tänkande sinne inte lägger märke till, blir till evinnerliga prövningar för dem, oöverstigliga hinder. För dem är livet hela tiden en skugga. – *Christian Temperance and Bible Hygiene*, sidan 124, (1890). (*Grundsatser för Kristen Utbildning*, sidorna 162-163.)

Ögonens Lust fördärvar Fantasin – Vi lever i en tid, då moraliskt fördärv ökar överallt. Ögonens lust och låga lidelser väcks genom att se och läsa. Hjärtat demoraliseras genom fantasin. Tankarna finner glädje i att fördjupa sig i scener, som väcker de lägsta och simplaste lidelserna. Dessa syndiga bilder, betraktade med en orenad fantasi, ödelägger moralen och får vilseledda, förblindade människor till att ge de köttliga lustarna fritt utlopp. Sedan följer synder och brottslighet, som drar människor, som skapats till Guds avbild, ned till djurens nivå och leder dem till sist till evig förtappelse.

Undvik att läsa och att se sådant som kommer att inge dig orena tankar. Utveckla de moraliska och intellektuella förmågorna. Låt inte dessa ädla krafter krympa och förvridas genom att barnen läser sagoböcker. Jag känner starka personligheter som har förlorat sin jämvikt och fått sitt sinne nästan lamslaget på grund av okontrollerad läsning. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidan 410 (1870).

Masturbering och Fantasin – När personer ger sig hän åt självmisbruk är det omöjligt att väcka deras moraliska känslor så att de uppskattar eviga saker eller känner glädje över andliga aktiviteter. Orena tankar griper och styr fantasin och fångslar sinnet och därefter uppstår en önskan om att utöva orena handlingar som är nästan omöjlig att behärska. Om sinnet uppfostrades till att betrakta de upphöjda ämnena, skulle fantasin uppfostras till att tänka på rena och heliga ting, och den skulle stärkas mot denna fruktansvärda släpphänthet, som fördärvar kropp och själ. Den skulle genom uppfostran bli van vid att hålla sig till det höga, det himmelska, det rena, det heliga. Det låga, fördärvade och avskyvärda skulle inte upplevas som tilldragande. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidan 470 (1870).

Sinnets Drömmar leder till Självpupphöjelse – I fall tankarna, sinnets drömmande, handlar om jagets stordåd, märks det på självupphöjande ord och handlingar, rena självförhålligandet. Dessa tankar medför ingen närmare vandring med Gud. De, som handlar utan närmare eftertanke, handlar oklokt. De anstränger sig ryckvis, satsar här och där, gör än det ena, än det andra, men det blir inget av det. De liknar en vinranka; om dess klängen inte tuktas och tillåts, att grena ut sig åt alla håll, griper den om allt skräp inom räckhåll; men innan vinranken blir brukbar, måste dess grepp lossas om det, som den har klamrat sig fast vid och tuktas till, att slinga sig kring det, som gör den graciös och välförmad. – *Brev 33*, 1886.

Behärska Fantiserandet! – Om du hade uppfostrat dina tankar till att uppehålla sig vid upphöjda ämnen, meditera över himmelska ting, kunde du ha utträttat mycket gott. Du kunde ha haft ett inflytande på andras tankar, så att de kunde ha vänt sina själviska tankar och sin benägenhet att älska världen in i andlighetens kanal. Om din hängivenhet och dina tankar hade underordnats Kristi vilja, skulle du kunna utträtta mycket gott. Din fantasi är sjuklig på grund av att du har låtit den löpa i en förbjuden kanal, att bli drömmande. Dagdrömmeri och romantiskt byggande av luftslopp har gjort dig oduglig att använda. Du har levt i en inbillad värld. Du har varit en inbillad martyr och inbillad kristen. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidan 251 (1869).

Håll Er borta från Satans förtrollade Mark (råd till en självupptagen familj) – Ni bör hålla er borta från Satans förtrollade mark och inte tillåta att era sinnen vacklar och leds bort från troheten mot Gud. Genom Jesus kan ni vara lyckliga och det borde ni vara. Ni borde vänja er

vid att öva självbehärskning. Till och med era tankar måste läggas under Guds vilja och era känslor måste underordnas förnuftet och religionen. Ni fick inte fantasin för att den skulle löpa iväg med er utan att hejdas. Ansträng er för att tygla den. Om era tankar är orätta blir också känslorna det. Och det är känslorna och tankarna som tillsammans utgör den moraliska karaktären. När ni bestämmer er för att tro att det inte krävs av er som kristna att ni ska tygla era tankar och känslor, kommer ni in under onda änglars inflytande och inbjuder dem att vara hos er och ta kontrollen. Om ni ger efter för era impulser och tillåter tankarna att flyta i misstänksamhetens, tvivlets och missnöjets kanaler kommer ni att vara bland de mest olyckliga människor som finns. Det kommer att visa sig att era liv är misslyckade. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidan 310 (1885).

Att se Livet, som det är – Om ni inte ser livet som det är, kastar bort de lysande, inte bilderna i er fantasi och landar på erfarenhetens sansade lärdomar, kommer ni att vakna när det är för sent. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidan 43 (1872).

Habegäret skapar inbillade Behov – Bror I:s fall är förskräckligt. Denna världen är hans gud. Han dyrkar pengar... Han behöver inte någons kritik, men däremot allas medkänsla. Hans liv har varit ett fruktansvärt misstag. Han har inbillat sig, att han saknar pengar, samtidigt som han är omgiven av överflöd. Satan har skaffat sig tillträde till hans sinne och väckt hans begär och därigenom gjort honom besatt av detta. De högre ädlare krafterna hos honom har i hög grad underordnats denna snåla, egoistiska läggning.

Hans enda hopp är att bryta Satans band och övervinna detta onda i sin karaktär. Han har försökt att göra detta sedan hans samvete påverkats, men det är inte tillräckligt. Bara detta att göra en kraftfull ansträngning och att skiljas från en mindre del av hans pengar, och då hela tiden känna att han skiljs från en del av sin själ, är inte en frukt av en sann religion.

Han måste uppfostra sitt sinne till goda gärningar. Han måste besluta sig för att motarbeta sin fallenhet att skaffa sig ägodelar. Han måste väva in goda gärningar i hela sitt liv. Han måste vårda en kärlek till att göra gott och övervinna den lilla girighet han har utvecklat. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidorna 237-238 (1869).

Fritt Fantiserande föder Vidskepelse – Jag fick se att din erfarenhet inte är pålitlig, eftersom

den är emot naturlagarna. Den är i strid med naturens oföränderliga principer. Det är övertro, min kära syster, övertro som uppstått ur en sjuklig fantasi, som får dig att strida mot vetenskap och princip. Vad av det bör du underkasta dig? Dina starka, förutfattade meningar och mycket bestämda idéer, i fråga om vilken livsföring som är bäst för dig, har länge hållit dig borta från det som är bra. Jag förstod ditt fall för många år sedan, men jag kände mig inte tillräckligt sakkunnig att ta upp det på ett så klart sätt, att du skulle se och förstå det och tillämpa det ljus som du fick. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidan 69 (1872).

Fantasisfulla Mödrar – Jag har visats mödrar som behärskas av sjuklig inbillning, en påverkan som man och barn känner av. Fönstren måste hållas stängda därför att modern känner luften. Om hon är det minsta förkyld och hon ändrar sin klädsel något, tror hon att hennes barn måste behandlas på samma sätt. Därigenom berövas hela familjen fysisk motståndskraft. Alla berörs av ett temperament och skadas fysiskt och mentalt av den sjuka inbillningen hos en kvinna, som betraktar sig själv som hela familjens bedömningsgrund...

Trots detta kommer de att hålla fast vid sitt eget sätt att handla, då de ställs inför ljus och kunskap. De drar följande slutsats: ”Har vi inte försökt detta och förstår vi det inte genom egen erfarenhet?” Men den erfarenhet, som en inbillningssjuk person med en verklighetsfrämmande fantasi har gjort, borde inte väga så tungt för någon. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidorna 524, 425 (1870).

Tämj Sinnet – Alla är fritt väljande varelser under moraliskt ansvar. Och som sådana måste de förmå tankarna, att löpa i rätt bana... Här är en stor vidd, där sinnet tryggt kan röra sig fritt. Om Satan gör försök, att avleda tankegången därifrån till det simpla och sinnliga, återta då kontrollen över den och inrikta den på det eviga; och när Herren upptäcker det beslutsamma försöket, att enbart hysa rena tankar, drar Han intellektet till Sig, likt en magnet. Sedan renar Han tankarna, och gör det möjligt för dem, att göra sig kvitt varje hemlig synd. ”Ja, vi bryter ner tankebyggnader och allt högt som reser sig upp mot kunskapen om Gud. Och vi gör varje tanke till en lydig fånge hos Kristus” (Andra Korintierbrevet 10:4-5).

Det första att uträtta för dem, som vill bättra sig, är att rengöra fantasin. Om tankarna hamnar på villospår, måste de greppas och fås till, att endast uppehålla sig kring ädla och upphöjda ämnen. När

Ni frestas till, att ge upp inför fördärvade fantasifoster, ila till nådens tron och be om styrka från Himmelen. I Guds kraft går det att begränsa fantasins verksamhet till, att koncentrera sig på sådant, som är ofläckat och himmelskt. – *Appeal to Mothers*, sidorna 29-30 (1864).

Vanor

Bibeln tillhandahåller Principer – Guds ord överflödar av allmänna principer om hur man skall grundlägga de rätta livsvanorna, och *Vittnesbörden*, både de allmänna och de personliga, avser att rikta människans uppmärksamhet på dessa principer. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidorna 663-664 (1889).

Likt ett Järnnät – Väl en vana har formats, är den stark som ett nät av järn. Du må kämpa förtvivlat emot det, men nätet brister inte. Din enda trygghet ligger i, att bygga för tid och evighet. – *Brev 117*, 1901.

Regelmässiga Vanor – Det ankommer på alla, att följa stränga regler, för att styra över vanorna. Detta är för Ert eget bästa, kära ungdomar, både fysiskt och moraliskt. När Ni stiger upp på morgonen, ta då, så långt det går, hänsyn till dagens nödvändiga arbete. Om så krävs, anteckna i ett litet häfte det, som måste göras, och bestäm en tidsgräns för detta. – *The Youth's Instructor*, den 28. januari, 1897. (*Evangelisation*, sidan 562.)

Regelmässiga Vanor förbättrar Hälsan – Vår Gud är en ordningens Gud, och Han önskar, att Hans barn frivilligt skall underställa sig Hans disciplin. Vore det därför inte bättre, att frångå vanan, att vända natt till dag och morgonens fräscha stunder till natt? Om de unga bara ville grundlägga regelbundna och ordningsamma vanor, skulle de bli stärkta till hälsa, ande, minne och lynne. – *The Youth's Instructor*, den 28. januari, 1897.

Avlägsna Orsaken till Sjukdom – Riktiga och uppbyggliga vanor, förnuftigt och ihärdigt utövade, avlägsnar orsaken till sjukdom, och då behövs det inga starka mediciner. Många tar det ena steget efter det andra på de onaturliga eftergifternas område, varigenom ett onaturligt sakernas tillstånd också uppstår. – *Manuskript 22*, 1887. (*Medical Ministry*, sidan 222).

Sunda Vanor gynnar Hälsan – Hälsan kan uppnås genom en rätt livsstil och göras möjlig genom att ge ränta i avkastning och genom ränta på räntorna. Men detta kapital, som är dyrbarare än några tillgångar på banken, kan offras genom omåttlighet i mat och dryck, eller genom att tillåta organen att vara passiva. Det är inte tillåtet att skämma bort sig. Slöhet måste övervinnas. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidan 408 (1880).

Vanor, som försvagar de högre Förmågorna – Varje vana, som inte gynnar hälsosamma funktioner hos den mänskliga organismen, försvagar de högre och ädlare förmågorna. Felaktiga mat- och dryckesvanor medför felaktiga tankar och gärningar. – *The Review and Herald*, den 25. januari, 1881. (*Counsels on Health*, sidan 67.)

Att övervinna invanda Levnadsvanor – Invanda levnadsvanor och tankar måste i många fall övervinnas, innan vi kan växa till i vårt religiösa liv. – *The Review and Herald*, June 21, 1887. (*Grundsatser för Kristen Utbildning*, 118.)

Svårt, att sluta med felaktiga Vanor (råd till en direktör) – Det kommer nu att bli svårt för dig att göra de förändringar som Gud kräver att du skall göra, eftersom det var svårt för dig att handla punktligt och snabbt när du var ung. När karaktären formas, vanorna bestäms och de mentala och moraliska anlagen har blivit fasta, är det svårast att överge felaktiga vanor till att bli snabbare.

Du borde inse värdet av tid. Du har ingen ursäkt för att glömma det viktigaste, även om arbetet är otrevligt och du hoppas bli fri från det, eller för att du tror att det skall bli mindre obehagligt, så länge du använder din tid på behagliga saker som inte är så betungande. Du bör först utföra det arbete som skall göras och som har med Guds verks livsviktiga intressen att göra och bara ta itu med mindre viktiga saker sedan det viktiga har gjorts.

Punktlighet och beslutsamhet i Guds verk och uppdrag är ytterst viktig. Att skjuta upp saker och ting är i själva verket ett nederlag. Minuterna är guld och bör användas på allra bästa sätt. Jordiska omständigheter och personliga intressen bör alltid komma i andra hand. Guds verk borde aldrig lämnas att lida skada i någon enda detalj på grund av våra jordiska vänner eller käraste släktingar. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidorna 499-500 (1875).

Nedärvda och uppammade Böjelser blir till Vanor – Judas' stora och uppammade böjelse för det onda var habegäret. Och genom övning blev detta till en vana, som färgade alla hans affärer. Kristuslika principer om ärlighet och rättvisa sköts åt sidan vid hans säljande och köpande. Hans ekonomiska vanor utvecklades till gnidighet och blev till en snara, som kom att innebära hans fall. Vinst var för honom tecknet på en äkta religiös erfarenhet, och all verklig rättfärdighet måste ge vika för denna. Samtidigt som han fortsatte som lärjunge till det yttre, lade han beslag på medel tillhöriga Herrens skattkista, trots att han befann sig i Kristi personliga närvaro. – *Manuskript* 28, 1897.

Vanor avgör ens Framtid – Vi måste komma ihåg, att unga formar vanor som i nio fall av tio kommer att avgöra deras framtid. Påverkan från den grupp de tillhör, den förening de formar och de principer de gör till sina, kommer att följa dem genom hela livet. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidan 426 (1880).

Dåliga Vanor uppkommer lättare, än goda – Barn är särskilt mottagliga för intryck; och lärdomarna de får under sina tidiga år, bär de med sig livet ut. All lärdom de må vinna, undanröjer aldrig det onda, som kommer sig av en släpphänt uppfostran i barndomen. En försummelse, ofta upprepad, blir till en vana. En galen handling krattar manegen för nästa. När den handlingen upprepas, blir den till en vana.

Dåliga vanor uppstår lättare, än goda, och läggs åt sidan med större svårigheter. Det tar betydligt mindre tid och arbete, för att ödelägga ett barns lynne, än det tar, för att inpränta goda principer och rättfärdiga vanor på själens tavlor. Det är bara genom att ständigt vara vaksam och motarbeta det felaktiga, som vi kan rätta till dess läggning.

Herren kommer att vara med Er, mödrar, när Ni anstränger Er för, att bidra till sunda vanor hos Era barn. Dock måste Ni inleda fostran tidigt, eljest kommer Ert framtida arbete att bli ytterst vanskligt. Undervisa dem rad för rad, föreskrift efter föreskrift, litet grand här och litet grand där. Håll i minnet, att Era barn tillhör Gud och skall bli Hans söner och döttrar. Hans avsikt är, att familjerna på jorden skall vara bilder på familjen i himmelen. – *The Review and Herald*, den 5. december, 1899.

Vanor ändras sällan – Upprepade handlingar av visst slag blir till vanor. Längre fram i livet går dessa att förändras med hård ansträngning, men

blir sällan ändrade. – *Good Health*, januari, 1880. (*Child Guidance*, sidorna 199-200.)

Angrepp på felaktiga Vanor gör ringa Nytt – Det tjänar inte mycket till att försöka reformera andra genom att angripa det vi anser vara dåliga vanor. Detta gör ofta mer skada än nytta.

När Jesus samtalade med den samaritiska kvinnan talade han inte nedvärderande om Jakobs brunn, utan presenterade i stället något som var bättre. ”Om du kände till Guds gåva och vem det är som säger till dig: Ge mig att dricka, då skulle du ha bitt honom, och han skulle ha gett dig levande vatten.” Joh 4:10. Han ledde in samtalet på den skatt som han ville ge henne, och erbjöd kvinnan något bättre än det hon ägde, nämligen levande vatten, evangeliets glädje och hopp. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 124 (1905).

Försök till Förbättring stammar från en Önskan om, att göra rätt – Det är sant att vi ibland blygs över vår ogudaktighet. Vi överger några av våra onda vanor, innan vi blir medvetna om att vi dras till Kristus. Men närhelst vi försöker reformera vårt liv på grund av en uppriktig önskan att göra det som är rätt, är det Kristi kraft som verkar i oss. Ett inflytande som vi inte själva vet om, verkar på vår själ, samvetet väcks, och en förändring till det yttre sker i vårt liv. Och när Jesus drar oss till korset, så att vi får se honom som blivit plågad för våra synders skull, börjar hans vilja påverka våra samveten. Vårt orättfärdiga liv och våra i hjärtat djupt rotade synder uppenbaras för oss. Vi börjar fatta något av Kristi rättfärdighet och utropar: ”Orättfärdigheten måste vara allvarligare än jag förstått, då den fordrar ett sådant offer för syndarens återlösning! Var all denna kärlek, allt detta lidande, all denna förödmjukelse nödvändig, för att vi inte skulle förgås, utan få evigt liv?” – *Vägen till Kristus*, sidan 23 (1892).

Fula Ovanor skall besegras – Genom att vi ser Herrens härlighet i en gåtfull spegelbild, är det faktiskt meningen, att vi skall förvandlas till Hans likhet, från den ena härligheten till den andra, genom Herrens Ande. Vi väntar oss för litet, och därför belönas vi också enligt vår tro. Vi skall icke klamra oss fast vid våra egna vägar, våra egna planer, våra egna uppfattningar; vi skall förvandlas genom våra sinnens förnyelse, så att vi kan finna ut, ”vad som är Guds vilja, det som är gott och fullkomligt och som behagar honom.” {Romarbrevet 12:2.} Skötesynder skall betvingas och fula ovanor besegras. Felaktiga läggningar och känslor skall utrotas och heliga temperament

samt känslor födas i oss av Guds Ande. – *Brev 57*, 1887.

Dåliga vanor kommer, när de bekämpas, att göra det mest livskraftiga motstånd, men om striden utkämpas med kraft och uthållighet, kan de övervinnas. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidan 655 (1881).

Kristi Nåd avskaffar de onda Vanornas Träldom – Människan behöver förstå att bara om hon tar emot Kristi nåd, kan hon få del av lydnadens fulla välsignelse. Det är hans nåd som ger oss kraft att lyda Guds lagar. Det är den som hjälper oss att bryta oss loss från onda vanor. Det är den enda kraft som kan göra oss orubbliga och hålla oss kvar på den rätta vägen. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 84 (1905).

Genom Kristi kraft har människor brutit de syndiga vanornas kedja. De har av sagt sig själviskheten. Den som hädat har börjat visa aktning för heliga ting. Den som använt alkohol har blivit nykter. Den som levt ett lastbart liv lever nu i överensstämmelse med kristen etik. Människor som har varit Satans avbilder har blivit förvandlade till Guds avbilder. – *Löftestiden*, sidan 445 (1911).

Det kan bli till en Vana, att tänka och handla rätt – Det enda trygga för alla är att tänka rätt. Som människan tänker, sådan är hon. Förmågan till självbehärskning stärks genom övning. Det som först verkar svårt blir lättare efter ständigt upprepning, tills rätta tankar och handlingar blir en vana. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 431 (1905).

Lathet

Skyldighet, att utveckla Intellectet till det Yttersta – Gud vill att vi tränar våra mentala förmågor. I hans plan ingår att hans tjänare ska ha större intelligens och en skarpare urskilningsförmåga än den världsliga människan. Han är dessutom missnöjd med dem som är oförsiktiga eller för lata för att kunna vara effektiva, välinformerade tjänare. Gud vädjar till oss att älska honom av hela vårt hjärta, med hela vår själ och all vår styrka och hela vårt förstånd. Detta gör att vi är pliktiga att utveckla vårt intellekt till oinskränkt kapacitet, så att vi lär känna vår Skapare med hela vårt jag. – *Såningsmannen*, sidan 333 (1900).

Människan finner Nöje i sitt Arbete – I form av Guds verk i Eden hade Adam ämnen för begrundan. Eden utgjorde ett himmelrike i miniatyr. Gud gjorde inte människan bara för att hon skulle begrunda Hans storartade verk; alltså gav Han henne händer för arbete, liksom ett sinne och hjärta för begrundan. I fall människans lycka skulle ha bestått i sysslolöshet, skulle Skaparen inte ha gett Adam hans fastställda arbete. Människan skulle finna nöje i sitt arbete, liksom i begrundan. – *The Review and Herald*, den 24. februari, 1874. (*SDA Bibelkommentar*, Band 1, sidan 1082.)

Lättja den största Förbannelsen – Bibeln uppmuntrar inte på något sätt till lättja, vilket är den största förbannelse som drabbat vår värld. – *Såningsmannen*, sidan 280 (1900).

Uträtta glatt Dagens Sysslor – Rikedomar och lättja betraktas av en del som sanna välsignelser; men de, som alltid sysslar med något och som glatt utför sina dagliga uppgifter, är lyckligast och har bäst hälsa. Den hälsosamma trötthet, som kommer av regelbundet arbete, säkrar åt dem fördelarna med uppfriskande sömn. Den uttalade domen, att mannen måste slita i sitt anletes svett för sitt dagliga bröd, liksom löftet om framtida lycka och härlighet – båda kom från samma tron, och båda är välsignelser. – *The Youth's Instructor*, den 5. december, 1901. (*My Life Today*, sidan 168.)

Lycka genom Fullgörandet av bestämda Plikter – Verklig lycka kan man bara finna, genom att vara god och göra gott. De som trofast fullgör sina bestämda plikter upplever den renaste och högsta glädje. Inget ärligt arbete är förnedrande. Det är simpel slöhet som får människor att se ned på vardagslivets enkla plikter. – *The Youth's Instructor*, den 5. december, 1901. (*My Life Today*, sidan 168.)

Fritid kan bringa Dysterhet – Dystra känslor är ofta frukten av överdrivet mycket fritid. Sysslolöshet ger en tid till, att grubbla över inbillade sorger. Många, som inte är utsatta för verkliga prövningar eller svårigheter i nutiden, tar ut dem i förskott. Om dessa personer skulle försöka, att lätta andras bördor, skulle de glömma bort sina egna. Energiskt arbete, som skulle väcka både mentala och fysiska krafter till liv, skulle visa sig vara en oskattbar välsignelse för sinne och kropp. – *The Signs of the Times*, den 15. juni, 1882.

Utveckla Karaktären – Tro aldrig att du har lärt dig tillräckligt, och att du nu kan slappna av.

Människan bedöms efter sin bildning. Din utbildning bör fortsätta hela livet. Lär dig något varje dag och omsätt din kunskap i praktiken så att den blir till nytta. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 439 (1905).

Sinnet skall vänjas vid, att inte bry sig så mycket om sig självt – Sinnet bör lära sig, att glömma bort sig självt, och i stället koncentrera sig på ämnen, som är upphöjda och förädlande. Slösa inte bort livets dyrbara timmar på drömmeri om något storslaget verk, som skall utträttas i framtiden, samtidigt som nuets små plikter försummas. – *The Signs of the Times*, den 15. juni, 1882.

Sysslolöshet skadlig för Hälsan – Krymplingar bör inte försvinna in i ett tillstånd av sysslolöshet. Annars riskerar de hälsan. Viljekraften måste komma till bruk; motvilja till arbete och fruktan för allt ansvar måste besegras. De kommer aldrig att återvinna hälsan, förrän de har skakat av sig detta håglösa, drömmande sinness tillstånd och tagit sig i kragen, för att verka. – *The Signs of the Times*, den 15. juni, 1882.

För makliga, för att använda sina Förmågor – De som är för makliga för att erkänna sitt ansvar och använda sina förmågor, kommer inte att få Guds välsignelse. De förmågor som de hade kommer att tas ifrån dem och ges till aktiva, ivriga tjänare, som ökar sina talenter genom att ständigt använda dem. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidorna 458-459 (1880).

Regelbundet Arbete väsentligt för Framgång – Somliga unga män tror, att om de slår dank hela livet, skulle de bli de lyckligaste människor. De uppammar avsky för flitigt arbete. De avundas de nöjeslystna, som viger livet åt förströelse och skoj... Dylika tankar och handlingar utmynnar i olycka och hjärtesmärtor. Frånvaron av sysslor har sänkt mången ung man ned i undergångens grop.

Regelbundet arbete är väsentligt för varje ung persons framgång. Gud kunde inte ha slungat ur Sig en värre förbannelse över män och kvinnor, än att döma dem till ett liv i sysslolöshet. Lojhet ödelägger själ och kropp. Hjärtat, den moraliska karaktären och de fysiska energierna försvagas. Intelletet blir lidande, och så öppnas hjärtat för frestelse likt en fordonsfri aveny, så att personen försvinner in i allt slags ogudaktighet. En oföretagsam person frestar Djävulen till, att fresta honom. – *Manuskript 2*, 1871. (*Our High Calling*, sidan 222.)

Slöa Vanors Härnadståg (råd till föräldrar) – Ni har varit blinda för den makt som fienden hade över era barn. Hushållsarbete, även så att de blir trötta, kommer inte att skada dem en femtedel så mycket som slöa vanor har gjort. De kunde ha undgått många faror om de hade blivit undervisade tidigare om att använda sin tid till nyttigt arbete. De skulle inte ha dragit på sig en så rastlös natur, en så stor önskan om omväxling och om att komma in i sällskapslivet. De kunde ha undgått många frestelser till fåfänga och onyttiga nöjen, lättfärdig läsning, tomt snack och struntprat. Deras tid skulle ha använts på ett mer tillfredsställande sätt och utan att de hade frestats till sällskap med det motsatta könet och med dåliga ursäkter inför sig själva. Fåfänga och tillgjordhet, onyttiga och direkt synd har varit följderna av denna lättja. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidorna 97-98 (1876).

Ansträng varje Muskel – Människan tilldelas sin roll i den hårda kampen om evigt bestående liv; hon måste reagera på den Helige Andes vädjanden. Det krävs kamp, för att bryta sig fri ifrån mörkrets makter, och Anden verkar i henne mot detta mål. Dock är människan inget passivt väsen, som går att frälsa i slöhet. Hon uppmanas till, att spänna varje muskel och använda sig av varje förmåga i striden för odödlighet; men det är Gud, som tillhandahåller verkningskraften.

Ingen person går att frälsa i likgiltighet. Herren manar oss: ”Kämpa för att komma in genom den trånga porten. Ty många, säger jag er, skall försöka komma in men inte kunna det” (Lukasevangeliet 13:24). ”Ty den port är vid, och den väg är bred som leder till fördärvet, och det är många som går fram på den. Och den port är trång, och den väg är smal som leder till livet, och det är få som finner den” (Matteusevangeliet 7:13-14). – *Manuskript* 16, 1896.

Känslomässiga Behov

[*Se Sektion V, ”Livets Kraftkälla” och sektion XI, ”Känslomässiga Bekymmer”*]

Existensberättigande – Gud verkar med kärlek. Han har omgett dig med allt det vackra för att du skall förstå att meningen med ditt liv här på jorden inte bara är att slita och släpa för brödfödan. Avsikten är också att du, precis som blommorna lyser upp, skall sprida gudomligt ljus och kärlek

till dina medmänniskor och göra dem glada. – *Men Jag säger...*, sidan 103 (1896).

Kärleken tillfredsställer ens inte Behov – Kärleken är det som måste styra det praktiska kristenlivet. Både i himlen och på jorden drivs Guds styressätt av kärlek, och det ska också den kristna karaktären grunda sig på. Det finns inget annat som kan få människan att bli orubblig. Bara kärleken kan få henne att stå emot prövningar och frestelser. – *Såningsmannen*, sidan 28 (1900).

Uppamma Kärlek – Kärlek till Gud och varandra skall uppammas, ty den är lika dyrbar som guld. Nu behöver vi på allra bästa sätt framställa den rena och ofläckade trons natur. Både till art och till krav är den raka motsatsen till själviskhet. Kärlek lik den, som Kristus gav prov på, är ojämförlig; dess värde överstiger guld, silver och ädelstenar. Kärleken, som Kristus ägde, skall vi be om och söka efter. En kristen ägare därav har en karaktär, som tål tidens tand. – *Brev* 335, 1905.

Alla behöver Kärlek – Orsaken till att det finns så många hårdhärtade människor i världen i dag, är att sann tillgivenhet betraktas som svaghet och därför undertrycks och motarbetas. Något av det allra finaste hos dessa människor har blivit förkrympt redan i barndomen och om de gudomliga ljusstrålarna inte får smälta kall och hårdhärtad själviskhet, kommer den djupa tillfredsställelsen att försvinna för alltid. Om vi vill bli godhjärtade som Jesus, då Han gick omkring på jorden, och hysa en helgad medkänsla på samma sätt som änglarna mot syndiga människor, måste vi utveckla barnets bästa egenskaper, som är det enkla och omedelbara. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidan 539 (1875).

Ur Hjärtat skall Kärlek välla upp – Varken bror eller syster K har någon erfarenhet av att uppoffra sig för sanningen, vara rika på goda gärningar och samla sig skatter i himlen. Deras sympati, omsorg och tålmod har inte satts på prov av några beroende, kärleksfulla barn. De har rådgjort med sin egen självupptagna bekvämlighet. Deras hjärtan har inte varit något källsprång som sänder ut levande strömmar av ömhet och hängivenhet. Genom att välsigna andra med vänliga, kärleksfulla ord och barmhärtiga och välgörande gärningar, kommer de själva att kunna märka en välsignelse. De har varit för inskränkta inom de områden där de gjort nytta. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidorna 649-650 (1871).

Kärlek till Jaget skingrar Friden – Det som tar bort friden för oss är vår önskan att vara något speciellt, att visa oss duktiga. Så länge vi tänker på det sättet måste vi hela tiden vara på vår vakt för att försvara oss. Men när vi har låtit sådan jagiskhet dö bort och förenat vårt liv med Jesus Kristus behöver vi inte ta åt oss om vi blir förbigångna eller misskrediterade. Om någon retar oss kan våra öron vara döva för det och när någon handlar illa mot oss har vi råd att inte låtsas om det. Kärleken är tålmodig och god. Kärleken är inte stridslysten, inte skrytsam och inte uppblåst. Den är inte utmanande, inte självisk, den brusar inte upp, den vill ingen något ont. Den finner inte glädje i orätten, men gläds med sanningen. Allt bär den, allt tror den, allt hoppas den, allt ut hårdar den. Kärleken upphör aldrig (1 Kor 13:4-8). – *Men Jag säger...*, sidan 25 (1896).

På rätt Tänkande vilar vår Trygghet – Vi bör alltid komma ihåg vilken förädlade kraft det ligger i rena tankar. Det enda trygga för alla är att tänka rätt. Som människan tänker, sådan är hon. Förmågan till självbehärskning stärks genom övning. Det som först verkar svårt blir lättare efter ständig upprepning, tills rätta tankar och handlingar blir en vana. Om vi vill, kan vi vända oss bort från allt som är tarvligt och lågt och höja oss till en högre nivå, och bli respekterade av människor och älskade av Gud. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 431 (1905).

Brist på Tillgivenhet gör, att man urartar – Genom att hänvisa israeliterna till kananéernas styggelser, framställde Herren för dem, vilka följer umgänget med onda andar förde med sig; ty kananéerna var kärlekslösa, avgudadyrkare, äktenskapsbrytare, mördare, samt hängivna åt allehanda onda böjelser och avskyvärda bruk. – *Patriarker och Profeter*, sidan 748 (1890).

Elakhetens Frukt är Döden [Se Kapitel 57, "Hat och Hämnd".] – Hat och hämndlystnad uppstod hos Satan och ledde honom till slut att ta Guds Sons liv. Den som är elak och ovänlig i sitt sinne är inne på samma dödens spår. Onda tankar föder onda gärningar precis som ogräs växer upp ur ogräsfrön. "Den som hatar sin broder är en mördare, och ni vet att ingen mördare bär evigt liv inom sig" (1 Joh 3:15). – *Men Jag säger...*, sidan 64 (1896).

Behovet av Sällskap – Många skulle kunna hållas borta från syndig påverkan, om de var omgivna av gott sällskap och om vänliga och kärleksfulla ord talades till dem. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidan 364 (1879).

Naturligt, att söka Kamratskap – Det är naturligt att söka kamratskap. Varenda en kommer att finna kamrater eller skaffa sig sådana. Och det inflytande som vänner utövar på varandra på gott eller ont, står i proportion till vänskapens styrka. Alla har vi människor omkring oss som påverkas av eller påverkar andra.

Hemlighetsfullt är det band som binder människohjärtan tillsammans, så att två människors känslor, smak, och principer går upp i varandra. Den ene upptar den andres idéer och kopierar hans handlingssätt och uppförande. På samma sätt som lacket återger stämpelns prägling, så återger sinnet medarbetarens eller vänners intryck. Inflytandet kan vara omedvetet, men inte desto mindre kraftigt. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidan 587 (1881).

Människan skapad för Umgänge – Herren danade människan för umgänge, och Han avser, att vi skall äga Kristi vänliga, kärleksfulla natur och att vi genom umgänge skall fogas samman i ett nära förhållande som Guds barn, varvid vi utträttar verk för tid och evighet. – *Brev 26a*, 1889. (*Medical Ministry*, sidorna 48-49).

Kamratskapen ödeläggs av Stolthet – De [Kristi fiender] såg att många var starkt påverkade av de klara och rättframma sanningar han kom med... Jesus hotade den privilegierade ställning som de åtnjöt bland folket och som de var så stolta över. Skulle det här få fortsätta, så skulle Jesus snart få folkmassorna över på sin sida. Därför bevakade de honom med stor fientlighet. De försökte hela tiden finna något som de kunde använda för att vända opinionen emot honom och sedan också få Sanhedrin, det judiska Stora rådet, att döma honom till döden. – *Men Jag säger...*, sidan 47 (1896).

Umgänge och Karaktär – Det är så sant, som det är sagt: "Om Du berättar för mig om Ditt umgänge, skall jag berätta för Dig om Din karaktär." Ungdomen inser inte, hur påtagligt både deras karaktär och deras rykte påverkas av deras val av vänner. De brukar bli vänner med dem, vars smak och vanor samt handlingar de delar.

Han, som föredrar umgänge med de okunniga och elaka framför de kloka och goda, visar upp brister hos den egna karaktären. Till en början kan hans smak och vanor i allt skilja sig från deras, vars umgänge han söker, men i takt med, att han bebländar sig med denna klass, ändras hans tankar och känslor; han offerar sunda principer och sjunker omärkligt men oundvikligt till samma

nivå som sina vänner. Liksom ett vattendrag alltid suger åt sig mineralerna från marken det flyter igenom, färgas de ungas grundsatser och vanor alltid av egenskaperna hos dem, som de umgås med. – *Counsels to Parents, Teachers, and Students*, sidan 221 (1913).

Ett Umgänge, som var och en borde omhulda – Gud har förenat oss med varandra som medlemmar i en familj och detta förhållande måste var och en värna om. Det finns tjänster som passar andra, som vi inte kan bortse från och fortfarande hålla Guds bud. Att leva, tänka och handla endast för självet är att bli obrukbar som Guds tjänare. Högtstående titlar och stora talenter är inte nödvändiga för att vara goda medborgare eller exemplariska kristna. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidorna 339-340 (1879).

Förenande Band – Det ömmaste jordiska bandet är det mellan en mor och hennes barn. Barnet präglas lättare av moderns liv och exempel än av fadern, eftersom ett starkare och ömmare band förenar dem. Modern har ett tungt ansvar. Om jag kunde inpränta hos dem vad de kan göra för att forma sina barns hjärtan skulle jag vara lycklig. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidan 536 (1870).

Kristus är den bästa Vännen – Vårt umgänge är ytterst betydelsefullt. Vi kan ingå många vänskaper, som är behagliga och nyttiga, men ingen är så värdefull som den, varigenom den begränsade människan sätts i samband med den obegränsade Guden. När denna förening är uppnådd, bor Kristi ord i oss... Följden blir ett renat hjärta, ett förtänksamt leverne, och en felfri karaktär. Men det är bara genom bekantskap och förbund med Kristus, som vi blir lika Honom, det enda Felfria Exemplet. – *The Signs of the Times*, den 10. september, 1885. (*My Life Today*, sidan 190.)

Lugnande för Sinnet och fridfullt för Själens – En läkare, som visar sig vara värdig som chefsläkare på ett hälsohem, utträttar ett storslaget arbete. Emellertid skall alltid hans arbete på det religiösa området vara sådant, att det gudomliga botemedlet till fromma för av synd nedtyngda själar framhålls för patienterna. Alla läkare bör ha klart för sig, att sådant arbete skall utföras med ömsinhet och klokhet. På våra institutioner, dit mentalpatienter skickas för behandling, utgör ofta sanningens tröstande ord talade till den anfäktade medlet för sinnets lugnande och återställandet av själens frid. – *Brev 20*, 1902. (*Medical Ministry*, sidan 189.)

En Gåva från Gud – Alla goda impulser och strävanden är gåvor från Gud. Tron får liv av Gud och det livet är det enda som verkligen kan växa och vara effektivt. – *Vägen till Mognad*, sidan 273 (1903).

Den invärtes Tillfredsställelsen över, att tro och göra det Rätta – Satan avskyr Guds rikes princip om osjälviskhet. Han förnekar att den över huvud taget finns. Ända sedan början av den stora striden har han försökt bevisa att principerna i Guds sätt att handla är själviska, och han behandlar alla som tjänar Gud likadant. Jesus och alla de som bär hans namn har till uppgift att bevisa att Satans krav är oriktiga.

Jesus kom för att som människa med sitt liv visa osjälviskhet. Alla som accepterar den principen om oegennyttia kommer att arbeta tillsammans med honom för att visa den i sitt vardagsliv. Att välja det rätta därför att det är rätt, att stå för det sanna när priset är lidande och offer, ”detta är Herrens tjänares arvedel, den rätt de skall få av mig, säger Herren.” Jes 54:17. – *Vägen till Mognad*, sidorna 154-155 (1903).

Världen är Tack skyldig Guds Lag för Tillit och Samarbete – Det är de principerna som gör att vi kan känna trygghet både i fråga om det vi äger och om vårt liv. Det är tack vare Guds lag som tillit och samarbete är möjligt. Den lagen finns i hans ord och vi märker den i vårt inre, även om den ofta är otydlig och nästan utplånad. – *Vägen till Mognad*, sidan 154 (1903).

Levande Framgång kontra Pengar – När vi sörjer för att ha rätt förhållande till Gud, kommer vi att ha framgång var vi än går. Och det är framgång vi önskar, inte pengar – en levande framgång. Gud kommer att ge oss den, eftersom han känner till allt som hör ihop med vår självförnekelse. Han vet om varje offer vi har gjort. Du kan ha den tanken att din självförnekelse inte betyder något till eller från, att du borde visas större erkännande. Men den betyder mycket för Herren.

Ständigt på nytt har jag visats att när enskilda personer börjar sträcka sig efter högre och högre lön, kommer något in i deras erfarenhet och placerar dem i en ofördelaktig ställning. Men när de tar emot en lön som klart visar det faktum att de är självpoffrande, ser Herren deras självförnekelse, och han ger dem framgång och seger. Detta har framställts för mig om och om igen. Herren som ser i det fördolda, kommer öppet att belöna varje offer som hans prövade tjänare

har varit villig att göra. – *Manuskript* 12, 1913. (*Utvalda Budskap*, Band 2, sidan 180.)

Ingen Säkerhet i Rikedomar – Många tror sig finna säkerhet i jordiska rikedomar. Men Kristus söker, att avlägsna det sandkorn från ögat, som grumlar synförmågan, och gör det således möjligt för dem, att se den långt rikare och eviga härligheten. De tar fel och tror, att skuggor är verkligheten och har förlorat den eviga världens härlighet ur sikte. Kristus kallar dem till, att skåda ut över det närvarande och få in evigheten innanför synfältet. – *Brev* 264, 1903. (*Guds Söner och Döttrar*, den 28. augusti.)

Beroende på Gud innebär verklig Trygghet – Satan är väl medveten om att den svagaste människa, som förblir i Kristus, är starkare än mörkrets härskare, och att Satan, om han framträder öppet, skulle möta motstånd. Därför lockar han korsets soldater bort från deras starka fästningar, medan han ligger i bakhåll med sina styrkor, färdig att förgöra alla som vågar sig in på hans mark. Bara när vi ödmjukt överlåter oss åt Gud, och lyder alla hans bud, kan vi känna oss trygga. – *Den Stora Striden*, sidan 457 (1888).

Gud erbjuder Trygghet – Gud vill att vi ska välja det himmelska före det jordiska och öppnar på det sättet möjligheten för oss att investera i det himmelska. Han uppmuntrar våra ädlaste mål och ger trygghet för våra mest värderade skatter. Han säger: ”Jag skall göra en man mer sällsynt än fint guld, en människa mer sällsynt än guld från Ofir.” Jes 13:12. De rikedomar som malen äter upp och det som rosten fördärvar kommer snabbt att försvinna. Sedan kan Kristi efterföljare glädja sig över sina oförgängliga himmelska skatter. – *Såningsmannen*, sidan 310 (1900).

Sanningens helgande Inflytande – Den enda säkerheten för varje själ består i rätt tänkande. Det är meningen, att vi skall använda oss av varje hjälpmedel, som Gud har ställt till vårt förfogande, för att styra och förädla våra tankar. Vi skall försätta våra sinnen i samklang med Hans sinne. Hans sanning kommer att helga oss, till kropp och själ samt ande, och då kommer vi att kunna häva oss över varje frestelse. Orden vi talar, kommer att vara visdomens ord. – *Brev* 123, 1904.

När Sanningen tillämpas, blir Hälsan bättre – När människor, som har rättat sig efter felaktiga vanor och syndigt leverne, rättar sig efter den gudomliga sanningens kraft och makt, vederkvicker tillämpningen av sanningen på hjärtat deras moraliska krafter, vilka har verkat

vara förlamade. Mottagarna därav mottar därigenom starkare, klarare förståelse, än innan de hade fäst sina själar vid den Eviga Klippan. Även deras kroppshälsa förbättras genom insikten om tryggheten i Kristus. Guds särskilda välsignelse, som vilar på mottagarna, är i sig själv hälsa och styrka. – *Christian Temperance and Bible Hygiene*, sidan 13 (1890). (*Temperance*, sidan 108.)

Befrielse från Skuldkänslor – Den lame fann helande för både kropp och själ hos Kristus. Han behövde bli själsligt frisk innan han kunde uppskatta fysisk hälsa. Innan Kristus kunde bota den kroppsliga sjukdomen, måste han ge lindring åt sinnet och rena själen från synd. Det finns en lärdom här som vi inte får gå förbi. I vår tid finns det tusentals människor som lider av fysiska sjukdomar och liksom den lame längtar efter att få höra orden: ”Dina synder är förlättna.” Syndens börda med sin oro och sina otillfredsställda begär har lagt grunden till deras sjukdomar. De kan inte få någon befrielse förrän de kommer till honom som kan bota själen. Den frid som bara han kan ge skulle återställa de mentala krafterna och ge kroppen hälsa. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 56 (1905).

Kraft för Dagen, som stundar – Änglar, som önskar att uträtta det för Er, som Ni inte själva kan utföra, väntar på Er medverkan. De väntar på, att Ni skall besvara Kristi kall. Håll Er nära Gud och till varandra. Låt Guds vilja bli Er genom Era önskningar, genom stilla bön och genom att stå emot Satans inverkan. När Ni besjålas av denna enda önskan, att stå emot Djävulen, och uppriktigt ber: ”inled oss icke i frestelse” {Matteusevangeliet 6:13}, kommer Ni att få kraft till dagens gärning. Det är de himmelska änglarnas uppgift, att komma nära de prövade, de frestade och de lidande.

De arbetar länge och oförtröttligt, för att frälsa de själar, för vilkas skull Kristus dog. – *The Review and Herald*, den 4. juli, 1899. (*Guds Söner och Döttrar*, den 30. januari.)

Läggning

Olika Läggningar – I vårt umgänge med varandra skall vi komma ihåg att alla inte har samma talanger eller samma natur. Medarbetare skiljer sig från varandra när det gäller planer och tankegångar. Det är nödvändigt att de olika gåvorna kombineras, för att arbetet skall lyckas.

Låt oss komma ihåg att somliga kan fungera bättre på vissa positioner än andra kan. Den medarbetare som har fått taktkänsla och förmåga så att han kan utträtta ett särskilt slags arbete borde inte kritisera andra, för att inte kunna göra det som han kanske kan göra snabbt. Är det ingenting som hans kollegor kan göra mycket bättre än han själv? – *Brev 116, 1903 (Evangelisation, sidan 103.)*

Olik Läggnig, olik Synsätt – Allt umgänge ställer krav på självbehärskning, fördragsamhet och sympati. Vi har så olika temperament, vanor och utbildning att vårt sätt att se på saker och ting varierar. Vi bedömer saker olika. Vår förståelse av sanningen, och vår uppfattning om hur man skall leva, är inte i alla avseenden lika. Det finns inte två människor som har exakt samma erfarenheter. Den enes prövningar är inte den andres prövningar. Plikter som den ene tycker är lätta är mycket svåra och invecklade för den andre. – *Hälsa för Hela Människan, sidan 423 (1905).*

Olika Läggningar i samma Familj – Tydliga skillnader till läggning och sinnesart förekommer ofta i samma familj, ty det ingår i Guds plan, att personer av olika temperament skall bo tillsammans. När det nu är fallet, bör varje medlem av hushållet noga respektera de andras känslor och rättigheter. Med det menas, att ömsesidigt hänsynstagande och förbarmande uppammas, fördomar dämpas och oslipade delar hos karaktären rättas till. Harmoni säkras, och sammansmältandet av de olika temperamenten kan bli till allas välsignelse. – *The Signs of the Times, den 9. september, 1886 (Child Guidance, sidan 205.)*

Föräldrarna efterlämnar i Arv sin Läggnig – Föräldrarna efterlämnar i arv sina andliga och fysiska egenskaper, sina böjelser och begär till sina barn. På grund av föräldrarnas slarviga levnad, ärver barnen ofta en svag kropp och saknar andlig och moralisk kraft. – *Patriarker och Profeter, sidan 607 (1890).*

Nedärvda Läggningar – Gud vill, att vi skall hjälpa varandra, genom att visa medlidande och osjälvisk kärlek. Det finns sådana, som ärvt utmärkande temperament och läggningar. De kan vara svåra att ha att göra med; men är vi själva felfria? Vi får inte göra dem missmodiga. Vi skall inte tala vitt och brett om deras misstag. Kristus tycker synd om och hjälper dem, som brister i omdöme. Han led döden för varje människa, och därför går Hans uttalade intresse för varje person riktigt på djupet. – *Vittnesbörd för Församlingen, Band 9, sidan 222 (1909).*

Att övergå till en behaglig Läggnig – ”Vaka och be” är en i Skriften ofta upprepad förmaning. Kännetecknandet för livet åt dem, som lyder förmaningen, är en underström av lycka, som välsignar alla, som de förs i beröring med. De, som är sura och elaka till läggningen, blir positiva och fridsamma; de, som är stolta, blir ödmjuka och anspråkslösa. – *Counsels to Parents, Teachers, and Students, sidan 293 (1913).*

Regelbundenhet och Ordning förbättrar Läggningen – Om de unga bara ville lägga sig till med regelbundna och ordningsamma vanor, skulle deras hälsa, andar, minne och läggningar förbättras. – *The Youth's Instructor, den 28. januari, 1897. (Child Guidance, sidan 112.)*

Det går att ända sin Läggnig – Det är i nåd, som Herren visar människorna deras dolda fel. Han önskar, att de självkritiskt skall granska de invecklade känslorna och drivkrafterna hos sina hjärtan och uppdaga det, som är felaktigt, rätta till sina läggningar och förbättra sina manér. Gud vill, att Hans tjänare skall lära känna sina hjärtan. För att ge dem sann insikt om deras tillstånd, låter Han prövningens flammor slicka dem, så att de skall bli renade. – *The Review and Herald, den 10. april, 1894 (My Life Today, sidan 92.)*

En sur Läggnig hämmar Lärarens Verkningsgrad – Framför alla andra, bör ungdomsledare akta sig för, att ge efter för en sur och dyster läggning; för annars avskär han sig från elevernas medkänsla, och utan den verkar han förgäves för dem. Vi får inte sprida mörker över vår egen eller andras stig med skuggan från våra prövningar. Vi har en Frälsare att gå till, i vars förstående öra vi kan yttra varje klagomål. Vi får överlåta alla våra bekymmer och bördor på Honom, sedan kommer vårt arbete inte att tyngas av våra svårigheter längre. – *Counsels to Parents, Teachers, and Students, sidan 233 (1913).*

Kombinera Solsken i Blick med Rättskaffenhet – Jesu religion mildrar allt som är hårt och grovt i ens väsen, utjämnar det som är kantigt och skarpt i ens sätt. Den gör ens ord milda och ens uppträdande vinnande. Låt oss lära av Kristus att förena ett upphöjt sinne för renhet och rättskaffenhet med ett ljusst sinnelag. En vänlig, artig kristen är det starkaste argument som kan läggas fram till den kristna trons förmån. – *Evangeliets Tjänare, sidan 87 (1915).*

Olämpligt Ätande motverkar Läggningen – Många sätter krokben för sin läggning med sitt olämpliga ätande. Vi bör vara lika angelägna om, att lära oss hälsoreformens läxor, som vi är om, att

våra Bibelstudier skall vara fulländade, ty vanorna vi antar härvidlag, bidrar till forandet av våra karaktärer för det framtida livet. Det går visst, att ödelägga sin andliga erfarenhet, genom att använda magen på fel sätt. – *Brev 274*, 1908 (*Counsels on Diet and Foods*, sidan 126.)

Kötträtter medför en irriterad Läggning – Gud undanhöll inte kött från hebréerna i ödemarken bara för att visa Sin myndighet, utan för deras bästa, så att deras fysiska och moraliska styrka skulle behållas. Han visste, att bruket av kött i dieten stärker de djuriska lidelserna och försvagar intellektet. Han visste, att om hebréernas aptit på kött tillfredsställdes, skulle deras moraliska krafter bli svagare och medföra en så irriterad läggning, att den stora hären skulle bli upprorisk, att de skulle förlora ur sikte sina moraliska skyldigheter och vägra, att låta sig styras av Jehovas visa lagar. – *Sanitarium Announcement* {Tillkännagivande från Hälsohemmet}, sidan 6, 1876. (*Temperance*, sidan 160.)

Socket och Läggnigen – Socket är inte nyttigt för magen. Det orsakar jäsning, och denna omtöcknar hjärnan och belastar läggningen med retlighet. – *Manuskript 93*, 1901. (*Counsels on Diet and Foods*, sidan 327.)

Att dämpa en vrång Läggnigen – Framsteg i den kristna erfarenheten visar sig genom en djupare ödmjukhet, till följd av större kunskap. Var och en som är förenad med Kristus kommer att överge all synd.

Jag säger er, i fruktan för Gud, att jag har blivit visad att många av er kommer att gå miste om det eviga livet eftersom ni bygger ert hopp om himlen på falska grunder. Gud lämnar er åt er själva ”för att ödmjuka dig och pröva dig och så lära känna vad som är i ditt hjärta.” Ni har försummat skrifterna. Ni föraktar och förkastar vittnesbördens eftersom de tillrättavisar era mest omhuldade synder och stör er självgodhet.

När Kristus omhuldades i hjärtat, kommer likheten med Honom att visa sig i livet. Ödmjukhet kommer att råda där stolthet förut härskade. Underkastelse, mildhet och tålmod kommer att mjuka upp de kärva dragen hos en naturligt motsträvigt, impulsiv karaktär. Kärlek till Jesus kommer att visa sig i kärlek till Hans folk. Den är inte ryckvis eller krampaktig, utan lugn, djup och stark.

Den kristnes liv kommer att avklädas all inbilskhet och befrias från all tillgjordhet, egna

påfund och falskhet. Det är uppriktigt, sant och ädelt. Kristus talar i varje ord. Han syns i varje handling. Livet stölar av en inneboende Frälsares ljus. I samtal med Gud och i lycklig begrundan av himmelska ting, bereder sig själen för himlen och arbetar för att samla andra själar till Kristi fälla. Vår Frälsare kan och vill göra mer för oss, än vi kan be om eller ens föreställa oss. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidorna 49-50 (1882).

Gud förmår, att ge Form åt Läggnigen – Hur Din läggning än må vara, är Gud i stånd till, att så forma den, att Du blir ljuvlig och Kristuslik. Genom levande tro förmår Du, att skilja Dig från allt, som rimmar illa med Guds sinne, och härigenom fylla livet med en himmel här och nu. Tänker Du göra det? Om svaret är ja, kommer solskenet att åtfölja Dig vid varje steg. – *Manuskript 91*, 1901.

En Välsignelse för de Sjuka – Herren använder Sig av en trevlig läggning, en skön karaktär, för att skänka de sjuka Sin välsignelse. Sanningarna hos Guds Ord äger en helgande, förvandlande kraft. Om denna släpps in i hjärtat och levs ut, visar den sig vara en väldoft från liv till liv. Måtte de anställda vid våra institutioner vara sådana, att de låter sanningens ljus stråla klart genom sina dagliga ord och handlingar. Det är bara sådana, som Kristus godtar som Sina medarbetare. – *Manuskript 69*, 1909. (*Medical Ministry*, sidan 173).

Samförstånd mellan olika Sinnelag – Samförstånd och enighet mellan människor med olika sinnelag är det starkaste vittnesbördet man kan avlägga om att Gud har sänt sin Son till världen för att frälsa syndare. Det är vår förmån att kunna avlägga ett sådant vittnesmål. Men för att kunna göra det måste vi låta oss ledas av Kristus. Vår karaktär måste omformas i överensstämmelse med hans väsen, vår vilja måste underordna sig hans vilja. Då kan vi arbeta tillsammans utan någon tanke på konflikter. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 8, sidorna 242-243 (1904).

Ett Sinnelag genomdränkt av Tacksamhet och Frid – Av allt som människor söker, vårdar och dyrkar, finns det inget som är så värdefullt i Guds ögon som ett rent hjärta, ett sinnelag genomdränkt av tacksamhet och frid. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidan 559 (1881).

Karaktärsdragen är de samma vid Uppståndelsen – Om ni vill vara heliga i himlen, måste ni först vara heliga på jorden. De karaktärsdrag, som vi utvecklar i detta livet

kommer inte att förändras vid döden eller uppståndelsen. Ni kommer att stå upp från graven med samma sinnelag, som ni visade i ert hem och samhälle. – *Brev 18b*, 1891. (*Det adventistiska Hemmet*, sidan 14.)

Umgängesliv

En Gren av Utbildningen, som inte skall försummas – Guds folk praktiserar på det hela taget alltför litet kristet umgängesliv. Denna gren av uppfostran skulle inte försummas eller bortses från vid våra skolor. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 6, sidan 172 (1900).

Sociala Fördelar är Gåvor – De som har goda egenskaper har skyldigheter mot Gud att inte bara ge till dem som är vänner utan till alla som behöver hjälp. Sociala fördelar är också gåvor och ska användas till nytta för alla dem vi kan nå med vårt inflytande. – *Såningsmannen*, sidan 289 (1900).

Inga oberoende Atomer – Eleverna skulle lära sig, att de inte är oberoende atomer, utan att var och en är en tråd, som förenad med andra trådar bildar en vävnad. Inte i någon avdelning av vår verksamhet kan denna undervisning ges så effektivt som i skolan. Här har eleverna dagligen tillfällen som, om de tar dem till vara, är till stor hjälp vid utveckling av sällskapstalangerna. Det ligger i deras egen makt att så ta vara på tid och tillfällen att de kan utveckla en karaktär som gör dem lyckliga och nyttiga.

De som sluter sig inom sig själva och är ovilliga att vara sällskapliga och andra till välsignelse genom vänligt umgänge, förlorar själva många välsignelser, för genom ömsesidig kontakt lär man sig också ömsesidigt att uppföra sig ledigt och trevligt. Genom sällskapligt umgänge stiftas bekantskaper och slutas vänskapsförbund, vars resultat är hjärtans enhet och en atmosfär av kärlek, som är himmelen välbehaglig. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 6, sidan 172 (1900).

Vikten av sociala Kontakter – Det är genom sociala kontakter som kristendomen når ut till världen. Alla som har upplevt Kristi kärlek och som har fått sitt hjärta upplyst av Gud, är skyldiga att sprida ljuset över den mörka vägen för dem som inte känner till någon bättre väg.... Social styrka, helgad genom Kristi Ande, måste förbättras för att vinna själar till Frälsaren. –

Vittnesbörd för Församlingen, Band 4, sidan 555 (1881).

Umgänget skall underhållas – Vi förlorar mycket, då vi försummar att komma tillsammans för att styrka och uppmuntra varandra i Herrens tjänst. Guds ords sanningar förlorar sin klarhet och betydelse för oss. Våra hjärtan blir inte längre upplysta och påverkade av deras helgande inflytande och vårt andliga liv försvagas. Då vi umgås med varandra såsom kristna, förlorar vi mycket genom att inte hysa sympati för varandra. Den som sluter sig inom sig själv, fyller inte den funktion som Gud bestämt för honom. Ett rätt uppodlande av våra sällskapliga anlag skapar sympati för andra och bidrar till att utveckla och stärka oss i Guds tjänst. – *Vägen till Kristus*, sidan 89 (1892).

Jesus gillade att umgås – Hela Frälsarens liv kännetecknades av osjälvisk välgörenhet och helgelsens skönhet. Han är vårt föredöme, när det gäller godhet. Från första början av Hans tjänstgöring förstod människorna allt bättre Guds karaktär. Han förverkligade Sina läror i Sitt eget liv. Han visade konsekvens utan tjurighet, välvilja utan svaghet, ömhet och medkänsla utan känslösvall. Han umgicks flitigt med andra, likväl besatt Han en reserverad hållning, som fick omgivningen, att inte bli för närgången. Hans måttfullhet och avhållsamhet medförde aldrig trångsynthet eller snålhet. Han anpassade Sig inte till världen, samtidigt var Han alltid medveten om de anspråkslösaste personers behov. – *Counsels to Parents, Teachers, and Students*, sidan 262 (1913).

Vänlighet i Umgänget med andra och det Värdiga hos Människan – Jesus satt vid tullindrivarnas bord som en ärad gäst, och visade genom sitt sympatiska och vänliga sätt att han erkände varje människas värde. Detta gjorde att dessa människor längtade efter att bli värdiga det förtroende som han visade dem. Hans ord föll med ljuvlig, livgivande kraft på deras törstande hjärtan. Nya impulser väcktes till liv och för dessa samhällets utstötta öppnades en möjlighet till ett nytt liv. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 17 (1905).

Lärjungarna blev lärda verkliga samhällliga Plikter – Kristus lärde Sina lärjungar, hur de skulle bete sig i umgänget med andra. Han undervisade dem om plikterna och reglerna för ett verkligt socialt liv, vilka motsvarar lagarna i Guds rike. Med Sitt exempel instruerade Han lärjungarna, att då de deltog vid offentliga sammankomster, behövde de inte drabbas av

tunghäfta. Hans konverserande på bjudningar skilde sig märkbart från det slags, som hade förekommit vid fester i det förflutna. Varje ord Han yttrade, var en väldoft av liv till liv. Han uttryckte Sig med klarhet och enkelhet. Hans ord var som guldäpplen i silverskålar. – *The Review and Herald*, den 2. oktober, 1900. (*My Life Today*, sidan 190.)

Inte frånsäga oss sällskapligt Umgänge – Jesu exempel när han gjorde sig till ett med människorna i deras intressen bör följas av alla som förkunnar hans ord och av alla som har tagit emot hans nåds evangelium. Vi skall inte frånsäga oss allt sällskapligt umgänge. Vi skall inte isolera oss från andra. För att nå alla samhällsklasser måste vi sammanträffa med dem där de finns. De kommer mycket sällan att uppsöka oss av egen drift. Det är inte bara från talarstolarna som den gudomliga sanningen påverkar människorna. Det finns ett annat verksamhetsområde, kanske mera anspråkslöst men ändå lika lovande. Det finns i de vanliga människornas hem, i de rikas palats och vid det gästfria bordet eller där man samlas till oskyldig sällskaplig samvaro. – *Vändpunkten*, sidan 142 (1898).

Umgängesbehovet – Den förlust, som personer lider, när de inte går på Guds folks sammankomster, är inte liten. I egenskap av Guds barn, skall vi besöka Guds samtliga sammankomster, där Hans folk väntas närvara, och dela med oss av livets ord. Alla behöver ljus och all den hjälp de kan finna, så att de – sedan de har uppfattat och tagit emot himmelens kostbara meddelanden, genom Guds därtill utsedda ombud – må stå klara, att vidarebefordra det givna ljuset till andra. – *Brev 117*, 1896.

Utbildning ger Gestalt åt Samhällets Finmaskighet – Den uppfostran de unga får påverkar hela samhället. Över hela världen är det oreda, och en grundlig förvandling behövs. Många förmodar att bättre undervisningsmöjligheter, större skicklighet och modernare metoder skall ställa allt till rätta. De bekänner sig tro på och ta emot det levande Ordet, och ändå ger de Guds ord en underordnad plats inom den väldiga ramen för utbildning. Det som skulle sättas högst, underordnas mänskliga påfund. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 6, sidan 150 (1900).

Hemmets sociala Inflytande [Se Kapitel 20, ”Stämningen i Hemmet”.] – Hemmets ansvar sträcker sig längre än till dess egna medlemmar. Det kristna hemmet borde vara ett exempel som visar det överlägset goda resultat som kommer av att man håller sig till de rätta principerna i livet.

Ett sådant exempel kommer att bli en kraft för det goda i världen. Det inflytande som kommer från ett gott hem påverkar människors hjärtan och liv mycket mer än någon predikan kan göra. När de unga lämnar ett sådant hem kommer de att föra vidare vad de har lärt sig. Högre livsprinciper sprids till andra hem, och ett upphöjande inflytande märks i samhället. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 302 (1905).

Sällskaplighet är en kraftfull Faktor – Kristen vänlighet och sällskaplighet är kraftfulla faktorer, för att vinna de ungas tillgivenhet. – *Counsels to Parents, Teachers, and Students*, sidan 208 (den 17. september, 1902).

Samhällslivets Grundvalar vacklar – Läran att människan är löst från lydnad mot Guds bud har redan försvagat människors respekt för moraliska förpliktelser och öppnat orättfärdighetens slussar över hela jorden. Laglöshet, utsvävningar och korruption sveper in över oss som en flodvåg. Inom familjelivet är Satan verksam. Hans fanor höjs till och med i kristna hem. Där råder avund, onda misstankar, hyckleri, kyliga förhållanden, strid, trohetsbrott i viktiga angelägenheter, eftergift för egna lustar. Hela systemet med kristna principer och läror, som borde vara grundläggande och det som bär samhällslivet, tycks vackla, färdigt att bryta samman. – *Den Stora Striden*, sidan 502 (1888).

Guds Regleringar förhindrar samhällelig Orättvisa – Herren önskade, att sätta en gräns för det omätliga begäret efter egendom och makt. Ett stort elände skulle bli följderna av, att en klass ständigt hopade förmögenhet, medan fattigdom och förnedring rådde hos en annan. Om ingen inskränkning gjordes, skulle makten uteslutande hamna i de förmögnas händer, och de fattiga skulle komma att anses och behandlas som underlägsna sina mera lyckliga bröder, fastän de i alla avseenden var lika värdiga i Guds åsyn.

På grund av detta förtryck, skulle den fattigare klassen gripas av en känsla av uppgivenhet och förtvivlan, som skulle bidra till, att fördärva sederna i samhället och öppna dörren för brott av alla slag. De förordningar, som Gud stiftade, avsåg att befordra likställighet inom samhället. De åtgärder, som vidtogs under sabbatsåret och jubelåret, skulle till stor del rätta till det, som gått fel i nationens sociala och politiska hushållning. – *Patriarker och Profeter*, sidan 579 (1890).

Samhällets Rangordning skall pröva och utveckla Karaktären – Det var inte Guds avsikt att fattigdom någonsin skulle lämna världen.

Samhällets rangordning skulle aldrig utjämnas, för de olika omständigheter, som vårt släkte befinner sig under, är ett av de medel som Gud har avsett att pröva och utveckla karaktären med.

Många har under stor entusiasm, talat för att alla människor skall ha lika stor del av Guds timliga välsignelser, men detta var inte Skaparens avsikt. Kristus har sagt, att vi alltid kommer att ha de fattiga bland oss. Den fattige är liksom den rike köpt för Hans blod. Bland Hans bekännande efterföljare tjänar de förstnämnda Honom i de flesta fall med enkelhet för ögonen, medan de sistnämnda hela tiden fäster sin tillgivenhet vid jordiska rikedomar och Kristus är bortglömd. Det här livets bekymmer och begäret efter rikedomar, fördunklar den eviga världens härlighet. Det kommer att vara den största olycka som någonsin drabbat mänskligheten om alla skulle sättas på samma nivå när det gäller världsliga rikedomar. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidorna 551-552 (1881).

Gud förbjuder Samhällskaster – Kristi religion lyfter upp mottagaren till ett högre plan i tanke och handling, medan den samtidigt framställer hela mänskligheten utan åtskillnad som föremål för Guds kärlek, som har köpts genom Hans Sons offer. Vid Jesu fötter möts rik och fattig, lärd och olärd, utan någon tanke på olika samhällsklasser eller världslig överlägsenhet. Varje jordisk skillnad glöms bort när vi ser på Honom som våra syndar har genomstungit.

Självförnekelsen, förnedringen, den gränslösa medkänslan hos Honom som var högt upphöjd i himlen, gör all mänsklig stolthet, självuppskattning och klassindelning till en skam. Ren och obesmittad gudsdyrkan uppenbarar sina himlafödda principer genom att förena alla dem till en enhet som helgas genom sanningen. De möts alla som själar som blivit köpta genom blodet, alla lika beroende av Honom som har återlöst dem till Gud. – *Evangeliets Tjänare*, sidan 246 (1915).

Botemedel för det Onda i Samhället – Det var denna visa omsorg [utnämmandet av undervisande präster], som Josafat i stort sett hade att tacka för sin framgång som härskare. I lydnad för Guds lag ligger en stor förmån. I överensstämmelse med de gudomliga kraven finns det en omvandlande kraft som för med sig frid och god vilja bland människor. Om Guds ords undervisning fick lov att kontrollera varje mans och varje kvinnas liv, om sinne och hjärta fördes in under dess återhållande kraft, skulle det inte finnas plats för det onda, som nu existerar i nationellt och socialt

liv. Från varje hem skulle då utgå ett inflytande, som skulle göra män och kvinnor starka, när det gäller andlig insikt och moralisk kraft. Då skulle nationer och individer ställas på en säker grund. – *Profeter och Kungar*, sidan 192 (1917).

Riktigt Uppammande av inbördes Umgänge för med sig Lycka – Bevistandet av de årliga högtiderna måste för dem, som bodde långt ifrån tabernaklet, ha upptagit mer, än en månad varje år. Detta exempel på hängivenhet mot Gud borde betona vikten av Herrens tjänst och nödvändigheten av, att ställa våra själviska, världsliga intressen under de andliga och eviga.

Vi lider förlust, när vi försummar att bruka våra tillfällen att komma tillsammans, för att styrka och uppmuntra varandra i Herrens tjänst. Det gudomliga ordets sanningar tycks inte så klara och betydelsefulla för oss. Våra själar blir ej längre upplysta och uppväckta av det helgande inflytandet, och vårt andliga liv avtynar. I vårt umgänge som kristna förlorar vi mycket, eftersom vi saknar sympati för varandra. Den, som endast lever för sig själv, fyller ej den ställning, som Gud hade för avsikt, att han skulle fylla. Vi är alla barn av en Fader och beroende av varandra för vår lycka. Gud och mänskligheten ställer fordringar på oss. Det är det tillbörliga och ändamålsenliga uppammandet av de sällskapliga elementen i vår natur, som ger oss sympati för våra bröder och bereder oss sällhet i våra bemödanden om, att göra andra lyckliga. – *Patriarker och Profeter*, sidan 586 (1890).

Låt Er inte styras av mänskliga Rättesnören – Hela tiden framhåller jag det nödvändiga i, att varje person gör sitt bästa som kristen, att han utbildar sig, för att förverkliga sinnets vidgade vyer och tillväxt, karaktärens förädlande, som låter sig göras för var och en. I allt det vi gör, skall vi upprätthålla ett Kristuslikt, inbördes förhållande. Vi skall bruka varje andlig kraft, för att i uppriktig, allvarligt syftande handling sätta kloka planer i verket. Guds gåvor skall användas, för att frälsa själar. Vårt umgänge med varandra skall inte dikteras av mänskliga regler, utan av gudomlig kärlek, den kärlek, som uttrycktes i Guds gåva till vår värld. – *Counsels to Parents, Teachers, and Students*, sidan 256 (1913).

Utveckla Din sällskapliga Förmåga, för att vinna Själar – Särskilt skulle de som har smakat Kristi kärlek utveckla sina sällskapstalanger, för på detta sätt kan de vinna människor för Frälsaren. Kristus skulle inte gömmas i deras hjärtan, inlåst som en eftertraktad skatt, helig och ljuvlig, som bara de själva kan glädjas åt. Inte heller skulle

Kristi kärlek bevisas enbart för dem som de fattar tycke för.

Eleverna skulle lära Kristus-likhet genom att visa ett vänligt intresse och villighet att umgås med dem som är i största behov av sällskap, även om de inte skulle tillhöra de kamrater, som de själva väljer. Vid alla tillfällen och på alla platser visade Jesus ett kärleksfullt intresse för människor och spred ett ljus av glädjefull fromhet omkring sig. Eleverna skulle lära sig att följa i Hans fotspår. De skulle lära sig att likt Kristus visa kärlek, medkänsla och intresse för sina unga kamrater och söka dra dem närmare Jesus. Kristus skulle i deras hjärtan vara en källa av vatten, som springer upp med evigt liv och ger svalka åt alla som kommer i beröring med dem. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 6, sidorna 172-173 (1900).

Vi bör alla bli Jesu vittnen. Helgade genom Kristi nåd bör vår förmåga att umgås med andra människor utnyttjas för att vinna dem för Frälsaren. Låt världen se att vi inte i egenkärlek är upptagna av våra egna intressen, utan att vi vill att andra skall få del av våra välsignelser och förmåner. Låt dem se att vår kristendom inte gör oss osympatiska eller stränga. Låt alla som säger sig ha funnit Kristus, tjäna människorna på samma sätt som han gjorde. – *Vändpunkten*, sidan 143 (1898).

Förkastelse

Uppförstorandet av förmodade Vanskligheter – Många uppförstorar kraftigt förmodade svårigheter och sätter sedan i gång med, att tycka synd om sig själva och sjunka ned i svår dysterhet. Sådana behöver vända tvärt om. De behöver fostra sig själva till, att bjuda till och kränga av sig alla barnsliga känslor. De bör bestämma sig för, att de inte skall ägna livet åt fördjupning i struntsaker... Var och en bör ha ett mål, en föresats, i livet. Sinnets länder bör vara omgjordade och tankarna riktade mot målet, såsom kompassnålen riktas mot polen. De bör se till, att styra sinnet i rätt kanal, i enlighet med väl lagda planer. Sedan kommer varje steg att leda framåt... Framgång eller misslyckande i det här livet beror mycket på sättet, varpå tankarna fostras. – *The Review and Herald*, den 6. april, 1886.

Ingen Anledning till Förtvivlan – Ingen behöver sjunka ner i missmod och förtvivlan. Satan kan komma till dig med det grymma påståendet: ”Du är ett hopplöst fall. Dig går det

inte att hjälpa.” Men det finns hopp för dig i Kristus. Gud begär inte att vi skall övervinna i vår egen kraft. Han ber oss komma nära intill honom. Oavsett vilka svårigheter vi arbetar under som tynger ner vår själ och kropp, så väntar han på att göra oss fria. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 213 (1905).

Akta Dig för Självomkan! – Vi måste vara på vår vakt mot självomkan. Ge aldrig efter för känslan att du inte värdesätts som du borde, att dina ansträngningar inte uppskattas, och att ditt arbete är alltför svårt. Tänk på vad Kristus har utstått för oss, och låt detta tysta varje klagande tanke. Vi behandlas bättre än vår Herre behandlades. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 417 (1905).

Självomkan förstör karaktären åt dem, som ägnar sig åt den, och den utövar ett inflytande till men för andras lycka. – *Manuskript 27*, 1902. (*Medical Ministry*, sidan 177).

Förmågan, att stå ut med Försummelse – En själ, som älskar Gud, stiger ovanför tvivlets dis och dimma; han vinner en klar, omfattande, djupgående, levande erfarenhet, och blir saktmodig och Kristuslik. Hans själ tillhör Gud, den är dold med Kristus i Gud. Han består då försummelsens, övergreppens och föraktets prov, eftersom hans Frälsare har gått igenom allt detta. Han blir inte irriterad och modstulen, när vanskligheter hänger över honom, eftersom Jesus varken misslyckades eller förlorade modet. Varje sann troende är stark, fast inte tack vare sina goda gärningar, utan tack vare Kristi rättfärdighet, vilken genom tro tillräknas honom. Det är något underbart, att vara saktmodig och ödmjuk, att vara ren och ofläckad, liksom himmelens Furste var, då Han vandrade ibland människorna. – *The Review and Herald*, den 3. december, 1889. (*SDA Bibelkommentar*, Band 7, sidan 907.)

Älta inte andras Försummelse av Dig – Det som tar bort friden för oss är vår önskan att vara något speciellt, att visa oss duktiga. Så länge vi tänker på det sättet måste vi hela tiden vara på vår jakt för att försvara oss. Men när vi har låtit sådan jagiskhet dö bort och förenat vårt liv med Jesus Kristus behöver vi inte ta åt oss om vi blir förbigångna eller misskrediterade. – *Men Jag säger...*, sidan 25 (1896).

Dysterhet en Frukt av för mycket Fritid – Dystra Känslor beror ofta på för mycket fritid. Händer och sinne bör sysselsättas med vettigt arbete, för att lätta andras bördor; och de, som håller på med det, blir själva välsignade. Lättja

öppnar vägen till grubblande över inbillade sorger, och ofta tar de, som inte genomgår verkliga svårigheter och prövningar, ut sådana i förskott. – *The Signs of the Times*, den 23. oktober, 1884. (*Counsels on Health*, sidan 629).

Tröst för en förkastad, föräldralös Gosse – O, detta är en kall och självupptagen värld! Dina släktingar, som borde ha älskat och hjälpt dig för dina föräldrars skull om det inte var för din egen skull, har i sin egoism slutit sig inom sig själva och är inte särskilt intresserade av dig. Men Gud vill vara dig närmare och dyrbarare för dig än någon av dina jordiska släktingar kan vara. Han kommer att vara din vän och kommer aldrig att överge dig. Han är en far för den faderlöse. Hans vänskap kommer att innebära en skön frid för dig och kommer att hjälpa dig att frimodigt bära din stora förlust.

Försök att göra Gud till din Fader och du kommer aldrig att sakna en vän. Du kommer att utsättas för prövningar, men var uthållig och sträva efter att pryda din bekännelse. Du kommer att behöva Guds nåd för att kunna klara det, men Guds medkännande ögon är riktade mot dig. Be mycket och allvarligt, tro att Gud kommer att hjälpa dig. Var på din vakt mot lättretlighet och grinighet och mot en anda av irritation. Tålmod är en dygd som du behöver vårda. Sök efter hjärtats fromhet. Var en pålitlig kristen. Visa en kärlek till renhet och ödmjuk enkelhet och låt detta vävas in i ditt liv. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidan 314 (1869).

Du skall aldrig känna Dig ensam – Du behöver aldrig känna Dig övergiven, aldrig tycka Dig vara ensam, om Du gör Jesus till Din Kompanjon och Din Evige Vän. – *Brev 4*, 1885.

Försummelse förstör Själen – Det är inte bara genom motstånd som vi går under utan också genom försummelse. – *Vändpunkten*, sidan 319 (1898).

Ha Överseende med varandra – Vi måste ha överseende med varandra, och tänka på, att vi själva är bristfälliga. Sådana, som tvivlar, skall Ni vara barmhärtiga mot och frälsa genom att rycka dem ur elden. {Se Judasbrevet 22-23.} Alla klarar inte av samma hårda disciplin. Alla förstår inte den andres tankegång om plikt. Hänsyn måste tas till skillnad i temperament och sinnelag. Gud vet, hur Han skall bemöta oss. Dock har det smärtat, att se den ene brodern behandla den andre brodern med en önskan om, att finna fel hos honom och trycka ned honom i gruset...

Det är dags för alla, att gripa sig an med verket, inte att hejda sig mitt i steget och begrunda, hur många fel andra gör. Nej, var och en bör rannsaka sig själv, bekänna sina egna fel, och överlåta bröderna åt Herren. Man behöver bara ansvara för sina egna misstag; om man ägnar sig åt, att rycka upp ogräset på nästans täppa, ges de egna giftplantorna möjlighet, att helt ta över ens egen trädgård. Måtte var och en verka för, att bevara sin egen själ och äga en lycklig, glad, överseende anda i hemmet, för då slutar allt väl. – *Brev 12*, 1863.

Inte alla tänker på samma Vis – Helhjärtat tjänande krävs, när man har med själar att göra. Låt oss minnas det. Vi blir ofta frestade till, att klandra någon högt uppsatt ansvarshavande, för att han inte bär sig åt, som vi anser att han borde göra. Men den, som bär ett tungt ansvar, behöver inte sina medarbetares klander; han behöver deras uppmuntran, deras överseende, deras tålmod, och deras böner. Han behöver Kristi ständiga närvaro; ty det är inte alla gånger, som han har kloka, fördomsfria kollegor att rådgöra med.

Under brådskan, att fullgöra många plikter och stötta andra, kan han komma att begå misstag. Av de mängder av vädjanden om hjälp, som strömmar in, kanske Ditt fall tycks ha blivit bortglömt. Sådana gånger bör Du tänka på de tunga bördor, som vilar på den, som Du menar har försummat sina uppgifter. Kom ihåg, att det kan vara omöjligt för honom, att bejaka Ditt önskemål. Kanhända det vore ett svårt felgrepp, att bejaka det. – *Brev 169*, 1904.

Herren står Skuldra vid Skuldra med Sina Budbärare – Herren önskar, att varje mänskligt förnuftsvesen i Hans tjänst skall undvika alla allvarliga anklagelser och allt ovet. Vi har blivit instruerade, att bete oss klokt mot utomstående. Låt Gud sköta om dömandet och vägandet på våg. Kristus inbjuder oss: ”Kom till mig, alla ni som arbetar och bär på tunga bördor, så skall jag ge er vila. Ta på er mitt ok och lär av mig, ty jag är mild och ödmjuk i hjärtat. Då skall ni finna ro för era själar” (Matteusevangeliet 11:28, 29).

Var och en, som antar inbjudan, låter Kristus lägga Sitt ok på hans axlar. Vid alla tidpunkter och på alla platser skall vi uppvisa Kristi mildhet och ödmjukhet. Då kommer Herren att stå sida vid sida med Sina budbärare och göra dem till Sina språkrör, och ett av Guds språkrör lägger aldrig ord i munnen på människor, som himmelens Majestät inte skulle yttra, när Han strider mot Djävulen. – *Brev 38*, 1894.

Grubbla ej över sårade Känslor (råd till en direktör) – Grubbla inte över Dina sårade känslor. Lägg känslorna åt sidan. När Du sätter igång Ditt kritiserande och hårda tal, blir Du bara hårdare i tonen och mera villig till, att klandra. Stoppa upp, innan Du ens har börjat. Skänk inte fienden en tumsbredd mark. – *Brev 169, 1902.*

Klander

Följder av Klander – Våra kroppar byggs upp av det, som vi äter och dricker, och karaktären knuten till vår andliga erfarenhet återspeglar, vad våra sinnen tar in och tillgodogör sig. Genom att alltid hänga upp sig på andras felsteg och brister, blir många religiöst magsura.

Till detta har Herren uppmanat oss: ”allt som är sant och värdigt, rätt och rent, allt som är värt att älska och uppskatta, ja, allt som kallas dygd och förtjänar beröm, tänk på allt sådant” (Filipperbrevet 4:8). Men de, som är snara till att dissekera andras ord och gärningar på jakt efter allt, som är motbjudande, förbiser det goda och aktningvärda. De intar inte rätt föda, för att gynna den andliga matsmältningen och möjliggöra en hälsosam tillväxt. – *Manuskript 4a, 1893.*

Respektera och älska varandra – Om vi ständigt låter tankarna syssla med våra medmänniskors ovänliga och orättvisa handlingar, skall vi finna det omöjligt att älska dem så som Kristus har älskat oss. Men om vi betraktar den förunderliga kärlek och det medlidande Kristus visat oss, kommer vi att visa samma sinnelag mot andra. Vi bär hysa aktning för och älska varandra trots de fel och ofullkomligheter, som är så uppenbara hos alla. Vi bör lära oss att bli ödmjuka och att inte tro för mycket om oss själva, men känna en varm fördragsamhet med andras brister. Detta skall utrota all trångsynt egenkärlek och göra oss ädelmodiga och frikostiga. – *Vägen till Kristus, sidan 105 (1892).*

En overklig Värld skapas – Du må skapa en overklig värld i Ditt sinne och tänka Dig en idealisk församling, där Satans frestelser ej längre lockar till ondo, men perfektionen förekommer bara i Din fantasi. Världen är en fallen värld, och församlingen är en plats, vilken beskrivs som en åker, där både ogräs och vete växer. Båda sorter kommer att växa fram till skörden. Det är inte Din uppgift, att dra upp ogräset med rötterna, enligt mänsklig visdom, för att inte Satan framgångsrikt

skall mana Dig till, att också rycka upp vetet, i tron, att också det är ogräs. Klokheten ovanifrån ges den, som är mild och ödmjuk, och den klokheten förmår honom inte till, att ödelägga, utan att bygga upp, Guds folk. – *Brev 63, 1893.*

Att återställa och hela – Vi måste vara medvetna om andras fel, inte för att fördöma, utan för att återställa och hela. Vaka under bön, marschera framåt och uppåt, ta emot allt mera av Jesu anda och så denna invid alla vatten. – *Brev 89, 1894. (Our High Calling, sidan 185.)*

Satan eldar på Klandret – Jaget har alltid en hög uppfattning om sig självt. Sedan människor har förlorat sin första kärlek, håller de inte Guds bud, och sedan sätter de igång med, att klandra varandra. Den här andan kommer att fortlöpande kämpa om herraväldet till tidens utgång. Satan försöker, att främja den, för att bröderna i sin okunnighet skall söka, att sluka varandra. Gud blir ingalunda förhålligad, utan storligen vanärad; Guds Ande drabbas av sorg.

Satan jublar, eftersom han vet, att i fall han kan uppamma inbördes misstänksamhet i församlingen, kommer somliga att så mista modet och bli så nedslagna, att de lämnar sin post. Så här verkar icke den Helige Ande; en kraft från nedan verkar i sinnets kamrar och i själens tempel, för att ingjuta hans kännetecken, där Kristi särdrag bör finnas. – *The General Conference Bulletin, den 25. februari, 1895, sidan 338.*

Förskingrar Kristi Skatt – Många av dem som gör anspråk på att församla med Kristus gör det rakt motsatta. Detta är orsaken till församlingens svaghet. Många ägnar sig åt kritik och anklagelser, och genom att ge uttryck för misstänksamhet, avund och missbelåtenhet ger de efter för Satan och blir hans instrument... Många själar lämnar livets väg på grund av att de som utger sig för att vara kristna visar lättsinne, självisk släpphänthet och ansvarslös likgiltighet. – *Såningsmannen, sidan 278 (1900).*

Att ta Stöd av Armen av Kött – Herren vet om, att i fall vi vänder oss till människor, och lutar på dem, lutar vi oss emot en arm av kött. Han söker vårt förtroende. Hans kraft är obegränsad. Tänk på Herren Jesus och Hans förtjänster samt Hans kärlek, men undvik, att leta reda på andras brister och tjata om de misstag de har begått. Dra Er till minnes det, som är värt att tänka på och hylla; och om Du är flink på, att upptäcka fel hos andra, var då ändå flinkare på, att kännas vid deras goda sidor och berömma dem för dessa. Om Ni skärskådar Er själva, kan det tänkas, att Ni

upptäcker sådant, som är minst lika felaktigt, som det Ni skådar hos andra. Låt oss därför ständigt göra vårt bästa, för att stärka varandra i vår allra heligaste tro. – *Manuskript* 151, 1898.

Försök, att skydda Jaget genom Angrepp – Ingen bör försöka, att skylta över sina egna synder, genom att avslöja andras misstag. Den här uppgiften har Gud inte gett oss. Vi skall låta andra ödmjuka sina hjärtan, så att de hamnar i ljuset om kunskapen om Gud. – *Manuskript* 56, 1904.

Att ha Nerverna utanpå Skjortan – De, som klandrar och fördömer varandra, överträder Guds bud och väcker Hans vrede. De älskar varken Gud eller nästan. Bröder och systrar, låt oss rensa undan skräpet från klander och misstänksamhet samt gnäll, och ha inte nerverna utanpå skjortan. Somliga är så känsliga, att det inte går att resonera med dem. Var väldigt känsliga beträffande vad det innebär, att hålla Guds lag och beträffande huruvida Ni håller eller bryter mot lagen. Det är på det här området, som Gud vill att vi skall vara känsliga. – *The General Conference Bulletin*, den 1. april, 1903 (*SDA Bibelkommentar*, Band 7, sidan 937.)

Råd till en, som blandat ihop Stolthet med Känslighet – Men du är beredd att rättfärdiga dig själv med att säga att du är så känslig, att du känner så djupt och du lider så mycket. Jag såg att allt detta inte skulle gälla som ursäkt inför Gud. Du förväxlar stolthet med känslighet. Självvet sätts i främsta ledet. När självvet har blivit korsfäst, kommer denna känslighet eller stolthet att dö, eftersom du då är en kristen.

Att vara en kristen innebär att likna Kristus, att ha en ödmjuk och försonlig ande som kommer att tåla motsägelse utan att bli uppretad eller bli mentalt sjuk. Om det bedrägliga täckelse som vilar över dig kunde rivas i bitar, så att du kunde se dig själv på samma sätt som Gud ser dig, skulle du inte längre försöka rättfärdiggöra självvet, utan skulle helt förkrossad falla på Kristus, den Ende som kan avlägsna bristerna i din karaktär och sedan ta hand om dig. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidan 573 (1870).

Ärlig Självvrannsakan – Om alla bekännande kristna ville använda sin kraft för att undersöka vilka fel hos dem själva som behövde rättas i stället för att tala om andras fel, skulle församlingen idag vara andligen friskare.

En del är ärliga när det inte kostar något, men när taktik betalar sig bättre glömmes de ärligheten. Ärlighet och taktik trivs inte i samma sinne. Med

tiden kommer antingen taktiken att överges och sanningen och ärligheten att råda, eller taktiken att omhuldas och ärligheten att glömmas. De är aldrig överens, de har ingenting gemensamt. Den ene är en Baals profet, den andre en Guds sanne profet.

När Herren samlar sina juveler skall han med glädje betrakta de sanna, uppriktiga och ärliga. Änglarna gör i ordning stjärnprydda kronor åt sådana och dessa skall i härlighet återspegla ljuset som strålar från Guds tron. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidan 96 (1882).

Bitterhetens Rot – Samtidigt som Ni är så snara, att tänka och tala illa om varandra, samtidigt som Ni låter bitterhetens rot få fäste och omhuldas, förskingrar Ert inflytande för Kristus och förhårdar hjärtan i motstånd mot enhetens och fridens ljuva anda. Hör upp med allt detta utan ett ögonblicks tvekan. "... ni skall älska varandra", säger Kristus, "så som jag har älskat er" (Johannesevangeliet 15:12). – *Brev* 33, 1890.

Tro är, att ta Gud på Hans Ord – Kom ihåg, att tro är, att ta Gud på Hans ord. Guds Son håller på, att förbereda en plats åt Dig i herrgårdarna där ovan. Låt tacksägelse höras för detta. Tro inte, att bara för att Du inte alltid känner Dig uppåt, att Du inte är Hans barn. Skrid till verket med all ödmjukhet och iver, för att utföra det arbete Han ger Dig. Sätt värde på varje tillfälle till, att utträtta ett verk, som gör Dig till en välsignelse för omgivningen. Bestäm Dig för, att göra Din del, för att Gud skall kunna godkänna och välsigna det ställe, där Du är. – *Brev* 246, 1908.

Syndarens Garanti om Godtagande – Det är på grund av Jesu godhet och nåd som syndaren kan komma i rätt förhållande till Gud. I Kristus uppmanas syndaren dagligen till att förlika sig med Gud. Herren står med utsträckta armar för att ta emot förtappade syndare. Den kärlek han visade vid sin död på korset, är syndarens pant på att bli accepterad och att få uppleva Guds frid och kärlek. Undervisa om detta så enkelt som möjligt, för att det sinne som är förmörkat av synd, skall kunna se ljuset som lyser från korset på Golgata. – *Brev* 15a, 1890. (*Utvalda Budskap*, Band 1, sidan 176.)

Jag skall ge Dig Vila – Herren har gett mig ett budskap till Dig, och inte endast till Dig, utan också till alla andra trofasta själar, som är nedtyngda av tvivel och fruktan angående deras godtagande i Herren Jesus Kristus. Hans ord till Er är: "Frukta inte, ty jag har återlöst dig, jag har kallat dig vid namn, du är min." {Jesaja 43:1.} Du önskar, att behaga Herren, och Du kan göra detta,

genom att tro Hans löften. Han väntar på, att få föra Dig in i en hamn av nådig erfarenhet, och Han bjuder Dig: ”Bli stilla och besinna att jag är Gud” {Psaltaren 46:11}. Du har upplevt en tid av oro; men Jesus säger till Dig: ”Kom till mig,... så skall jag ge er vila.” {Matteusevangeliet 11:28.} Kristi glädje i själen är värd allting. De gläds över, att de äger förmånen, att vila i den eviga kärlekens armar. – *Brev 2, 1914 (Vittnesbörd för Predikanter och Bibelarbetare, sidan 516.)*

Lycka

Harmonisk Samverkan mellan alla Krafter – Den harmoniska, hälsosamma samverkan mellan kroppens samtliga krafter och sinnet utmynnar i lycka; ju mer upphöjda och förfinade krafterna är, desto renare och mer oförfalskad blir lyckan. – *The Review and Herald, den 29. juli, 1884. (Counsels on Health, sidan 51.)*

Förhållandet mellan Lycka och Hälsa – Så nära bunden är hälsan knuten till vår lycka, att vi inte kan ha sistnämnda utan förstnämnda. Praktisk kunskap om mänskokroppen är nödvändig, för att förhärliga Gud i våra kroppar. Därför är det av största betydelse, att fysiologi intar förstaplatsen ibland barndomens studier. Hur få är det ej, som alls vet något om sina kroppars uppbyggnad och funktion samt om naturens lagar! Många driver omkring utan vetande, likt ett skepp utan kompass och ankare; och vad värre är, de är ointresserade av, att lära sig, hur de skall hålla sina kroppar vid hälsa och förhindra sjukdom. – *The Health Reformer, augusti, 1866. (Counsels on Health, sidan 38.)*

Lagen om Handling och Reaktion – Vår lycka står i förhållande till våra osjälviska handlingar, vilka drivs av Guds kärlek, ty i frälsningsplanen har Gud skrivit in lagen om handling och reaktion. – *The Signs of the Times, den 25. november, 1886. (Welfare Ministry, sidan 302.)*

Välgärningar stimulerar Nerverna – Varje ljustråle som lyser på andra, kommer att reflekteras på våra egna hjärtan. Varje vänligt och medkännande ord till de sorgsna, varje handling för att hjälpa de förtryckta och varje gåva som ges för att fylla våra medmänniskors behov, eller som utförs med Guds ära för ögonen, kommer att bli till välsignelse för givaren. Den som handlar så lyder en himmelsk lag och kommer att få ta emot Guds behag. Nöjet att göra gott mot andra ger en gnista till de känslor, som flammor upp genom

nervbanorna, främjar blodcirkulationen och framkallar mental och fysisk hälsa. – *Vittnesbörd för Församlingen, Band 4, sidan 56 (1876).*

Varje Person orsakar sin egen Lycka – Ett liv i Kristus är ett liv i vila. Ängslan, missnöje och rastlöshet kännetecknar Frälsarens frånvaro. Om Jesus får komma in i ett liv, fylls detta med goda och ädla gärningar, gjorda för Mästarens skull. Ni glömmer att tjäna er själva och kommer allt närmare vår käre Frälsare. Er karaktär blir Kristus-lik och alla som lär känna er, märker att ni varit med Jesus och lärt av Honom.

Var och en äger inom sig själv förutsättning till lycka eller olycka. Den som önskar kan höja sig över de låga, sentimentala känslor, som många upplever. Men Herren kan ingenting göra för den som är helt belåten med sig själv. Satan skall lägga fram storslagna planer för att förvirra sinnena, men vi måste alltid ha i minnet ”den segerlön som hålles framför oss genom Guds kallelse ovanifrån i Kristus Jesus”. (Fil. 3:14.) Fyll ditt liv med goda gärningar! ”De förståndiga skola då lysa, såsom fästet lyser, och de som hava fört de många till rättfärdighet såsom stjärnor alltid och evinnerligen.” (Dan. 12:3.) – *Vittnesbörd för Församlingen, Band 5, sidorna 487-488 (1889).*

Människans starkaste Impuls – Bibeln målar upp inför våra blickar himmelens outgrundliga rikedomar och odödliga skatter. Människans starkaste impuls är, att söka sin egen lycka, något Bibeln erkänner. Vidare visar den oss, att hela himmelen vill förena sina krafter med människans, för att hon skall uppnå sann sällhet. Bibeln uppenbarar det villkor, på vilket Kristi frid ges åt människor. Den beskriver ett hem med evig lycka och solsken, där inga tårar eller brister någonsin skall erfaras. – *Brev 28, 1888. (My Life Today, sidan 160.)*

Den Kristne upplever verklig Lycka – I fall det är någon, som ständigt borde vara tacksam, är det en Kristi efterföljare. Om det är någon, som upplever verklig lycka, även i detta liv, är det en trofast kristen. – *Brev 18, 1859. (Our High Calling, sidan 201.)*

Vi borde vara det lyckligaste folk på jordytan, och inte be världen om ursäkt, för att vi är kristna. – *Manuskript 17, 1893.*

En Vän, som aldrig sviker – Detta är Jesus, han som är själva livet i varje nådesbevisning, varje löfte, varje förordning och varje välsignelse. Jesus är innehållet, härligheten, vällukten, ja, själva livet. ”Den som följer mig, skall inte vandra i

mörkret, utan ha livets ljus.” (Joh. 8:12). Den kungliga vägen, beredd för de förlösta så att de kan vandra på den, är inte nedslående och mörk. Vår pilgrimsvandring skulle verkligen vara ensam och smärtfylld om det inte hade varit för Jesus. Han säger: ”Jag skall inte låta er bli som föräldralösa barn på nytt.” Låt oss ta till oss varje löfte som är nedtecknat. Låt oss upprepa dem på dagen, meditera över dem under natten och vara lyckliga. – *Brev 7*, 1892. (*Utvalda Budskap*, Band 2, sidan 244.)

Lyckan är inte egensinnig – Jesus önskar Din lycka, men Du blir aldrig riktigt lycklig, om Du tänker vara egensinnig och därför lyda hjärtats impulser... Våra idéer, våra egenheter, är i allt mänskliga och får inte underhållas eller ges efter för. Jaget skall korsfästas, inte nu och då, utan dagligen, och det fysiska, mentala och andliga måste underställas Guds vilja. Guds härlighet, fulländandet av den kristna karaktären, skall vara målet, avsikten, med våra liv. Kristi efterföljare måste ta efter Kristi läggning... Lik Kristi läggning skall vara Din lösen, inte lik Dina föräldrars, utan lik Jesu Kristi väsen – dold i Kristus, klädd i Kristi rättfärdighet, vilken är förlänad och behärskad av Kristi Ande. – *Brev 25*, 1882. (*Our High Calling*, sidan 29.)

Självisk Lycka är obeständig – Den lycka som söks av själviska bevekelsegrunder och inte på pliktens väg, är obeständig och ovaraktig. Den försvinner snart och själen uppfylls med ensamhet och sorg. Men det finns glädje och tillfredsställelse i att tjäna Gud. Den kristne behöver inte vandra på otrygga vägar. Han utlämnas inte åt ånger och misräkning. Om vi inte åtnjuter detta livets nöjen, kan vi dock glädjas i hoppet om det tillkommande livet. – *Vägen till Kristus*, 109 (1892).

Hjärtat har Frid med Gud – Till grund för många ödelagda familjer ligger lidelsen för att skylta. Män och kvinnor stämplars eller intrigeras och planerar, för att få åt sig pengar, så att de verkar rikare, än grannarna. Men även om de kanske lyckas i sin förtvivlade kamp, är de inte alls lyckliga. Sann lycka kommer av ett hjärta, som har frid med Gud. – *Manuskript 99*, 1902. (*SDA Bibelkommentar*, Band 7, sidorna 941-942.)

Kärlek för Lycka med sig – Sett från ett världsligt perspektiv är pengar makt, men från kristen ståndpunkt är kärlek makt. Förståndsmässig och andlig kraft omfattas av denna princip. Ren kärlek utövar ett särskilt inflytande till att göra gott och kan inte göra något annat än gott. Den förebygger oenighet och sorg

och medför den sannaste lycka i stället för rikedomar, som ofta har ett fördärvligt och ödeläggande inflytande. Makt är stark till att skada, men sanning och godhet är den rena kärlekens redskap. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidan 138 (1876).

Den gyllene Regeln orsakar Lycka – ”Därför, allt vad ni vill att människorna skall göra er, det skall ni också göra dem” (Matteusevangeliet 7:12). Frälsaren lärde ut den här principen, för att göra människorna lyckliga, inte olyckliga; ty lyckan åstadkoms endast på detta sätt. Gud önskar ett bättre liv åt män och kvinnor. Han skänker dem livets gåva, fast inte bara för att de skall kunna bli välbärgade, utan för att de skall kunna förbättra sina förnämligare krafter, genom att utföra det arbete Han har anförtrott åt mänskligheten – arbetet med, att ta reda på och avhjälpa nästans behov. Människan skall inte arbeta på sina egna, själviska intressen, utan till förmån för alla omkring sig, och därmed välsigna andra genom sitt inflytande och sina välvilliga gärningar. Denna gudomliga avsikt förverkligades i och med Kristi liv. – *Manuskript 132*, 1902. (*My Life Today*, sidan 165.)

Lycka genom Handling – Oavsett vår ställning eller våra blygsamma förmågor, har vi ett arbete att uträtta åt Mästaren. Våra dygder utvecklas och mognar genom användning. När Guds sanning brinner i själen, kan vi inte stå sysslolösa. Lyckan vi upplever vid utförandet härav, är redan den en lön i det här livet för varje satsning. Bara de, som har erfårit lycka på grund av självförnekande ansträngning i tjänst åt Kristus, kan uttala sig med de rätta orden om detta. Lyckan i sammanhanget är så ren, så djup, att det finns inga ord för den. – *Brev 9*, 1873. (*Our High Calling*, sidan 186.)

Vår Lycka blir andras Lycka – Kristus gör Sin församling till ett skönt Guds tempel. ”Där två eller tre är samlade i mitt namn”, tillkännagav Han, ”där är jag mitt ibland dem” (Matteusevangeliet 18:20). Hans församling är salen för heligt leverne, full av diverse gåvor, och förlänad den Helige Ande. Passande uppgifter ges av Himmelen åt varje medlem av församlingen på jorden, och det är meningen, att alla skall finna sin lycka i, att med sitt bistånd och sina välsignelser göra omgivningen lycklig. – *The Signs of the Times*, den 1. mars, 1910. (*Our High Calling*, sidan 164.)

Främjar hela Organismen – Om sinnet är fritt och glatt, tack vare förnimmelsen av rätt handlande och tillfredsställelsen över orsakandet av lycka för andra, åstadkommer det en

gladlynthet, som påverkar hela organismen, varvid blodet flyter lättare och livar hela kroppen. Guds välsignelse är en helande kraft, och de, som rikt välsignar andra, erfar denna vidunderliga lycka i både hjärta och leverne. – *Christian Temperance and Bible Hygiene*, sidan 3 (1890). (*My Life Today*, sidan 150.)

De, som går på visdomens och helgelsens väg, slipper grämelse över bortkastade stunder, ej heller lider de fasor från ett förskräckt samvete, såsom andra gör, såvida inte de är fångade av fåfänga, intetsägande nöjen. – *The Health Reformer*, mars, 1872. (*My Life Today*, sidan 150.)

Lyckan inom Räckhåll – Världen är full av otillfredsställda människor som förbiser den lycka och de välsignelser som finns inom räckhåll och som ständigt söker efter lycka och tillfredsställelse som de inte lägger märke till. De sträcker sig hela tiden efter något som de förväntar sig, något avlägset gott som är större än det de äger. De befinner sig ständigt i ett tillstånd av besvikelse. De värnar om sin otro och otacksamhet, därför att de förbiser de välsignelser som finns just där de befinner sig. Livets vanliga vardagliga välsignelser välkomnas inte av dem, precis som fallet var med mannat till Israels barn. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidan 640 (1871).

Nöjen gör en upprymd, men slutar i Nedstämdhet – Nöjen kittlar sinnet, men nedstämdhet följer som ett brev på posten. Nyttigt arbete och motion utövar ett hälsosammare inflytande på sinnet och stärker musklerna, förbättrar cirkulationen och visar sig vara ett kraftfullt medel, för att återställa hälsan. – *The Health Reformer*, mars, 1872. (*My Life Today*, sidan 150.)

Att söka Lyckan på fel Sätt (råd till en ung man) – För ett år sedan, arbetade vi för ditt bästa. Jag hade blivit visad vilka faror du befann dig i och vi var ivriga att få rädda dig. Vi ser emellertid att du inte har haft kraft att genomföra de beslut som togs där. Jag är bekymrad över situationen . . . Medan jag var i Battle Creek i juni, blev jag på nytt visad, att du inte gjorde några framsteg och att anledningen till att du inte gjorde framsteg var, att du inte har lämnat något rent spår efter dig. Du finner ingen glädje i religion. Du har gått bort från Gud och rättfärdigheten. Du har sökt lycka på fel väg, i förbjudna nöjen och du har inte moraliskt mod att bekänna och överge dina synder så att du skulle kunna finna nåd. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidan 291 (1869).

Rent Samvete och Guds Gillande kontra själviska Lidelser och köttsligt Hjärta – Vilka goda saker vill Han ta ifrån oss? Han skulle vilja ta ifrån oss rättigheten att ge efter för vårt köttsliga hjärtas lidelser. Vi kan inte fyllas av vrede just när vi är tillfreds och har rent samvete och Guds gillande. Men är vi inte villiga att ge upp detta? Kommer vi att bli lyckligare om vi ger efter för vredesutbrott? Det beror på att vi inte på något sätt vill veta av några inskränkningar i det här avseendet.

Det kommer inte att göra vår glädje större att bli arga och slå vakt om ett trotsigt temperament. Det är inte för att vi skall bli lyckliga som vi följer det naturliga hjärtats ledande krafter. Blir vi bättre av att ge efter för dem? Nej, de kommer att kasta en skugga i våra hem och kasta ett bårtäcke över vår lycka. Att ge efter för den naturliga aptiten kommer bara att skada vår fysik och bryta ner vår kropp. Därför vill Gud förmå oss att tämja aptiten, styra våra lidelser och förmå hela människan att underordna sig. Och Han har lovat att ge oss kraft om vi vill medverka till detta. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidorna 590-591 (1871).

Gynna Hälsan och ett långt Liv – Mod, hopp, tro, sympati och kärlek bygger upp hälsan och förlänger livet. Förnöjsamhet och ett glatt sinnelag är hälsa för kroppen och styrka för själen. Ett ”glatt hjärta ger god läkedom”. Ords 17:22. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 205 (1905).

En person, som stilla förtröstar på Gud, vandrar fram på vägen till hälsa. – *The Review and Herald*, den 11. mars, 1880, stycke 11. (*My Life Today*, sidan 150.)

Skörden av Lydnad mot fysiska Lagar – Hälsa, liv och lycka kommer sig av lydnad för de fysiska lagar, som styr över våra kroppar. Om vår vilja och livsinriktning står i samklang med Guds vilja och livsinriktning, om vi gör sådant, som behagar vår Skapare, kommer Han att hålla våra kroppar vid god vigör, och återställa våra moraliska, mentala och fysiska krafter, för att genom oss verka till Sin ära. Hans återställande kraft är ständigt verksam i våra kroppar. Om vi samarbetar med Honom i detta verk, blir det säkra utfallet lycka, frid och användbarhet. – *Manuskript* 151, 1901. (*SDA Bibelkommentar*, Band 1, sidan 1118.)

Tillfrisknande för Sjuklingar – Låt de sjuka göra något i stället för att fylla sina tankar med ett enkelt spel som gör dem sämre i sina egna ögon och får dem att tro att deras liv är värdelösa. Håll viljestyrkan vid liv, för en vaken och rätt styrd

vilja är ett potent lugnande medel för nerverna. Sjuka är mycket gladare över att få något att göra, och de blir mycket lättare friska. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 1, sidan 557 (1867).

Liv på Landet och Lycka (råd till en mor) – Det är sant, att du inte heller på landet skulle vara helt fri från svårigheter och besvärliga bekymmer, men du skulle undgå många onda saker och stänga dörren för en flod av frestelser som hotar att få makt över dina barns sinnen. De behöver sysselsättning och omväxling. Enformigheten i deras hem gör dem oroliga och rastlösa och de har blivit vana att umgås med de missanpassade pojarna i staden och tillägnar sig därigenom en uppfostran på gatan.

Att leva på landet skulle vara mycket välgörande för dem. Ett aktivt liv i frisk luft skulle utveckla både kroppens och sinnets hälsa. De skulle ha en bit jord att odla där de kan finna både förströelse och nyttigt arbete. Arbete med att odla växter och blomster har en benägenhet att förbättra smak och omdöme, eftersom en kännedom om Guds användbara och sköna skapelser utövar ett förfinande och förädlande inflytande på sinnet och lyfter det upp till Honom som är alltings Skapare och Herre. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidan 136 (1876).

Att försvara ”våra Rättigheter” – De som vi älskar kanske talar och handlar utan att behärska sig, vilket kan såra oss djupt. Det var inte deras avsikt att göra det, men Satan förstör upp deras ord och handlingar i våra tankar, och skjuter på så sätt en pil från sitt koger för att genomborra oss. Vi gör oss hårda för att stå emot den som vi tycker har sårat oss, och genom att göra det uppmuntrar vi Satans frestelser.

I stället för att be till Gud om kraft att motstå Satan tillåter vi att vår lycka skadas genom att försöka kräva det som vi kallar ”våra rättigheter”. På så sätt ger vi Satan en dubbel fördel. Vi lever ut våra sårade känslor, och Satan använder oss som sina redskap för att såra och göra dem ledsna som inte menade att såra oss.

Makens krav kan ibland tyckas orimliga för hustrun. Men om hon lugnt och behärskat skulle se dem från den andra sidan, i så positivt ljus som möjligt från hans ståndpunkt, skulle hon upptäcka att det skulle bespara dem båda sorg och ge dem stor seger över Satans frestelser, om hon gav upp sin egen väg och lät honom bestämma, även om det gick emot hennes känslor. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 1, sidorna 308-309 (1862).

Gud avlägsnar Hindren mot Lycka – Gud eftersträvar vår sanna lycka. I fall något hinder ligger i vägen för detta, ser Han, att detta först måste avlägsnas. Han gäckar våra avsikter och grusar våra förhoppningar samt leder oss igenom besvikelser och prövningar, för att visa oss våra rätta jag... Synden är orsaken till samtliga våra vanskligheter. Om vi längtar efter verklig frid och sinnesro, måste synden tas bort. – *Brev 29*, 1879. (*Our High Calling*, sidan 81.)

Somliga skulle inte bli lyckliga i Himmelen – Kan de som har levt ett liv i uppror mot Gud plötsligt överföras till himlen och erfara det upphöjda, heliga, fullkomliga tillstånd som råder där? Där är alla uppfyllda av kärlek, varje ansikte strålar av glädje, hänryckande musik i melodiska sånger ljuder till Guds och Lammets ära. Strömmar av ljus flödar utan uppehåll ut över de återlösta från honom som sitter på tronen. Kan de som hatar Gud, sanningen och heligheten vara med i den himmelska skaran och ta del i deras lovsånger? Kunde de stå ut med Guds och Lammets härlighet? Nej, nej! De fick många år till sitt förfogande för att utveckla en karaktär som var lämplig för livet i himlen. Men de frågade inte efter renhet, de lärde sig aldrig himlens språk. Nu är det för sent!

Ett liv i uppror mot Gud har gjort dem olämpliga att vistas i himlen. Dess renhet, helighet och frid skulle bara plåga dem. Guds härlighet skulle bli en förtärande eld för dem. De skulle längta efter att kunna fly bort från denna heliga plats. De skulle välkomna tillintetgörelsen, så att de skulle kunna gömma sig för hans ansikte som dog för att frälsa dem. Genom eget val har de ogudaktiga bestämt sitt eget öde. De valde själva att avstå från himlen. Och eftersom Gud är rättfärdig och barmhärtig, blir deras önskan uppfylld. – *Den Stora Striden*, sidan 466 (1888).

Ditt Liv kan bli lyckligt – Låt oss alla lita på Gud. Forcera skuggan, som Satan sänker över Din stig och fatta tag om Jesu arm, den Mäktige. Överlämna allt i Hans händer. Ytra denna bön: ”Herre, jag kommer med min önskan till Dig. Jag förtröstar på Dig, och jag söker den välsignelse, som Du anser vara för min nutida och framtida användbarhet och mitt evigt bästa.” När Du reser Dig på nytt från knästående, tro! När fienden bestormar Dig med sitt mörker, sjung och tala tro, för då kommer Du att upptäcka, att Du har sjungit och talat Dig själv in i ljuset.

”Gläd er alltid i Herren. Än en gång vill jag säga: gläd er” (Filipperbrevet 4:4). De, som gör det, lever ett liv i glädje. Inga otrevligheter faller från

deras läppar, eller från deras själsomgivande stämning, ty de menar sig ej vara bättre, än andra. Göm Dig i Jesus Kristus; därmed kommer Guds sanning fortlöpande att göra Dig lämplig för det framtida, odödliga livet. När Du har förtroende för den Mäktige, lånar Du inte en annans erfarenhet; den är Din egen. – *Manuskript* 91, 1901.

Stigande Lycka under hela Evigheten – När vi genom Jesus går in i vilan, börjar himmelen redan här. Vi följer hans inbjudan: ”Kom och lär av mig.” Genom att komma börjar vi det eviga livet. Himmelen är ett oupphörligt närmande till Gud genom Kristus. Ju längre vi uppehåller oss i himmelens salighet, dess mer härlighet kommer vi att få avslöjad för oss. Ju mer vi uppnår av Guds gemenskap, dess större kommer vår lycka att bli. När vi vandrar tillsammans med Jesus i detta liv kommer vi att fyllas av hans kärlek och finna tillfredsställelse i hans närhet.

Allt det som människonaturen kan ta emot kommer vi att få redan här. Men vad är väl detta i jämförelse med det som väntar härefter? ”Därför stå de inför Guds tron och tjäna honom, dag och natt, i hans tempel. Och han som sitter på tronen skall slå upp sitt tabernakel över dem. ’De skola icke mer hungra och icke mer törsta, och solens hetta skall icke träffa dem, ej eller eljest någon brännande hetta.’ Ty lammet, som sår mitt för tronen, skall vara deras herde och leda dem till livets vattenkällor, och ’Gud skall avtorka alla tårar från deras ögon.’” – Upp. 7:15-17. – *Vändpunkten*, sidorna 329, 332 (1898).

Sektion 14 Tankar och deras Inflytande Tankevanor

Tankar formar Karaktärer – Som ”en människa tänker i sitt hjärta sådan är hon”. [Se Ords 23:7 i den engelska KJV.] Många tankar utgör varje dags oskrivna historia. Dessa tankar bidrar mycket till karaktärens utveckling. Vi måste ge noga akt på hur vi tänker, för en ondtanke gör ett djupt intryck på själen. En ond tanke efterlämnar ett ont intryck i sinnet. Om tankarna är rena och heliga gör de den som tänker dem till en bättre människa. Den andliga pulsen blir starkare genom dem och kraften att göra gott ökas. På samma sätt som en regndroppe förbereder vägen för en annan genom att fukta jorden, så förbereder en god tanke vägen för en annan god tanke. – *The Youth's Instructor*,

January 17, 1901. (*Budskap till de Unga*, sidan 133.)

Förmågan, att välja Tankars Innehåll – Alla har vi förmåga att välja det som ska fylla våra tankar och forma vår karaktär. – *Vägen till Mognad*, sidan 143 (1903).

Kräver personlig Ansträngning – Ingen annan, än Du förmår, att tygla tankarna. I kampen för, att uppnå den högsta nivån, beror framgång eller misslyckande i stor utsträckning på karaktären och det sätt, varpå tankarna behärskas. Om tankarna omgjordas så väl, som Gud önskar dem vara varje dag, kommer de att handla om de ämnen, som gör oss mera hängivna Honom. Om tankarna är de rätta, då kommer orden automatiskt att bli de rätta; handlingarna kommer att bli av det slag, som bringar glädje och tröst samt vila till själar. – *Brev* 33, 1886. (*Our High Calling*, sidan 112.)

Fostra Tankarna! – Tankarna måste fostras. Omgjorda sinnets länder, så att sinnet fungerar på rätt sätt enligt väl uträknade planer; då tas varje steg framåt, och då går ingen satsning eller tid förlorad på, att följa suddiga idéer och planer lagda på måfå. Vi måste betänka mål och mening med livet, och alltid hålla värdiga avsikter för ögonen. Varje dag skall tankarna fostras och riktas mot det rätta, liksom kompassnålen mot polen. Var och en bör ha en målsättning och avsikter, och sedan tänka och handla på så vis, att dessa avsikter går att förverkliga. Tankarna måste kontrolleras. För att lyckas med Din uppgift, måste Du vara fast besluten. – *Brev* 33, 1886. (*Our High Calling*, sidan 112.)

Utbilda Tankarna! – Livets faktiska självbehärskning består av rätt inställning i det lilla. Fostrandet av tankarna är högst viktigt. – *Manuskript* 76, 1900.

Hjärtats utbildning, tankarnas behärskning, i samverkan med den Helige Ande, åstadkommer kontroll över orden. Detta är sann visdom, och garanterar ett stilla sinne, förnöjsamhet och frid. Därmed väcks fröjd vid begrundan av Guds nåds rikedomar. – *Brev* 10, 1894.

De rätta Tankarna infinner sig inte automatiskt – På var och en av oss väntar hårt arbete. Sunda tankar, rena och heliga avsikter, infinner sig inte automatiskt i oss. Vi måste eftersträva dem. – *The Review and Herald*, den 28. november, 1899.

Infångade Tankar – I fall livet underställs sanningens herravälde, visar sig sanningens kraft vara obegränsad. Tankarna tas till fånga under Jesus Kristus. Ur hjärtats skattkammare tas fram lämpliga och uppbyggliga ord. I synnerhet bör våra ord bevakas. I ett brev till Timoteus säger Paulus: ”Som mönster för en sund förkunnelse skall du ha de ord som du har hört av mig, i tro och kärlek i Kristus Jesus. Bevara genom den helige Ande som bor i oss det goda som har blivit anförtrott åt dig” (Andra Timoteusbrevet 1:13, 14). – *Manuskript* 130, 1897.

Sinnet måste tyglas bestämt – De unga bör tidigt vänja sig vid korrekta tankemönster. Vi bör tygla intellektet till, att tänka i sunda banor och inte låta det uppehålla vid sådant, som är ont. Psalmisten utbrister: ”Låt min muns tal och mitt hjärtas tankar behaga dig, HERRE, min klippa och min återlösare” (Psaltaren 19:15).

I och med, att Gud påverkar hjärtat genom Sin Helige Ande, måste människan samverka med Honom. Tankarna måste bindas fast, begränsas, inte låtas förgrena sig och syssla med sådant, som bara försvagar och smutsar ned själen. Tankarna måste vara ofläckade, hjärtats begrundan måste vara ren, om orden ur munnen skall bli godtagbara för Himmelen och av nytta för omgivningen.

Kristus sade till fariséerna: ”Huggormsyngel, hur skulle ni som är onda kunna tala något gott? Vad hjärtat är fullt av, det talar munnen. En god människa tar ur sitt goda förråd fram det som är gott, och en ond människa tar ur sitt onda förråd fram det som är ont” (Matteusevangeliet 12:34, 35). – *The Review and Herald*, den 12. juni, 1888.

Öppen Synd tydliggör dolda Tankar – Det är inte i prövningens stund när man faller för frestelsen som det onda uppstår hos en. Då framträder bara det onda som redan finns i en människa och ligger gömt i henne. ”Framför allt som skall bevaras må du bevara ditt hjärta, ty därifrån utgår livet” (Ords 4:23). – *Men Jag säger...*, sidan 67 (1896).

Herravälde över Tankarna en Skyldighet – I Bergspredikan belyste Kristus för lärjungarna Guds lags vidsträckta grundsatser. Han lärde åhörarna, att lagen överträdades i tanken, innan den onda begärelsen utfördes i praktiken. Vi är förpliktade, att behärska tankarna och underställa dem Guds lag. Herren har gett oss sinnets ädla krafter, för att vi skall använda dem vid begrundandet av himmelska ting. Gud har ställt tillräckliga resurser till förfogande, för att säkerställa fortsatta framsteg i kristenlivet. Han

har omgett oss med hjälpmedel, för att de skall bidra till vår ökade utveckling i vetenskap och dygd. – *The Review and Herald*, den 12. juni, 1888.

Det naturliga, icke fostrade Sinnet handlar utan ädla Motiv – Det naturliga, själviska sinnet handlar, om det låts lyda sina egna, onda önskningar, utan ädla motiv, utan hänsyn till Guds förhållande eller mänskosläktets bästa. Därigenom blir tankarna onda, och inget annat, än onda hela tiden... Guds Ande åstadkommer ett nytt liv i själen, varigenom tankarna och önskemålen bringas i samklang med Kristi vilja. – *The Review and Herald*, den 12. juni, 1888. (*Our High Calling*, sidan 113.)

Fienden är ingen Tankeläsare – Själafienden kan inte läsa människornas tankar, men han är en skarp iakttagare. Han lägger märke till vad de säger och gör, och anpassar sina frestelser till deras förhållanden som utsätter sig för dem. Om vi satte värde på att undvika både syndiga tankar och känslor och inte gav uttryck för dem i ord och handling, skulle Satan tvingas att låta oss vara i fred. Då skulle han inte veta var han skulle sätta in sina angrepp. De kristna öppnar ofta dörren för själafienden på grund av att de saknar självbehärskning. – *The Review and Herald*, den 22. mars, 1887. (*Utvalda Budskap*, Band 1, sidorna 122-123.)

Många bekymrade över onda Tankar – Många bekymras allvarligt över de simpla, förstörande tankar, som nästlar sig in i sinnet och inte gärna låter sig rubbas. Satan omger oss med sina onda änglar, och ehuru de inte är några tankeläsare, lägger de noggrant märke till deras ord och göranden. Satan drar nytta av de svagheter och karaktärsbrister, som härigenom avslöjas och låter sina frestelser drabba på den punkt, där personen har svårast att värja sig däremot. Han kommer med onda förslag och inger världsliga tankar i vetenskapen om, att han på detta vis kan försätta själen i fördömelse och trældom. För alla dem, som är själviska, världsliga, giriga, stolta, felfinnande, eller gärna förringar andra – för alla, som omhuldar villolärer och karaktärsbrister – framställer Satan självskhetens njutningar och leder in själen på ett spår, som Bibeln fördömer, men som han får att framstå som ack så tilltalande.

För varje slags frestelse finns det ett botemedel. Vi överlämnas inte, att själva strida mot jaget och våra syndiga naturer i vår begränsade styrka. Jesus är en mäktig hjälpare; ett aldrig sviktande stöd... Sinnet måste hållas i och inte låtas vandra fritt. Det bör vänjas vid, att koncentrera sig på

Skrifterna och på ädla, upphöjande saker. Delar av Skriften, ja, hela kapitel, går att lagra i minnet, och sedan yttras högt, när Satan står där i porten med sina frestelser... När Satan gör sina försök, att förmå sinnet till, att stanna upp vid jordiska och sinnliga ting, går han bäst att stå emot med "Det står skrivet." – *The Review and Herald*, den 8. april, 1884.

Det enda trygga är, att tänka rätt – Vi behöver ständigt förnimma de rena tankarnas förädlande kraft och de onda tankarnas skadliga inflytande. Låt oss rikta in tänkandet på heliga ting. Låt dem vara rena och sanna, ty det enda säkra för någon själ är rätt tänkande. Det är meningen, att vi skall använda varje hjälpmedel, som Gud har lagt inom vårt räckhåll, för att styra och förbättra våra tankar. Vi skall försätta våra sinnen i samklang med Hans sinne. Hans sanning kommer att helga oss, till kropp och själ samt ande. – *Brev 123*, 1904.

Lättsinniga Tankar – Vi bör eftersträva, att hålla våra sinnen i ett tillstånd, där vi kan ta emot den Helige Andes intryck. De, däremot, som låter tankarna fortgående syssla med lättsinniga saker, erhåller inget ökat ljus. I sinnet bör vi förvara den himmelska skatten, en föda, som låter oss växa till andligen, och som härigenom förbereder oss på en helig himmel. – *Manuskript 51*, 1912. (*Our High Calling*, sidan 284.)

Resurser tillgängliga för Tankens Upphöjande – Gud har skaffat fram varje understöd, varigenom det går att rena, upphöja, förfina och förädla våra tankar. Han har inte bara lovat, att rena oss från all orättfärdighet, utan Han har också lagt upp i beredskap den mängd nåd, som kommer att lyfta våra tankar mot Honom och göra det möjligt för oss, att tillägna oss Hans helighet. Vi kan inse oss vara Kristi egendom och att vi skall visa upp Hans karaktär för världen. I och med beredelsen genom den himmelska nåden, iförs vi Kristi rättfärdighet i form av vigseldräkten, och anpassas till, att sitta ned vid bröllopsmåltiden. Vi blir till ett med Kristus, delaktiga i den gudomliga naturen, renade, förfinade, upphöjda och erkända som Guds barn – Guds arvingar och Jesu Kristi medarvingar. – *The Youth's Instructor*, den 28. oktober, 1897.

Håll Er borta från Satans förtrollade Mark (råd till en självupptagen familj) – Ni bör hålla er borta från Satans förtrollade mark och inte tillåta att era sinnen vacklar och leds bort från troheten mot Gud. Genom Jesus kan ni vara lyckliga och det borde ni vara. Ni borde vänja er vid att öva självbehärskning. Till och med era

tankar måste läggas under Guds vilja och era känslor måste underordnas förnuftet och religionen. Ni fick inte fantasin för att den skulle löpa iväg med er utan att hejdas. Ansträng er för att tygla den.

Om era tankar är orätta blir också känslorna det. Och det är känslorna och tankarna som tillsammans utgör den moraliska karaktären. När ni bestämmer er för att tro att det inte krävs av er som kristna att ni ska tygla era tankar och känslor, kommer ni in under onda änglars inflytande och inbjuder dem att vara hos er och ta kontrollen. Om ni ger efter för era impulser och tillåter tankarna att flyta i misstänksamhetens, tvivlets och missnöjets kanaler kommer ni att vara bland de mest olyckliga människor som finns. Det kommer att visa sig att era liv är misslyckade. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidan 310 (1885).

Råd till en ung Kvinna rörande Farorna med Luftslopp – Du borde ha kontroll över dina tankar. Det är ingen lätt sak. Du kan inte bli herre över dina tankar utan att anstränga dig mycket med stränghet och fasthet. Ändå kräver Gud detta av dig. Det är en plikt, som vilar på alla, som kan ställas till ansvar... Inför Gud måste du ta ansvar för dina tankar. Om du ger dig hän åt ofruktbara och tomma fantasier och tillåter ditt sinne att dröja vid det som är orent, så är du till en viss grad skyldig inför Gud, lika skyldig som om dina tankar hade blivit till handling. Det är bara brist på tillfälle som hindrar dig.

Att drömma sig bort dag och natt och bygga luftslopp är dåliga vanor som är väldigt farliga. När de väl har blivit ingrodade är det nästan omöjligt att bli kvitt dem och rikta tankarna mot det som är rent, upphöjt och heligt. Du måste trofast bevaka dina öron och ögon och alla sinnesintryck som du släpper in, om du vill ha makt över ditt sinne och hindra tomma och moraliskt ruttna tankar att fläcka ner din själ. Enbart nådens kraft kan åstadkomma denna förändring, som är så väldigt önskvärd. Du är svag på denna punkt. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidan 561 (1870).

Träng ut det Onda med det Goda – Om de så önskar, kan de avgöra, huruvida barnens sinnen skall fyllas med rena och heliga tankar och uppfattningar, fast deras smak måste formos och grundläggas med största omsorg. De måste börja tidigt med, att uttolka Skrifterna inför sina barns tilltagande vakenhet, så att dessa lägger sig till med lämpliga vanor och smak... Det går inte att utrota beståndsdelarna hos det onda, förutom

genom att bjuda på föda avsedd, att väcka rena, starka tankar. – *The Review and Herald*, den 9. november, 1886. (*Our High Calling*, sidan 202.)

Undvik negativt Tänkande – Enär vi inte är våra egna, emedan vi är köpta för ett pris, är det varje kristen bekännares plikt, att hålla tankarna under förnuftets kontroll och låta sig själv vara glad och lycklig. Hur än bitter orsaken till hans sorg må vara, bör han uppodla en anda av vila och stillhet i Gud. Vilan i Kristus Jesus, Kristi frid, hur dyrbart, hur helande dess inflytande, hur nervlugnande för en nedtryckt själ! Hur än dystra framtidsutsikterna, bör han hysa ett hopp om, att det goda skall avgå med segern. Medan ingenting vinnns på förtvivlan, förloras mycket härigenom. Samtidigt som ett glatt humör och en stilla, fridfull förtröstan gör andra lyckliga och friska, är det ändå av störst fördel för en själv. Ledsenhet och talet om obehagligheter påminner en bara om det bedrövliga förgångna, och så sjunker man djupare ned i moraset. Gud vill, att vi glömmet bort allt detta – vi skall inte blicka nedåt, utan uppåt, uppåt! – *Brev 1*, 1883.

Farligt, att koncentrera sig på det Jordiska – I fall Dina tankar, Dina planer, Dina avsikter samtliga är inriktade på samlandet av jordiska saker, kommer Din oro, Dina forskningar, Dina intressen alla att kretsa kring denna värld. De himmelska lockelserna kommer att mista sin skönhet... Ditt hjärta kommer att vara, där Din skatt är... Du kommer att sakna tid till studiet av Skrifterna och till allvarlig bön om, att Du måtte undvika Satans snaror. – *The Review and Herald*, den 1. september, 1910. (*Our High Calling*, sidan 200.)

Ändra Tankemönstren! – När sinnet länge nog har fått lov till att uppehålla sig vid jordiska ting, är det svårt att förändra tankarnas vanor. Det, som ögonen ser och öronen hör, drar ofta uppmärksamheten till sig och upptar intresset. Men om vi har för avsikt att komma in i Guds stad och se Jesus i all Hans härlighet, måste vi vänja oss vid att se på Honom med trons ögon här. Kristus ord och karaktär skulle ofta vara föremål för våra tankar och våra samtal, och varje dag borde någon tid särskilt ägnas åt bön och meditation över dessa heliga ämnen. – *The Review and Herald*, den 3. Maj, 1881. (*The Sanctified Life*, sidorna 91-92.)

Ett ädlare Slags Tankar – Människan har revolterat mot Gud och har allt sedan dess eftersträvat, att göra sitt handlande framgångsrikt i jakten på lycka. Men närhelst hon har försökt, att fylla sinnet med något annat, än Gud, har hon

blivit besviken. Det måste till ett i allt väsentligt högre tänkande, en i allt väsentligt högre sorts studium, och förträffligare ting att söka att vinna, än fallet hittills har varit. Bara Herren Jesus Kristus förmår, att rätta till de mänskliga ordens villervalla och fel och att återställa mänskliga karaktärers sundhet. Alltså bör Han vara föremålet för Din begrundan, ämnet för all konversation. Du måste komma upp på ett betydligt högre plan tanke- och handlingsmässigt, om Du skulle vilja förstå den omfattande frälsningsplanen. – *Manuskript 13*, 1897.

Lagen om Tankar och Känslor – Det är en naturlag att våra tankar och känslor uppmuntras och stärks då vi ger uttryck åt dem. Det är sant att ord följer på tankar, men det är också sant att tankar följer på ord. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 215 (1905).

Rör Dig mot Karaktärens Fullständighet! – Ett kristet liv uppenbaras genom kristna tankar, kristna ord och kristet uppförande. I Kristus finns det en gudomligt fullständig karaktär. – *Brev 13a*, 1879. (*Our High Calling*, sidan 184.)

Ny Kraft förlänas – De, som helgar själ, kropp och ande åt Gud, varvid de renar tankarna genom lydnad mot Guds lag, tar fortlöpande emot en ny tilldelning av kroppslig och mental styrka. Därvid längtar hjärtat starkt efter Gud och bes det om klarsyn, för att bli varse den Helige Andes uppgift och verk. Det ankommer ej på oss, att använda den Helige Ande, utan för den Helige Ande att använda oss, att modellera och gestalta varje kraft. – *Testimonies on Sabbath-School Work*, sidan 106. (*Counsels on Sabbath School Work*, sidan 40.)

Rätt Tänkande

[*Se Kapitel 88, "Negativt Inflytande på Sinnet".*]
Tankens Kraft en Gåva från Gud – Sinnet har anförtrotts åt oss av Gud. Intellectets krafter skall uppodlas. De skall användas så klokt, att de växer till i styrka. Var och en skall använda sina anförtrodda talenter på ett sådant sätt, att mesta möjliga goda uppnås. Sinnet skall fostras, så att själens bästa sidor kommer till uttryck och varje förmåga blir utvecklad. Vi får inte nöja oss med en låg standard. Vi skall gå från ett förträffligt arbetssätt till det andra. – *Brev 106*, 1901.

Intellectet skall fostras – Sinnet är det bästa vi äger, men det måste tränas genom studium och

eftertanke. Denna träning ges i Kristi skola. Han är den bäste och sannaste lärare, som världen någonsin lärt känna. Den kristne arbetaren måste växa. Han måste bygga upp en karaktär för att bli användbar. Han måste utbilda sig i att uthärda påfrestningar och bli vis, så att han kan planera och utföra Guds verk. Han måste vara en man med ett oskuldsfullt sinne och ett rent språk – en som vill avstå från varje tillstymmelse till det onda. Han bör inte ge något tillfälle till kritik på grund av ett tanklöst sätt att handla. Han måste ha sanningen i sitt hjärta. I hans mun får det inte finnas något svek. – *The Review and Herald*, den 6. januari, 1885.

Han [Kristus] dog för mig, så att jag skulle kunna bli välsignad och Hans glädje stanna kvar i mig. Därför låter jag tankarna löpa i den kanalen; jag utbildar dem; jag övar upp dem; jag fostrar tungan; jag tuktar tankarna; jag tränar upp allt, som finns i mig, för att jag måtte kunna koppla ihop det med Jesus Kristus. – *Manuskript 36*, 1891.

Varje förmåga i sinnet, varje ben i kroppen, varje muskel i de olika kroppsdelarna, visar att Gud har inrättat detta till att användas och inte till att förbli passivt. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidan 411 (1880).

Rätt Tänkande vår enda Trygghet – Vi bör alltid komma ihåg vilken förädlade kraft det ligger i rena tankar. Det enda trygga för alla är att tänka rätt. Som människan tänker, sådan är hon. Förmågan till självbehärskning stärks genom övning. Det som först verkar svårt blir lättare efter ständig upprepning, tills rätta tankar och handlingar blir en vana. Om vi vill, kan vi vända oss bort från allt som är tarvligt och lågt och höja oss till en högre nivå, och bli respekterade av människor och älskade av Gud. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 431 (1905).

Tänkande, som kretsar kring Kristus – Ens sista tanke på kvällen, ens första tanke på morgonen, bör vara på Honom, kring vilken kretsar ens hopp om evigt liv. – *Brev 19*, 1895. (*Our High Calling*, sidan 116.)

Det Positiva skall utvecklas – Den handlingskraft och energi, den karaktärens fasthet och styrka som Jesus uppenbarade, skall utvecklas i oss genom samma disciplin som han utövade. Den nåd han mottog stå oss alla till buds. – *Vändpunkten*, sidan 62 (1898).

Ansträngning i Proportion till Värdet av Målet – Gud måste vara medelpunkten för våra

tankar. Vi måste göra allvarliga ansträngningar för att övervinna våra köttsliga, onda böjelser. Våra ansträngningar, vår självförnekelse och vår uthållighet, måste stå i proportion till det oändliga värdet av det mål som vi strävar efter. Bara genom att segra på det sätt Kristus segrade skall vi vinna livets krona. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 399 (1905).

Tänk själv! – Om Du låter någon annan sköta tänkandet åt Dig, försvagas Du fysiskt och krymper Du andligen och till intellektet. Många sitter där med sina förkrympta förstånd, eftersom de har begränsat dem till, att syssla med vardagligheter. Just Du borde brottas med frågeställningar, som fordrar användningen av de högsta krafterna hos Ditt sinne. – *The Review and Herald*, den 16. april, 1889.

Hjärtats Förfining lärs i Kristi Skola – Verklig artighet lär vi oss inte genom att bara visa etikett. Vi bör alltid lägga oss vinn om anständighet i vårt uppträdande. Om vi inte kompromissar med våra principer, kommer vår hänsyn till andra att leda till att vi följer godtagna seder, och verklig artighet kräver inte att vi ger efter på våra principer för konventionens skull. Den bryr sig inte om vår sociala ställning. – *Vägen till Mognad*, sidan 260 (1903).

Mental Disciplin krävs – Förmågan att samla tankarna om den uppgiften man håller på med är en stor välsignelse. Gudfruktiga ungdomar borde sträva efter att uppfylla sina plikter med uppmärksam övervägande. De borde hela tiden låta tankarna gå i rätt bana och göra sitt bästa. De borde förstå vilka plikter de för tillfället har och koncentrera sig om dem. Denna sinnets disciplin kommer att vara till nytta för dem genom livet och kommer att föra med sig mycket gott. De som lär sig att ha tankarna med sig i allt de gör, hur liten uppgiften än tycks vara, kommer att bli till nytta här i världen. – *The Youth's Instructor*, den 20. augusti, 1903. (*Budskap till de Unga*, sidan 149.)

Idéers inbördes Förhållande – Somliga sinnen liknar mera en loppmarknad, än något annat. Många halva och hela bitar av sanning har samlats ihop och lagrats där; men de vet inte, hur de skall framföra dem på ett klart, sammanhängande sätt. Det är dessa tankars inbördes samband, som gör dem värdefulla. Varje tanke och uttalande bör hänga ihop lika väl som länkarna i en kedja. När en predikant håller ut en massa fakta över åhörarna och låter dem själva bringa ordning i det hela, är hans arbete fåfängt; ty det är få, som gör det. – *The Review and Herald*, den 6. april, 1886. (*Evangelisation*, sidorna 648-649.)

Därför intar Sinnet en låg Position – Om det mänskliga sinnet intar en låg position, brukar det bero på, att det bara får syssla med vardagsnära angelägenheter och inte utmanas av avancerade, upphöjda sanningar, vilka är lika bestående som evigheten. Dessa litteratursällskap och litterära samfund utövar vanligen ett inflytande raka motsatsen till det hävdade, ja, de skadar ungdomen. Så här behöver det inte vara, men eftersom ohelgade element intar täten, eftersom världsliga personer vill ha det, som de finner behagligt, är deras hjärtan ej i samklang med Jesus Kristus. De står i Herrens fienders led, och de ogillar det slags underhållning, som stärker och bekräftar sällskapet andligen. Enkla, simpla saker förs på tal, som inte är upphöjande eller undervisande, utan som blott förströr och lockar fram ett skrott. – *Manuskript* 41, 1900.

Tankar på Oväsentligheter – Sinnet är hela tiden igång, medan personen är vaken. Om det uppehåller sig vid oväsentligheter, blir intellektet förkrympt och försvagat. Måhända det förekommer spasmodiska tankeblixtar; men sinnet är ovan vid stadig, nykter reflektion. Det förekommer ämnen, som kräver allvarlig eftertanke... Genom att koncentrera sig på dessa evigt betydelsefulla ämnen, stärks sinnet och utvecklas sinnelaget. – *The Review and Herald*, den 10. juni, 1884.

Tankarna avger outplånliga Spår i Själens – Avhåll Dig från allt ont. Alldagliga synder, oavsett hur obetydliga de anses vara, försvagar Din moraliska uppfattningsförmåga och utplånar de invärtes intryck, som den Helige Ande lämnar efter Sig. Tankarnas natur avger sin stämpel i själen, och alla simpla samtal förorenar sinnet. Allt ont verkar till deras ruin, som begår det. Gud kan och tänker förlåta den ångrande syndaren, men även om han blir förlåten, är själen skadad; kraften hos de upphöjande tankar, som är möjliga för ett oskadat sinne, är ödelagd. Själens bär på dessa ärr genom alla tider. Låt oss söka efter den tro, som verkar genom kärlek och renar hjärtat, så att vi förmår att återge Kristi karaktär inför världen. – *The Review and Herald*, den 8. december, 1891. (*Grundsatser för Kristen Utbildning*, sidan 195.)

Omge Själens med en ren Atmosfär – Ingen skall vara framfusig eller påträngande, utan vi skall i stillhet leva enligt vår tro, med blicken endast riktad mot Guds ära. . . . Så kommer vi att skina som ljus i världen, utan larm eller slitningar. Ingen behöver misslyckas, ty Han är med dem, och Han är vis i Sina råd, den Främste i Sin verkan och mäktigt till, att utföra Sina planer. Han

verkar genom Sina hjälpare, de synliga och de osynliga, de mänskliga och de gudomliga. Denna uppgift är stor och kommer att utföras till Guds ära, om alla, som har med den att göra, får sina handlingar att harmoniera med sin trosbekännelse. Renhet i tanken är ett måste i arbetet med, att påverka andra. Själens måste vara omgiven av en ren och helig atmosfär – en atmosfär, som bidrar till näring åt det andliga livet hos alla dem, som andas in den. – *Brev* 74, 1896. (*Guds Söner och Döttrar*, den 5. november.)

Varje Uns av Energi skall tas i Anspråk (råd till en ung kvinna) – Livet i själen går inte att vidmakthålla, med mindre det läggs under Guds vilja. Varje uns av energi skall tas i anspråk, för att göra den gudomliga viljan. Om vi inriktar våra tankar på Gud, kommer de att vägledas genom Hans kärlek och kraft. Lev sedan, mitt kära barn, på orden, som kommer från Kristi läppar. Måtte Herren stärka och välsigna samt leda Dig. Kämpa Dig framåt och tro, att bara Du ber, kommer Du att få. – *Brev* 339, 1905.

Kristus förändrar Tankar – Kristus kom för att förändra hennes tankars och känslors inriktning. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 1, sidan 196 (1859).

Såsom Blomstret vänder sig mot Solen – Lyft ditt sinne mot det ovanjordiska, så att Gud kan låta dig få uppleva en fläkt av den himmelska atmosfären. Vi kan leva i så nära gemenskap med Gud, att våra tankar under varje oväntad prövning riktas mot Gud lika naturligt som blomman vänder sig mot solen. – *Vägen till Kristus*, sidorna 99-100 (1892).

Förvandlingen inleds i Tanken – Orden ”Jag skall ge er ett nytt hjärta” (Hesekiel 36:26) betyder ”Ett nytt sinne skall Jag ge Er.” Övergången till ett nytt hjärta ackompanjeras alltid av en tydlig förnimmelse av den kristnes plikt, en insikt om sanningen. Klarheten hos vår förståelse av sanningen kommer att stå i förhållande till vårt begripande av Guds Ord. – *Counsels to Parents, Teachers, and Students*, sidan 452 (1913).

Det behövs, att Guds förvandlande nåd griper tag i vår tankeförmåga. Kanhända vi tänker på det onda, kanske vi fortsatt riktar in sinnet på motbudande saker, men vad sker så med oss? Jo, hela vår erfarenhet anpassas till det, som vi håller blicken på. Men genom att betrakta Jesus, förvandlas vi till likhet med Honom. Den levande Gudens tjänare använder sinnena med eftertanke. Ögon och öron blir helgade, och de, som täpper

till sinnen inför ondskan, blir nya skapelser. – *Manuskript 17, 1894.*

Tvivel

Gåtor vi ej kan lösa – Guds ord innehåller i likhet med dess gudomliga upphovsmans väsen hemligheter, som vi aldrig fullständigt kan fatta. Syndens inträde i världen, Kristi människoblivande, den nya födelsen, uppståndelsen och mycket annat som avhandlas i Bibeln, är så djupa och betydelsefulla, att vårt mänskliga intellekt inte kan förklara eller ens fullkomligt fatta dem. Men vi har ingen orsak att tvivla på Guds ord bara därför att vi inte kan förstå hans gudomliga försyns hemligheter. Överallt i naturen omges vi av hemligheter som vi inte kan utforska. De allra minsta levande varelser ger anledning till problem som inte ens den kunnigaste vetenskapsman kan utreda. Överallt ser vi under som övergår vår fattningsförmåga. Skulle vi då förvånas över att det även i den andliga världen finns hemligheter som vi inte kan begripa? Svårigheten ligger helt och hållet i vårt mänskliga intellekts svaghet och begränsning. Gud har i Bibeln gett oss tillräckliga bevis för sitt Ords gudomliga ursprung. Vi bör därför inte tvivla på hans ord, därför att vi inte kan förstå alla hans försyns hemligheter. – *Vägen till Kristus*, sidorna 106-107 (1892).

Möjlighet till Tvivel inte borttagen – Gud har gett oss tillräckligt med bevis för att vi skall kunna tro. Ändå kommer han aldrig att ta bort varje ursäkt för otro. Alla som söker efter krokar att hänga upp sina tvivel på kommer att finna dem. Och de som vägrar att ta emot och lyda Guds ord, till dess att varje invändning har avlägsnats och det inte längre finns någon möjlighet att tvivla, kommer aldrig att finna ljuset.

Misstro mot Gud är det naturliga utslaget av ett sinne som inte är omvänt och som står i fiendskap mot honom. Men tron inspireras av den helige Ande, och den måste ges näring om den skall växa. Ingen kan bli stark i tron utan allvarlig ansträngning. Otron stärks när den uppmuntras. Om människor, i stället för att stanna vid de bevis som Gud har gett för att underbygga deras tro, tillåter sig att tvivla och kritisera, finner de snart att tvivlen växer. – *Den Stora Striden*, sidan 527 (1911).

I Enlighet med Bevisens Tyngd – De som vill tvivla kommer att ha rika tillfällen. Gud har inte

för avsikt att undanröja varje tillfälle till otro. Han ger bevis, som omsorgsfullt måste undersökas av ett ödmjukt och läraktigt sinne, och allt skulle avgöras i enlighet med bevisens tyngd. Gud ger tillräckligt med bevis för att ett uppriktigt hjärta skall kunna tro. Men den som vänder sig bort från bevisen, därför att det är några få ting han inte kan fatta med sitt begränsade förstånd, lämnas kvar i den kalla, kyliga atmosfären av otro, frågor och tvivel, och kommer att lida skeppsbrott i tron. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidorna 675-676 (1889).

Lita inte på Dina Känslor! (råd till en tvivlare) – Från tidens början har barmhärtighetens stora plan gått ut på, att förmå varje anfäktad själ till, att lita på Hans kärlek. För närvarande, när Ditt sinne pinas av tvivel, ligger Din trygghet inte i, att lita på Dina känslor, utan på den levande Guden. Allt Han begär av Dig, är att sätta Din tillit till Honom och erkänna Honom som Din trofaste Frälsare, som älskar Dig och har förlåtit Dig alla Dina misstag och felsteg. – *Brev 299, 1904.*

Låt aldrig en tvivlande Tanke se Dagsljuset! – Var lika trofast på din post som Abraham var, så att inte korpar eller andra rovfåglar slår sig ner på ditt offer till Gud. Vi bör vara så vaksamma mot varje tvivlande tanke att den inte på något sätt kommer till uttryck. Ljuset flyr från ord som ärar mörkrets makter. Vår uppståndne Herres liv bör dagligen uppenbaras i oss. – *Brev 7, 1892.* (*Utvalda Budskap*, Band 2, sidan 244.)

Kroniska Tvivel kretsar kring Jaget – Att vara kronisk tvivlare, är en stor olycka, varigenom man grubblar på sig själv. Medan Du stirrar på jaget, medan det är ämne för tanke och samtal, skall Du inte vänta Dig, att Du blir omvandlad till Kristi avbild. Jaget är inte Din frälsare. Du äger inga förlösande förmågor i Dig själv. ”Jag” är en ständigt läckande båt, som Din tro icke skall borda. Så snart som Du överlåter Dig åt den, förliser den.

Livbåten, till livbåten! Däri består Din enda trygghet. Jesus är Skepparen på livbåten, och Han har aldrig förlorat en passagerare.

Modstulna tvivlare, hur kan Ni föreställa Er, att hjärtat skall glöda av Kristi kärlek? Hur kan Ni förvänta Er, att Hans glädje skall bli kvar i Er och Er fröjd bli fullständig, samtidigt som Ni begrundar och livnär Er på Era egna ofullkomliga karaktärer? – *Brev 11, 1897.*

Tro kontra Otro – Vi har ingen aning om, hur mycket vi går miste om genom otro. Utan tro,

förlorar vi slaget. Vi har en Frälsare, som förstår Sig på varje fas i våra liv. Han känner till våra besvikelser, och Han vet om exakt, vilken hjälp vi tarvar eller behöver. Vi är i behov av tro på Honom, en tro, som verkar genom kärlek och renar själen. – *Manuskript* 41, 1908.

Tron växer genom strider med tvivlen; dygden blir muskulösare genom motstånd mot frestelsen. – *The Youth's Instructor*, april 1873.

Omhulda Tron! – Det förekommer ingen uppmuntran till att inte tro. Herren ger upprepade gånger prov på Sin nåd och kraft, och därav bör vi lära oss, att det alltid under alla omständigheter är gynnsamt att omhulda tro, att tala tro, att agera ut tro. Vi skall inte låta våra hjärtan och händer försvagas, genom att ge utrymme åt misstänksamma individer att så tvivel och bristande tillit i våra hjärtan. – *Brev* 97, 1898. (*SDA Bibelkommentar*, Band 7, sidan 928.)

Tvivel underlättar för Nervsjukdomar – Försäkran om Guds gillande stärker kroppens hälsa. Den bygger upp själens motstånd mot tvivel, rådlöshet och överdrivet sörjande, som så ofta suger ut livskraften och orsakar psykiska sjukdomar av de mest nedbrytande och ångestladdande slag. Herren har gett Sitt osvikliga ord på, att Han skall vaka över de rättfärdiga, och höra deras bön, samtidigt som Han går emot alla, som utträttat det onda. Vi gör det väldigt svårt för oss i den här världen, när vi slår in på en kurs, som får oss att krocka med Herren. – *The Review and Herald*, den 16. oktober, 1883. (*SDA Bibelkommentar*, Band 3, sidan 1146.)

Sky Misstankar likt Pesten! – Ingen misstänksamhet eller otro får ta våra sinnen i besittning. Ingen ängslan på grund av Guds storhet får förvirra vår tro. Måtte Gud hjälpa oss att ödmjuka oss i saktmod och anspråkslöshet. Kristus lade bort sin kungliga klädnad och krona, för att han skulle kunna förena sig med mänskligheten och visa att människor kan göras fullkomliga. Klädd i barmhärtighetens dräkt levde han ett fullkomligt liv i vår värld, för att ge oss bevis på sin kärlek. Han har gjort det som skulle göra det omöjligt att inte tro på honom. Från sin höga härskarplats i de himmelska salarna förnedrade han sig för att ta på sig mänsklig natur. Hans liv är ett exempel på vad vårt liv kan vara. Kristus blev en smärtornas man och förtrogen med lidande, för att ingen ångest på grund av Guds storhet skulle komma in och sopa bort vår tro på hans kärlek. Ett människohjärta som har överlåtits till honom, kommer att vara en helig

harpa som leder fram till helig musik. – *Brev* 365, 1904. (*Utvalda Budskap*, Band 2, sidan 253.)

Ingen Ursäkt för modstulna Ord – ”Han har frälst oss från mörkrets välde” (Kolosserbrevet 1:13). Om det stämmer, vilken ursäkt kan vi då ha, för att tala modlöshet och otro samt tvivel – varigenom vi höljer oss i mörker som med en kappa? Låt oss knuffa bort tvivlets mörka skugga, ja, överlämna den åt Satan att bära, upphovsmannen till alla tvivel och modstulenheter. Han försöker, att få sin helvetiska skugga att lägga sig tvärs över vår gångväg. Vår tro måste tränga igenom tvivlets och otrons mörka skugga, så att vi förmår att greppa Kristi arm där bortom. – *Manuskript* 102, 1901.

Så stötte Ellen White bort Tvivlens Skuggor – När Satan breder ut sin helvetiska skugga över min gångväg, tittar jag inte på den, jag talar heller inte om den, för att inte förhärliga Djävulen, genom att prata om honom och hans makt samt om de besvär jag går igenom. Nej, jag klyver skuggan, och med trons hjälp tar jag tag om Jesus Kristus. Genom att betrakta, förvandlas vi ”till en och samma bild, från härlighet till härlighet.” {Andra Korintierbrevet 3:18.} Tala tro. Varje uttryckt tvivel är ett sått frö, och det frö kommer att slå rot i något hjärta. Vi måste akta oss för, att tala ett enda ord av tvivel och härigenom prisa Djävulen för hans förunderliga förmåga, att hålla Dig på mattan. Nej, Kristus har köpt mig och förlöslat mig. Satan har ingen makt över mig. – *Manuskript* 16, 1894.

Felaktiga Uppfattningar om Gud – Satan jublar då han kan förleda Guds barn till otro och förtvivlan. Han gläder sig över att se oss hysa misstro mot Gud och tvivla på hans beredvillighet och makt att frälsa. Han vill gärna att vi skall få föreställningen, att Herren vill skada oss genom sin försyns ledning.

Han vill få oss att tro att Gud inte känner någon medkänsla med oss och vägrar oss sin nåd. Han förvränger vad som är sant om Gud och fyller våra sinnen med falska begrepp om honom. Och i stället för att tänka på vår himmelske Fader såsom Bibeln framställer honom, låter vi oss alltför ofta förledas av Satans falska föreställningar och vanhedrar Gud genom att misstro honom och klaga över hans ledning. Satan söker alltid göra vårt kristliga liv dystert.

Han vill att vi skall tycka att det är mödosamt och besvärligt. När den kristne i sitt eget liv framställer Kristi lära på detta sätt, främjar han

genom sin otro Satans falska föreställningar. – *Vägen till Kristus*, sidan 101 (1892).

Slut till Hjärteporten mot Tvivlen! – När Djävulen finner sig med sina tvivel och sin otro, stäng då dörren till hjärtat. Blunda, så att Du inte behöver titta någon längre stund på hans helvetiska skugga. Öppna sedan ögonen igen och låt dem betrakta de eviga tingen, det ger Dig styrka varje stund. Äktheten i Din tro är långt värdefullare, än guld. {Se Första Petrusbrevet 1:7.} Den får Dig, att modigt kämpa Herrens strid: ”Ty vi strider inte mot kött och blod utan mot furstar och väldigheter och världshärskare här i mörkret, mot ondskans andemakter i himlarna” (Efésierbrevet 6:12).

Satan gör anspråk på världen. Han hävdar, att vi tillhör honom. Skall vi då ge honom det han gör anspråk på? Nej. Jag är någon annans tillhörighet. Jag har blivit köpt för ett pris, och min uppgift är, att förhärliga Gud i min kropp och ande. Jag har inte tid till, att tala otro. Det är tro, som jag måste tala. Jag måste stärka min tro, genom att utöva den. Och sedan växer min tro, när jag träder ut med Guds löften som stöd. Det gör, att jag kan tillgodogöra mig än mer tro stegvis!

Välsignade, underbare Jesus! Jag älskar Honom, därför att Han utgör tröst och hopp samt möjligheter och resurser för mig; Han är min och Er personligen. Jag skulle vilja, att Ni betraktar Er som Hans egendom. Bestäm Er för, att verkligen bestiga Sions Berg. Ha klart för Er, att det där finns en skatt för Er, som Ni kan få. – *Manuskript 17*, 1894.

Ett tvivlande Ord ger Utrymme åt nästa – Ett ord av tvivel, ett ord av ont tänkande och ont talande ger utrymme åt mera av samma slag. Detta innebär en sådd, som leder till en skörd, vilken få vill inhösta. – *Brev 117*, 1896.

Tvivlets Utsäde ligger och gror – De som besväras av tvivel och har problem som de inte kan lösa, borde inte kasta andra svaga människor in i samma förvirring. Somliga har antytt eller berättat om sin otro och spritt den vidare, utan att ana vilka konsekvenser det skulle få. Ibland har otrons frön fått omedelbar effekt, medan de hos andra har legat begravda ganska länge, tills personen har slagit in på fel väg och gett plats åt fienden, och Guds ljus har dragits tillbaka från honom och han har fallit för Satans starka frestelser. Då spirar otrons frön som såddes för så länge sedan. Satan ger dem näring och de bär frukt.

Allt som kommer från pastorer som borde stå i ljuset, har ett starkt inflytande. Och när de inte har stått i Guds klara ljus, har Satan använt dem som sina redskap och har genom dem skjutit sina brinnande pilar på människor som inte var beredda att stå emot det som kommer från deras pastorer. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 1, sidan 378 (1863).

Vår Skyldighet, att tro – Lita på, att Guds ord inte sviker, utan att Han, som har lovat, är trofast. Det är lika mycket Din plikt, att tro att Gud kommer att förverkliga Sitt ord och förlåta Dig Dina synder, som det är Din plikt, att bekänna Dina synder. Din tro måste riktas mot Gud som en, som gör exakt det Han har Sig komma att göra – förlåta alla Dina överträdelser.

Hur vet vi, att Herren visst är vår syndaförlåtande Frälsare, och få belägg för Hans stora välsignelser, den väldiga nåd och kärlek Han har lovat, att Han hyser för den ångerfulle, med mindre vi villkorslöst litar på Hans ord? Oh, hur många det är, som går omkring och sörjer, syndar och ångrar sig, men alltid har ett fördömande moln hängande över sig! De tror inte på Herrens ord. De tror inte, att Han kommer att göra precis det Han har sagt, att Han skulle göra. – *Brev 10*, 1893.

Tvivlens Orsak – Kärleken till Synden – Hur mycket man än kan söka försvara tvivlet och förnekandet, är den verkliga orsaken i de flesta fall kärlek till synden. Guds ords undervisning och förbud är obehagliga för den som är övermodig och älskar synden. Den som inte vill lyda Bibelns undervisning, är alltid benägen att tvivla på dess auktoritet. För att få kunskap om sanningen måste vi känna en uppriktig önskan att lära känna den och vara villiga att lyda den. Och alla som studerar Bibeln i denna anda, skall finna tillräckliga bevis för, att den är Guds ord, och de skall förstå dess sanningar och dessa skall visa dem vägen till frälsning. – *Vägen till Kristus*, sidan 111 (1892).

Omhuldad av den Ovarsamme – De som inte vandrar varsamt, utsätts lätt för tvivel och otro. De är smärtsamt medvetna om att deras liv inte skulle kunna bestå den prövning som Guds Ande underkastar dem, vare sig han nu talar till dem genom Bibeln eller genom Vittnesbörden. I stället för att ha tillräckligt med sig själva och med att försöka få sina liv till att stämma överens med evangeliets rena principer, finner de fel och talar nedsättande om det medel som Gud har valt, för att göra sitt folk berett att bestå på Herrens dag. –

Manuskript 1, 1883. (Utvalda Budskap, Band 1, sidan 40.)

Gynnsamt upptagna Tvivel betraktas som Dagens Sanning – Det gängse sättet, att undervisa de unga på, motsvarar inte standarden för sann utbildning. Citat från otrogna vävs in i läroböckerna, medan Guds utsagor ifrågasätts eller rent av förkastas helt. På så sätt vänjs de unga vid Satans utsagor, och väl tvivlen har fått fottfäste, framstår de som dagens sanning för mottagarna. Vetenskaplig forskning görs vilseledande på grund av sättet, som dess upptäckter tolkas och förvrängs på. – *The Youth's Instructor*, den 31. januari, 1895. (MM 90.)

Så skall Tvivlen bemötas – Du sårar Kristi hjärta med Ditt tvivel, när Han har gett så hållbara bevis på Sin kärlek, genom att offra Sitt liv för vår frälsning, så att vi inte skulle gå under, utan ha evigt liv. Han har förklarat för oss, vad vi skall göra. ”Kom till mig, alla ni som arbetar och bär på tunga bördor, så skall jag ge er vila” (Matteusevangeliet 11:28). – *Brev 10*, 1893.

Tvivlen försvinner, när man försöker, att välsigna andra – Det finns många som klagar över sina tvivel och beklagar sig över att de inte har visshet om sin kontakt med Gud. Detta kan ofta anses bero på det faktum, att de ingenting utträttar i Guds verk. Låt dem allvarligt sörja för att hjälpa och välsigna andra. Då kommer deras tvivel och förtvivlan att försvinna. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidan 395 (1885).

De, som utan avbrott talar om sina tvivel och fordrar ytterligare belägg, för att förvisa sitt moln av otro, bygger ej på Ordet. Deras tro vilar på omständigheter; den bygger på känslor. Men känslor, om de än är så behagliga, är inte tro. Guds Ord är det fundament, på vilket vårt hopp om himmelen måste byggas. – *Brev 11*, 1897.

Ju mera man talar om sina Tvivel, desto starkare blir de (råd till en tvivlande pastor) – Jag såg att Guds änglar såg bedrövat på dig. De hade lämnat din sida och vände sig med sorg bort, medan Satan hänlog triumferande över dig. Om du hade kämpat med dina tvivel själv och inte uppmuntrat djävulen att fresta dig genom att ge uttryck för din otro och älska att dröja vid den, skulle du inte ha dragit till dig de fallna änglarna att omge dig i ett så stort antal. Men du valde att tala om ditt mörker. Du valde att uppehålla dig vid det, och ju mer du talar och dröjer vid det, desto mörkare blir du.

Du stänger ute varenda himmelsk ljusstråle och en stor avgrund öppnar sig mellan dig och de enda som kunde hjälpa dig. Om du fortsätter på den väg du har slagit in på, väntar olycka och elände. Guds hand kommer att stoppa dig på ett sätt som du inte kommer att gilla. Hans vrede kommer inte att slumra. Men nu inbjuder Han dig. Nu, just nu, kallar Han dig att vända tillbaka till Honom utan att dröja, och Han kommer nådigt att förlåta dig och hela alla dina felsteg. Gud leder ett folk ut, som är speciellt. Han kommer att luttra och rena dem och göra dem passande för förvandling. Allt köttsligt kommer att rensas bort från Guds särskilda klenoder, tills de blir som guld som har renats sju gånger. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 1, sidorna 430-431 (1864).

Låt Strålar av Ljus skingra Tvivlens Skuggor – Vi behöver fyllas av Guds samlade fullhet, för då kommer vi att få liv, kraft, nåd och frälsning.

Hur skall vi vinna dessa stora välsignelser? Kristus dog, för att vi skulle erhålla dem genom tro på Hans namn. Han har erbjudit oss ljus och liv för intet. Varför skulle vi envisas med, att sätta upp krokare, att hänga våra tvivel på? Varför skulle vi fylla minnets galleri med tvivlets nedslående scener? Varför inte låta Rättfärdighetens Sols klara strålar skina in i hjärtats och sinnets kamrar, för att skingra otrons skuggor? Vänd Dig därför till Ljuset, till den dyrbare Frälsaren Jesus.

I stället för att blicka på människors fel och brister, övergå till att begrunda Hans karaktär, som är felfri. Jesus är ”ypperst bland tiotusen”, ja, ”allt hos honom är ljuvlighet.” {Höga Visan 5:10, 16.} Vi skall inte göra någon person till vår mönsterbild, vårt föredöme. Gud har gett oss en fullkomlig modell i Sin enfödde Son, och genom att se på Honom, skall vi förvandlas till likhet med Honom. Betrakta Kristus, vars tron är hög och upphöjd, och vars härlighets släp fyller templet. – *Manuskript 66*, 1895.

Fantiserande och Sjukdom

[*Se också Kapitel 7, ”Sjukdom, som börjar i Sinnet”; Kapitel 42, ”Sinne och Hälsa”; Kapitel 63, ”Fantasin”.*]

Fantiserandet medför allvarliga Former av Sjukdom – Sinnet behöver kontrolleras, för det har starkast inflytande på hälsan. Fantasin leder ofta fel och när den får lov, ger den upphov till stränga former av sjukdomar hos den som

drabbats. Många dör av sjukdomar som för det mesta är inbillade. Jag känner till åtskilliga som har dragit på sig verkliga sjukdomar därför att de påverkats av inbillade föreställningar. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidan 523 (1870).

Personer dör, när de kunde bli friska – Tusentals är sjuka och döende runt oss, som skulle kunna må bra och leva om de ville, men de är styrda av sin inbillning. De är rädda för att de skall bli sämre om de arbetar eller använder sin kropp, när det är just den förändringen de behöver för att bli bra. Annars kan de aldrig bli bättre. De borde öva viljekraften, resa sig över sin värk och svaghet, sysselsätta sig med något nyttigt och glömma att de har värkande rygg, höfter, lungor och huvuden. När vi försummar att öva hela kroppen eller en del av den, kommer vi att dras med sjukdom och vara i dålig form. Om något av kroppens organ inte är i verksamhet kommer det som följd att minska i storlek och muskelkraft och blodet kommer att flyta trögt genom blodkärlen. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidan 76 (1872).

Fantasin kan styra över Delar av Kroppen – Det är bristen på harmonisk verkan i mänskokroppen, som för med sig sjukdom. Fantasin kan så styra över andra delar av kroppen, att de insjuknar. Alla delar av organismen måste fungera harmoniskt. – *Manuskript 24*, 1900. (*Medical Ministry*, sidan 682).

Dör på Grund av sjuklig Fantasi – En gång besökte jag en ung kvinna, som jag kände väl. Hon var dålig och blev snabbt sämre. Mamman ville, att jag skulle be för dottern. Modern stod där gråtande och sade: ”Stackars liten; hon blir inte gammal.” Jag tog pulsen. Jag bad med henne, och sedan sade jag till henne: ”Min syster, bara Du stiger upp och klär på Dig och går till Ditt vanliga arbete på kontoret, kommer all denna invaliditet att försvinna.”

”Tror Du, att det här skulle gå över?”, sade hon.

”Javisst”, sade jag. ”Du har nästan släckt livsgnistan genom Din invaliditet.”

Jag vände mig till modern och sade åt henne, att hennes dotter skulle ha dött av en sjuk fantasi, om de inte hade överbevisats om sitt misstag. Hon hade övertygat sig själv om sin invaliditet. Denna utbildning är en usel sådan. Men jag sade till henne: ”Ta nya tag; stig upp och klä på Dig.” Hon lydde, och lever ännu i dag. – *Brev 231*, 1905. (*Medical Ministry*, sidan 109).

Fantasin påverkad av Sjukdom – Du är ytterst finkänslig och har djupa känslor. Du älskar inte strid. Du är strängt samvetsgrann och ditt omdöme måste överbevisas innan du ger efter för andras åsikter. Om din fysiska hälsa inte hade varit försvagad hade du kunnat vara en särdeles användbar kvinna. Du har länge varit drabbad av sjukdom och detta har inverkat på din fantasi, så att du i dina tankar har koncentrerat dig på dig själv och din inbillningskraft har påverkat din kropp. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidan 74 (1872).

Så botas en sjuklig Fantasi – Det ljus, som har getts mig, visar att om systemen Du nämner, skulle ta sig samman och uppodla sin smak på nyttig mat, skulle alla dessa svimningstendenser försvinna. Hon har uppodlat sin fantasi; fienden har dragit nytta av hennes kroppsliga svaghet, och hennes sinne är inte starkt nog, för att orka med vardagens prövningar. Det är sund, helig, sinnesbotande behandling hon behöver, ett tillskott av tro, liksom aktiv tjänst för Kristus. Hon behöver också träna musklerna utomhus i praktiskt arbete. Fysisk motion kommer att för henne vara en av hennes livs största välsignelser. Hon behöver inte vara invalid, utan en sunt tänkande, frisk kvinna, som är redo, att göra sin plikt på ett ädelt och bra sätt.

All behandling, som må ges denna syster, kommer att vara till liten nytta, såvida inte hon gör sin del. Hon behöver stärka muskler och nerver genom kroppsarbete. Hon behöver inte vara invalid, utan kan utföra gott, allvarligt menat och ärligt arbete. Liksom många andra, har hon en sjuklig fantasi. Dock kan hon vinna seger och bli en hälsosam kvinna. Det här budskapet har jag framfört till många, och med det bästa utfall. – *Brev 231*, 1905. (*Medical Ministry*, sidorna 108-109).

Påkalla Viljans Hjälp – Lättja är en allvarlig synd. Genom att ständigt tänka på sig själva, tror män, kvinnor och unga, att de är i mycket sämre skick, än de egentligen är. De ömmar för sina krämpor, och tänker på dem och talar om dem, till dess deras egen användbarhet tycks ha upphört. Många har hamnat i graven, som kunde och borde ha levat. Deras fantasi har varit störd. Hade de stått emot sin fallenhet för, att ge upp inför ohälsa och besegras av denna; hade de påkallat undsättning från viljekraften, kunde de ha levat och välsignat världen med sitt inflytande. – *The Health Reformer*, juli, 1868.

Samband mellan Befrielse från Synd och Sjukdoms Botande – Läkaren bör samarbeta med

Kristus i sitt arbete för de sjuka. Frälsaren arbetade för att hjälpa människor både själsligt och fysiskt. Det evangelium han förkunnade var ett budskap om andligt liv och fysisk återställelse. Befrielse från synd och botande av sjukdom hörde samman. Samma arbete har blivit anförtrott åt den kristne läkaren. Han skall förena sig med Kristus i arbetet att lindra både fysisk och andlig nöd hos sina medmänniskor. Han borde vara en nådens budbärare för den sjuke genom att komma med läkedom för såväl den sjuka kroppen som den syndsjuka själen. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 81 (1905).

Beslutsamhet och Viljan

Makten, som styr över Människans Natur – Viljan är den makt som styr den mänskliga naturen. Alla människans förmågor förs in under dess inflytande. Viljan är inte smaken eller böjelsen utan den bestämmande makten, som verkar i människorna, så att de antingen är lydiga eller olydiga mot Gud. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidan 513 (1889).

Allt hänger på dess rätta Användning – De som är utsatta för frestelser behöver förstå viljans sanna betydelse. Det är den som är den styrande makten i den mänskliga naturen – makten att kunna besluta och välja. Allt hänger på att man använder viljan på rätt sätt. Önskan att vara god och ren är bra, så långt den räcker, men om det stannar bara med önskningar, är det till ingen nytta. Många går mot sin undergång samtidigt som de hoppas och önskar att övervinna sina onda böjelser. De överlämnar inte viljan till Gud. De väljer inte att tjäna honom. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 145 (1905).

Drivkraften bakom alla Handlingar – Det är viljan som är drivkraften till allt vad du gör. Denna vilja, som är en så viktig del av människans karaktär, fick Satan kontroll över, när människan föll i synd. Han har sedan dess arbetat i människan, så att hon ska vilja och göra det han tycker om, vilket leder till mänskligt elände och undergång till slut.

Det oändligt stora offer som Gud gav, när Han lät Jesus, Sin älskade Son, bli ett syndoffer gör det möjligt för Honom att säga – utan att bryta en enda regel i sitt styrelseskick: ”Överlämna er åt Mig. Ge mig viljan. Ta bort den från Satan och hans kontroll och låt mig få ta över den. Då kan Jag arbeta i er så att ni vill och gör det som är till

Mitt behag.” Se Fil 2:13. När Han ger er det sinne som Jesus Kristus hade, kommer er vilja och era karaktärer att förvandlas, så att de blir lika Jesu karaktär. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidan 515 (1889).

Människans Vilja är ettrig – Människans vilja är ettrig och försöker ständigt, att få allt att dansa efter dess vilja. Om den ställs till Guds och det rättas förfogande, avspeglas Andens frukter i ens liv; och Gud tänker skänka härlighet, ära och frid till varje person, som gör det goda. – *The Review and Herald*, den 25. augusti, 1896. (*Our High Calling*, sidan 153.)

Omöjligheten sitter i Viljan – Hela vårt liv tillhör Gud och måste användas till Hans ära. Hans nåd helgar och förbättrar varje förmåga. Ingen skall säga: Jag förmår inte, att avhjälpa mina karaktärsfel; ty intar man den hållningen, får man förvisso inte evigt liv. Omöjligheten sitter i den egna viljan. Om man inte vill, kan man heller inte vinna seger. Den verkliga svårigheten beror på fördärvet hos ohelgade hjärtan, och ens ovilja, att underkasta sig Guds herravälde. – *The Youth's Instructor*, den 28. januari, 1897.

Ett starkt lugnande Medel – Både tankar och nerver får spänst och styrka när man använder sin vilja. Viljekraften kan i många fall visa sig vara ett potent lugnande medel. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 1, sidan 387 (1863).

Satan utnyttjar Viljan – När Satan får forma viljan, använder han den, för att förverkliga sina avsikter. Han eggjar upp personens dåliga sidor, han väcker upp oheliga lidelser och målsättningar. Han säger: ”All denna makt, denna ära och rikedom samt alla dessa syndiga njutningar skall jag ge Dig”; men hans villkor är, att rättskaffenheten skall ges upp, samvetet dövas. Härigenom försämrar han människans förmågor och förslavar dem genom synden. – *The Review and Herald*, den 25. augusti, 1896. (*Our High Calling*, sidan 153.)

Lockelser frestar på Viljans Kraft till det Yttersta – I vår egenskap av Guds barn, är det vår förmån, att hålla fast vid vår trosbekännelse, utan att vackla. Det händer, att frestelsens suggestiva kraft tycks fresta på viljekraften till det yttersta, och att då utöva tro, ter sig hopplöst inför förnimmelsernas och känslornas vittnesbörd; dock måste vår vilja stå på Guds sida. Vi måste tro, att det i Jesus Kristus finns evig kraft och styrka... Timme för timme måste vi triumfatoriskt försvara vår ställning som kristna, och vara mäktiga i Guds

kraft. – *Brev 42*, 1890. (*Our High Calling*, sidan 124.)

Att utbilda Barn är inte som, att dressera stumma Djur – Barnens utbildning hemma och i skolan borde inte jämföras med hur man tämjer stumma djur. Barnen har en intelligent vilja, som skall leda till att kontrollera alla deras krafter. Stumma djur behöver tränas, för de har varken förstånd eller intellekt. Men människosinnet måste läras självkontroll. Det måste utbildas till att styra hela människan, medan djuren kontrolleras av sin herre och tränas att vara honom undergivna. Människan är både sinne, omdöme och vilja för sitt djur. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidan 132 (1872).

Viljan skall vägledas, inte tämjas – Ett barn kan fostras på samma sätt som djuret, så att det inte får någon egen vilja. Även dess individualitet kan gå upp i den som leder dess utbildning. Barnets vilja kan faktiskt helt och hållet bli lärarens vilja underdånig. Barn som utbildas på det sättet kommer dock alltid att vara undermåliga i moralisk styrka och individuellt ansvar. De har inte uppfostrats att handla utifrån förstånd och principer. Deras vilja har kontrollerats av andra och deras sinne har inte kommit till användning så att det skulle kunna vidgas och stärkas genom övning. De har inte letts och fostrats med hänsyn till sin särskilda kroppsbeskaffenhet och sina själsförmågor, för att de skulle kunna använda sina starkaste krafter när det behövs.

Lärare borde inte stanna här utan borde ägna särskild uppmärksamhet åt att öva de svagare själsförmögenheterna, så att alla krafter kan tas i bruk. På så sätt kan de gå framåt från ett utvecklingsstadium till ett annat, så att sinnet kan nå upp till största möjliga kapacitet. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidan 132 (1872).

Konservera Viljans samlade Kraft – Arbetet med, att ”ta över viljan”, går emot Kristi grundsats. Barnets vilja måste upplysas och vägledas. Bevara viljans samlade kraft, ty personen behöver allt härav; men led den rätt. Behandla viljan med kloket och ömhet, som en helig skatt. Slå den inte i bitar; nej, forma och gestalta den genom föreskrift och gott föredöme, tills barnet måste ansvara för sina egna gärningar. – *Counsels to Parents, Teachers, and Students*, sidan 116 (1913).

Läraren skall inte vara diktatorisk – De, som är själviska, sura, diktatoriska, hårda och kärva, som inte tar noga hänsyn till andras känslor, bör aldrig anställas som lärare. Annars kommer de att

utöva ett katastrofalt inflytande över sina elever, de kommer att modellera dem efter sin egen karaktär och härigenom föreviga det onda. Personer av det här slaget anstränger sig, för att ta över en pojkes vilja, om han är bråksam; men Kristus har inte gett oss lov till, att bemöta de felande på detta sätt. Med hjälp av himmelsk klokskap, saktmod och ett ödmjukt hjärta, kan lärare bli i stånd till, att styra viljan och gå före längs lydandens väg; dock skall ingen tro, att elevens tillgivenhet går att vinna med hot. Vi måste använda Kristi metod. – *Testimonies on Sabbath-School Work*, sidorna 80-81 (1900). (*Counsels on Sabbath School Work*, sidorna 174-175.)

En tudelad Vilja utgör en Snara – Varje ungdom behöver lära sig, att fatta beslut. Velighet är en snara, och skall visa sig innebära många ungdomars undergång. Var bestämd, annars kommer Du att upptäcka, att Du har uppfört huset, alltså karaktären, på lösan sand. Det finns sådana, som olyckligtvis alltid är på fel sida, när Herren skulle vilja, att de vore trofasta och med förmågan, att skilja gott från ont. – *Manuskript 121*, 1898.

Två Karaktärskomponenter – Karaktärens styrka består av två komponenter – viljekraft och förmåga till självkontroll. Många ungdomar förväxlar starka, okontrollerade böjelser med karaktärsstyrka, men sanningen är, att den som behärskas av sina böjelser är en svag människa. En mans verkliga storhet och ädelhet mäts genom den känslkraft som han behärskar, inte av den känslkraft som behärskar honom. Den starkaste är den, som trots att han utsätts för ärekränkning, ändå har förmåga att hålla tillbaka böjelserna och förlåta sina fiender. Sådana är verkliga hjältar. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidan 656 (1881).

När Viljan förenas med Guds Kraft – Ni kan bli människor med ansvar och inflytande, om ni, genom er viljas kraft, förenad med gudomlig kraft, allvarligt engagerar er i arbetet. Öva upp de mentala krafterna och försumma på intet sätt de fysiska. Låt inte intellektuell slöhet avstänga er från ökad kunskap. Lär er att tänka lika väl som att studera, för att era sinnen skall kunna vidgas, stärkas och utvecklas. Tro aldrig att ni har lärt er tillräckligt, och att ni nu kan slappna av från era ansträngningar. Det förfinade sinnet är måttet på en människa. Er utbildning skulle fortsätta under hela er livstid. Varje dag skulle ni lära något och praktisera denna kunskap. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidan 561 (1881).

Genom Viljans rätta Bruk motstås Sjukdom – Jag har visats, att många som förefaller svaga och alltid beklagar sig, inte är så dåliga som de inbillar sig. En del av dessa har en stark vilja, som skulle vara ett starkt medel till att styra inbillningen och därigenom motverka sjukdom, om de använde denna starka vilja i rätt riktning. Men ofta används viljan i fel riktning och de envisas med att vägra ta reson. Denna vilja har avgjort saken. De är invalider och vill ha den uppmärksamhet som invalider bör få, oberoende av andras bedömning. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidan 524 (1870).

En Kraft att räkna med, för att övervinna Sjukdom – Viljans kraft värdesätts inte som den borde. Håll viljan aktiv och led den på rätt sätt, så kommer den att ge kraft åt hela människan och bli ett underbart hjälpmedel för att bevara hälsan. Den är också en kraft att räkna med vid behandling av sjukdom.

När den används på rätt sätt kan den kontrollera fantasin och bli ett kraftfullt medel för att motverka och övervinna sjukdom som drabbar både sinne och kropp. När de sjuka, genom att använda sin viljekraft, får en rätt inställning till livet, kan de göra mycket för att samverka med läkaren i hans ansträngningar för deras tillfrisknande. Det finns tusentals människor som kunde återvinna hälsan om de bara ville det. Herren vill inte att de skall vara sjuka. Han önskar att de skall vara friska och lyckliga, och de borde bestämma sig för att vara friska.

Ofta kan långvarigt sjuka stå emot sjukdom bara genom att vägra att ge efter för krämpor och vägra att finna sig i ett liv i överksamhet. När de höjer sig över sin värk och sina smärtor, borde de börja med någon nyttig sysselsättning som är passande för deras krafter. Genom sådan sysselsättning och rikligt med frisk luft och solsken, kan många utmärklade sjuka få tillbaka sin hälsa och sin styrka. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 210 (1905).

Hälsans Förbättring utlovad – Fula ovanor och gärningar orsakar sjukdom av varje slag för människor. Förståndet bör fås att ta till sig, att det är en synd, att missbruka och ödelägga de krafter, som Gud har gett oss. Låt förståndet styra sinnet och placera viljan på Herrens sida, så kommer kroppens hälsa att förbättras klart avsevärt.

Detta åstadkoms dock aldrig bara med mänsklig kraft. Med ihärdiga ansträngningar genom Kristi nåd, för att ta farväl av alla usla gärningar och olämpligt sällskap samt iaktta måttfullhet i allt,

måste personen ständigt vara medveten om, att ånger över gjorda synder, liksom förlåtelse, går att få från Gud tack vare Kristi försoningsoffer. Detta måste bli en del av vardagen; personen måste ständigt vara vaksam och utan att tröttas vädja till Kristus om, att Han skall tillfångata varje tanke; själen måste omfattas av Hans återställande kraft, så att vi i egenskap av ansvariga väsen kan frambära våra kroppar som ett levande och heligt offer, som behagar Gud – vår andliga gudstjänst. {Se Romarbrevet 12:1.} – *Medical Missionary*, november-december, 1892. (*Counsels on Health*, sidorna 504-505.)

Narkotika och Viljan – Somliga använder narkotika, och genom denna njutning lägger de sig till med felaktiga vanor, som tar herraväldet över viljan, tankarna och resten av personen. – *Brev 14*, 1885.

Visa på Viljekraften – Vi ska också visa på viljekraften och hur viktig självbehärskning är både för att bevara och återfå hälsan och på vilka deprimerande och fördärvande följder ilska, missnöje, själviskhet eller orenhet kan få. Samtidigt får vi inte glömma att peka på den underbara, livgivande kraft som kommer av gladlythet, osjälviskhet och tacksamhet. – *Vägen till Mognad*, sidan 215 (1903).

Den Helige Ande ersätter inte Viljan – Guds Ande har inte för avsikt, att göra vår del, vare sig gällande vilja eller handling. Det är personens uppgift i samarbete med de gudomliga makterna. Så snart som vi låter viljan komma i samklang med Guds vilja, är Kristi nåd redo, att samverka med personen; men den ersätter ej vår beslutsamhet och vårt bestämda handlande. Alltså är det inte överflödet av ljus, där belägg staplas på varandra, som omvänder själen; det sker endast, när personen tar till sig ljuset och väcker viljans krafter till liv, varvid han inser och erkänner det, som han vet, är rättfärdighet och sanning och därefter samverkar med de himmelska resurser, som Gud ställer till förfogande för själens frälsning. – *Brev 135*, 1898.

Endast trygg, när Viljan är förenad med Gud – En människas vilja är endast trygg, när den är förenad med Guds. – *Brev 22*, 1896. (*Our High Calling*, sidan 104.)

Människans Vilja skall uppgå i Guds Vilja – I striden mellan rättfärdighet och orättfärdighet blir vi framgångsrika bara med Guds bistånd. Vår begränsade vilja måste underordnas den Oändliges vilja; människans vilja måste övergå i Guds. Härigenom kommer den Helige Ande till

vår hjälp, och varje seger bidrar till Guds köptas återställande, till återställelsen av Hans bild i själen. – *The Review and Herald*, den 25. augusti, 1896. (*Our High Calling*, sidan 153.)

Omvändelsen åstadkommer inga nya Förmågor – Guds Ande skapar inte nya förmågor hos en omvänd person, utan åstadkommer en klar förändring i användningen av förmågorna. När sinne och hjärta samt själ förändras, ges inte personen ett nytt samvete, utan hans vilja underställs ett förnyat samvete, ett samvete, vars sovande finkänslighet väcks av den Helige Ande. – *Brev 44*, 1899. (*Our High Calling*, sidan 104.)

Satan behärskar den Vilja, som inte står under Guds Kontroll – Kristus tillkännagav: ”jag har inte kommit ... för att göra min vilja utan hans som har sänt mig” (Johannesevangeliet 6:38). Han satte Sin vilja i aktion, för att frälsa människors själar. Hans mänskliga vilja närdes av den gudomliga. Hans tjänare i dag borde ställa sig den här frågan: ”Vilket slags vilja är det jag själv uppodlar? Har jag tillfredsställt mina egna önskningar, har jag burat in mig i själviskhet och envishet?” I fall det stämmer in på oss, svävar vi i stor fara, ty Satan härskar alltid över den vilja, som inte står under Guds Andes kontroll. När vi förenar vår vilja med Guds vilja, kommer den vilja, som märktes i Kristi liv, att ses i våra liv. – *Manuskript 48*, 1899. (*Our High Calling*, sidan 107.)

Viljan skall vägledas av ett rent Samvete – inte frid och ett samvete, befriat från vrede mot Gud, kommer att påskynda och stärka intellektet som dagdroppar på späda plantor. Viljan är då rätt styrd och kontrollerad och är mer avgjord och ändå befriad från trots. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidan 327 (1869).

Viljan avgör Liv och Död – Bara evigheten kan förvisso avslöja det underbara mål Gud har för oss, men för att nå dit måste vi redan nu följa Guds väg och lägga av allt som hindrar oss. Synden råder över oss genom vår vilja. Att man river ut sitt öga eller hugger av sin hand är ett bildligt uttryck för att man överlämnar sin vilja. Ofta kan vi tycka att vi blir handikappade genom att gå med på att följa Guds vilja.

Gud är livets källa. Bara i gemenskap med honom kan vi ha liv... Om du hävdar din egen väg framför Guds, så väljer du döden...

Det krävs att du offerar något för att överlämna dig åt Gud. Men du kommer att finna att du byter det som är mindre värt mot det som är mer värt.

Det som är förgängligt mot det som är oförgängligt. Gud vill inte alls underkiva vår vilja eller göra oss viljelösa. För det är bara genom att vi använder vår vilja på ett riktigt sätt som vi kan tjäna Gud. Genom frivilligt samarbete med Gud kan vi bli påverkade av honom att vilja det som är rent och gott. Då kan vi bli verktyg för hans kraft och kärlek. – *Men Jag säger...*, sidan 68 (1896).

Att förstå Viljans rätta Kraft (råd till en vacklande, ung man) – Du kommer att befinna dig i ständig fara till dess att du lärt dig förstå viljans sanna kraft. Du kan tro och lova allting, men dina löften och din tro är utan värde så länge du inte lägger viljestyrka i dina ord och handlingar. Om du kämpar trons kamp med all din viljestyrka kommer du att vinna seger. Du kan inte lita på känslorna, intrycken och sinnesstämningarna, eftersom de inte är pålitliga. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidan 513 (1889).

Det går visst, att styra Viljan – Men du behöver inte vara förtvivlad... Du måste överlåta din vilja och böja den under Jesu Kristi vilja. När du gör detta kommer Gud omedelbart att gripa in och verka i dig att vilja och göra Hans goda vilja. Då kommer hela din natur under inflytande av Jesu Ande och till och med dina tankar kommer att bli lydiga mot Honom.

Du kan inte behärska dina impulser, dina känslor, som du skulle önska, men du kan styra viljan och du kan förändra ditt liv fullständigt. Genom att överlåta din vilja åt Kristus kommer ditt liv att bli dolt med Kristus i Gud och ditt liv kommer att vara förenat med den makt, som står över alla furstar och väldigheter. Du kommer att få styrka från Gud. Han kommer att låta Sin styrka bli din fasta hållpunkt. Du kan få nytt ljus, ja, den levande trons ljus. Men din vilja måste samarbeta med Guds vilja. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidorna 513-514 (1889).

Den sammanbindande Länken till Guds Energi – Vi är Guds medarbetare. Det här är Herrens eget, kloka arrangemang. Den mänskliga viljans samarbete och ansträngning med Guds energi utgör den länk, som kopplar samman människor med varandra och med Gud. Aposteln säger: ”vi är Guds medarbetare, och ni är en Guds åker, en Guds byggnad” (Första Korintierbrevet 3:9). Människan skall använda de förmågor Gud har gett henne. ”... arbeta med fruktan och bävan på er frälsning”, säger han. ”Ty Gud är den som verkar i er, både vilja och gärning, för att hans goda vilja skall ske” (Filipperbrevet 2:12, 13). – *Manuskript 113*, 1898.

När viljan placeras på Herrens sida, tar den Helige Ande tag i viljan och gör den till en med den gudomliga viljan. – *Brev 44*, 1899.

Sektion 15

Falsa System för Terapi

Låtsasvetenskap

[*Se Kapitel 3, "Faror med Psykologin".*]
Guds Verk och Vetenskapen – Mänsklig kunskap inom både det materiella och andliga området är ofullständig och ofullkomlig. Därför misslyckas många att få sina vetenskapliga uppfattningar att stämma överens med Bibelns uttalanden. Många godtar teorier och spekulationer som vetenskapliga fakta. De tror att Guds ord skall provas genom det "som kallas kunskap utan att vara det" (1 Tim 6:20). Skaparen och hans verk ligger utanför deras fattningsförmåga. Eftersom de inte kan förklara detta med hjälp av naturlagarna, betraktar de Bibelns berättelser som opålitliga. De som tvivlar på Gamla och Nya testamentet går alltför ofta ett steg längre och ifrågasätter Guds existens och tillerkänner naturen all makt. Därigenom har de förlorat sitt ankare och lämnas att driva omkring bland otrons klippor. – *Den Stora Striden*, sidan 451 (1911).

Mer, än Världens Vetenskap krävs – Låt oss gå till Guds Ord för att få vägledning. Låt oss söka efter ett "Så säger Herren". Vi har haft nog av mänskliga metoder. Den som har utbildat sitt sinne enbart med världslig vetenskap, kan inte förstå det som hör Gud till, men när samma sinne blir omvänt och helgat, kommer det att kunna se den gudomliga kraften i Ordet. Bara det sinne och det hjärta som är renat genom Andens helgelse, kan fatta himmelska ting. – *Evangeliets Tjänare*, sidan 231 (1915).

Satan utnyttjar Vetenskapen om Sinnet – Jag har blivit visad att vi måste vara på vår vakt åt alla håll och uthålligt stå emot Satans antydningar och påhitt. Han har omskapat sig själv till en ljusets ängel och bedrar tusentals och tar dem till fånga. Han drar mycket stor nytta av vetenskapen om människans sinne. Här listar han sig obemärkt in, som en orm, för att förvanska Guds verk. Han skulle vilja få Kristi underverk och gärningar att se ut som resultaten av mänsklig förmåga och kraft.

Om han skulle göra ett öppet och djärvt angrepp på kristen tro, skulle det driva den kristne i oro

och ångest till sin Återlösares fötter, och hans starka och mäktiga Befriare skulle jaga den fräcka motståndaren på flykten. Därför förvandlar han sig själv till en ljusets ängel och bearbetar sinnet för att locka oss bort från den enda säkra och rätta stigen. Frenologins, psykologins och mesmerismens [se anmärkning i Kapitel 3] vetenskaper är den kanal genom vilken han kommer mer direkt till denna generation och arbetar med den kraft som kommer att karakterisera hans ansträngningar nära prøvotidens slut. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 1, sidan 290 (1862).

Satan känner väl till Sinnets Egenskaper – I tusentals år har Satan experimenterat med mänskossinnets egenskaper, och han har lärt känna dem väl. Genom sina smarta manövrer i dessa yttersta dagar länkar han mänskossinnet till sitt eget, varvid han inger det sina egna tankar; och han gör det så försåtligt, att de, som följer hans vägledning, förstår inte, att han för dem vilse som han vill. Den store bedragaren hoppas kunna förvirra mäns och kvinnors sinnen så allvarligt, att bara hans röst skall höras. – *Brev 244*, 1907. (*Medical Ministry*, sidan 698.)

Nya Teorier förfäktas – Sanningens ljus som Gud avser låta komma till människorna i världen vid denna tid är inte det som världens lärda män söker att meddela. Dessa män kommer nämligen ofta fram till felaktiga slutsatser i sin forskning. När de studerar många författares verk blir de hänförda med teorier som har ett sataniskt ursprung. Satan, klädd i en ängels ljusa skrud, presenterar studieämnen för mänskossinnet som tycks vara intressanta och som är fulla av vetenskapliga mysterier. Genom att undersöka dessa ämnen leds människor till att godta felaktiga slutsatser och till att förena sig med förföriska andar i arbetet att föreslå nya teorier som leder bort från sanningen. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 9, sidorna 67-68 (1909).

Det, som säger emot Guds Ord, är rena Gissningarna – Den, som känner Gud och hans ord, litar fullt och fast på det gudomliga hos de Heliga Skrifterna. Vederbörande prövar icke Bibeln utifrån människors uppfattningar om vetenskap. Vederbörande prövar i stället dessa uppfattningar med hjälp av det felfria rättesnöret. Vederbörande vet att Guds ord är sanningen, och sanningen kan aldrig säga emot sig själv; allt, som hos den så kallade vetenskapen säger emot Guds uppenbarelse, är inget annat än människors gissningar. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 8, sidan 325 (1904).

Falskmyntad Tro – Det förekommer endast två grupper. Satan verkar genom sin skumma, bedrägliga kraft, och genom starka villfarelser fångar han upp alla, som inte underkastar sig sanningen, som har vänt bort sina öron från sanningen och har vänt dem till fablerna. Satan själv underkastar sig inte sanningen, han är laglöshetens hemlighet. Genom sin list skänker han sina själsförstörande villfarelser ett sken av sanning. Häri ligger deras makt att förleda.

Det är för att de är en efterapning av sanningen, som spiritism och teosofi samt dylika lurendrejerier vinner sådan kraft över människors sinnen. Häri gör sig Satans mästerliga verk gällande. Han utger sig för att vara mänskosläktets frälsare, mänskosläktets välgörare, och på så sätt lockas hans offer lättare till undergång. – *Special Testimonies, Serie A, Nummer 9, sidan 22, den 24. september, 1897. (Vittnesbörd för Predikanter och Bibelarbetare, sidan 365.)*

Satans förtrollande Kraft – Forntidens magiker har sin motsvarighet i nutidens spiritualistiska medier, de klärvoajanta och dem som utövar spådom. De hemlighetsfulla röster som talade i En-Dor och i Efesus fortsätter alltjämt att genom lögn vilseleda människor. Om slöjan kunde dras undan från våra ögon, skulle vi se onda änglar använda sig av alla slags konstgrepp och bedrägerier för att bedra och ödelägga. Varhelst ett inflytande utövas att förmå människor att glömma Gud, där finns Satan närvarande med sin förledande makt. När människor ger efter för hans inflytande, kommer deras sinnen, innan de ännu är medvetna därom, att förvillas och själen att nedsmutas. Apostelns förmaning till församlingen i Efesus borde uppmärksammas av Guds folk idag: ”Haven ingen delaktighet i mörkrets gärningar, som icke giva någon frukt, utan avslöjen dem fastmer.” – Ef. 5:11. – *Löftestiden, sidan 273 (1911).*

Att drista sig ut på Satans Mark – Vi måste hålla oss nära Guds Ord. Vi behöver dess varningar och uppmuntran, dess hot och löften. Vi behöver den felfria förebild, som endast går att finna i vår Frälsares liv och karaktär. Änglar från Gud bevarar Hans folk, när de vandrar längs pliktens väg; men det finns ingen garanti för sådant skydd åt dem, som avsiktligt ger sig ut på Satans mark.

Ett redskap åt den store bedragaren säger och gör vad som helst, för att säkra sin avsikt. Det spelar liten roll, om han kallar sig för spiritualist, ”elektrisk läkare”, eller ”magnetisk helare”. Med skenfagra svepskäl vinner han de intet ont

anandes förtroende. Han låtsas läsa livshistorien och förstå alla svårigheter och prövningar, som hans klienter har upplevt.

Han förklarar sig till en ljusets ängel, samtidigt som avgrundens mörker ruvar i hjärtat, och visar stort intresse för kvinnor, som söker hans råd. Han säger till dem, att alla deras vanskligheter beror på ett olyckligt äktenskap. Det må vara aldrig än så sant, men påståendet underlättar inte deras belägenhet. Han säger till dem, att de behöver kärlek och medkänsla. Samtidigt som han låtsas tänka på deras välgång, förtrollar han sina ovetande offer, ja, han hypnotiserar dem såsom ormen hypnotiserar en skälvande fågel. Snart är de helt och hållet i hans våld, varpå synd, skam och ruin följer på vägen nedåt. – *Christian Temperance and Bible Hygiene, sidan 116, (1890).*

Sinnets ”latenta Krafter” – Företrädarna för nästan alla former av spiritism gör anspråk på att kunna hela. Denna förmåga tillskriver de elektricitet, magnetism, de s.k. ”mystiska läkemedlen” eller latent kraft i människans sinne. Det är heller inte få, ens i denna kristna tid, som går till dessa helare, i stället för att lita på den levande Gudens kraft och välutbildade läkares förmåga.

Mamman, som vakar vid sitt barns sjukbädd, utropar: ”Jag kan inte göra något mer. Finns det ingen läkare som kan ge mitt barn hälsan tillbaka?” Någon berättar för henne om de märkliga helanden, som utförts av någon klärvoajant eller magnetisör, och hon anförtrot sitt kära barn i hans vård och placerar det verkligen i Satans händer som om han stod vid hennes sida. I många fall är barnets framtida liv kontrollerat av en satanisk kraft som det verkar omöjligt att bryta. – *Profeter och Kungar, sidan 210 (1917).* (Se *Vittnesbörd för Församlingen, Band 5, sidan 193; Evangelisation, sidan 609.*)

Satans elektriska Strömmar – Dessa sataniska ombud påstår sig kunna bota sjukdom. De tillskriver sin kraft elektricitet, magnetism, eller de så kallade ”botemedlen genom sympati”, medan de i verkligheten bara utgör kanaler för Satans elektriska strömmar. Genom detta medel förtrollar han människors kroppar och själar. – *The Signs of the Times, den 24. mars, 1887. (Evangelisation, sidan 609.)*

Att lyda Guds Vilja kontra Vinst och själva Livet – De som fallit offer för Satans förvillelser kanske skryter över den vinst de därmed gjort, men bevisar det att deras väg är vis och säker?

Om livet skulle förlängas, om tillfällig vinst erhållas? Lönar det sig sist och slutligen att förakta Guds vilja? Vad som nu tycks vara en vinst skall till sist visa sig vara en oersättlig förlust. Vi kan inte ostraffat bryta ned en enda av Guds barriärer till skydd för hans folk mot Satans makt. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidan 199 (1882).

Nyfiken leder ned i Diket – Sida vid sida med evangeliets förkunnelse i världen är krafter i rörelse som inte är något annat än verktyg för lögnens makter. Många söker kontakt med dessa enbart av nyfikenhet, men då de ser bevis på en övernaturlig makt, snärjs de mer och mer, tills de helt står under inflytande av en vilja som är starkare än deras egen. De kan inte undkomma denna mystiska makt.

Så bryts själens försvar ned. Därefter har de inte något skydd mot synden. När en gång Guds ord och den helige Andes inflytande avvisats, vet ingen hur djupt de kan sjunka. – *Vändpunkten*, sidan 247 (1898).

Vetenskapen och Uppenbarelsen – Den vetenskapliga forskningen har blivit en förbannelse för många. Gud har tillåtit en flod av ljus att strömma ut över världen genom upptäckter i vetenskap och konst. Men i sin forskning blir även de största begåvningar förvirrade i sina försök att utforska förhållandet mellan vetenskap och uppenbarelse, om de inte är ledda av Guds ord. – *Den Stora Striden*, sidan 451 (1911).

Kristus kunde ha öppnat Vetenskapens Port – En pastor sade vid ett tillfälle, att han inte kunde föreställa sig annat, än att Kristus måste ha känt till något om vetenskap. Vad kan pastorn ha menat? Vetenskap! Kristus kunde ha öppnat vilken vetenskaplig dörr som helst. Han kunde för människorna ha lagt fram mängder av forskarrön, som de kunde ha granskat till dags dato. Men eftersom Han visste, att denna kunskap skulle ha använts på fel sätt, öppnade Han inte dörren. – *Manuskript 105*, 1901. (*Medical Ministry*, sidan 116).

Prövningens svåra Tid stundar för alla som Del av deras Skolning – Den natten i båten skulle vara en skola för lärjungarna, där de skulle erhålla sin utbildning för det stora verk, som skulle utföras senare. Prövningens mörka stunder skall komma för var och en som del i utbildningen för ett högre verk, för mera hängivet, helgat arbete. Stormen drabbade inte lärjungarna, för att de skulle lida skeppsbrott, utan för att prova och utrannsaka dem personligen...

Tiden för vår utbildning kommer snart att vara över. Vi har ingen tid att slösa bort på, att vandra inhöljda i tvivlets och vankelmodets dimmor... Vi kan stå tätt invid Jesu sida. Mått ingen enda ... dra sig undan en enda svårsmält läxa, eller gå miste om välsignelsen av en enda hård del av denna fostran. – *Brev 13*, 1892. (*Our High Calling*, sidan 56.)

Ett Sinne styr ett annat

[*Se Kapitel 79, "Hypnosen och dess Faror".*]
Korrupta Krafter, som tillfångatar Sinnet – Korruption av alla slag liknande den som existerade bland människorna före floden kommer att introduceras för att ta människornas sinnen tillfånga. Upphöjandet av naturen som Gud, den mänskliga viljans ohämmade tygellöshet, de gudlösa råd; allt detta utnyttjar Satan som medel för att uppnå vissa avsikter. Han vill använda sig av sinnets makt över andra sinnen för att genomföra sina avsikter. Det sorgligaste av allt är tanken att människorna under hans förförande inflytande kommer att ha ett gudaktighetens sken utan att ha någon verklig förbindelse med Gud. På samma sätt som fallet var med Adam och Eva som åt av frukten på kunskapens träd på gott och ont, är det också nu många som äter av villfarelsens bedrägliga munbitar. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 8, sidorna 293-294 (1904).

En farlig Vetenskap – Jag har talat klarspråk om den farliga teknik, varigenom en person överlåter sinnet till en annans kontroll. Den här tekniken och vetenskapen har Djävulen uppfunnit. – *Brev 130a*, 1901.

Mentalt Inflytande vid de Sjukas Botande – När man behandlar de sjuka borde man inte förbise sinnets inflytande. Rätt använt kan detta inflytande bli ett av de mest effektiva medlen för att bekämpa sjukdom.

När ett Sinne kontrollerar ett annat Men det finns en form av behandling för sinnet som är ett av de mest effektiva medlen i onskans tjänst. Genom denna så kallade vetenskap blir en människas sinne ställt under en annan människas kontroll, så att den svagares individualitet går upp i den andres, som har ett starkare sinne. Den ene personen utför den andres vilja. På det sättet påstår man att tankegången hos den svagare kan förändras, att hälsosamma impulser kan överföras

och att patienten kan motstå och övervinna sjukdom.

Den här behandlingsmetoden har använts av personer som inte känt till hur den egentligen fungerar och vilken effekt den har, och som trott att den kan hjälpa de sjuka. Men denna så kallade vetenskap grundar sig på falska principer. Den är främmande för Kristi natur och anda. Den leder inte människor till honom som är liv och frälsning. Den person som drar andras sinnen till sig själv får dem att skilja sig från honom som är den verkliga källan till deras styrka.

Det är inte Guds vilja att någon skall överlämna sitt sinne och sin vilja till att styras av någon annan, och bli ett passivt instrument i den andres hand. Ingen skall låta sin individualitet gå upp i en annans. Vi skall inte se upp till någon människa som källan till helande. Vi måste sätta vår tillit till Gud. I kraft av den värdighet som Gud gett människan skall hon styras av honom själv, och inte av något mänskligt intellekt.

Gud vill föra människan in i ett direkt förhållande till sig själv. I allt sitt handlande med människor upprätthåller han principen om människans personliga ansvar. Han försöker uppmuntra oss till att känna ett personligt beroende av honom och att inse vårt behov av personlig vägledning. Han längtar efter att föra det mänskliga i förbindelse med det gudomliga, så att människan kan bli förvandlad till Guds avbild. Satan arbetar för att förhindra detta. Han försöker få människor att bli beroende av andra människor. När människors sinnen vänds bort från Gud, kan frestaren föra dem in under sitt herravälde. På det sättet får han kontroll över människan. – *Hälsa för Hela Människan*, sidorna 205-207 (1905).

Tillfällig Lindring, men Sinnet beständigt skadat – Ingen individ bör tillåtas, att ta herraväldet över en annan persons sinne och mena sig härigenom bringa honom stora fördelar. Sinnesboten är ett av de farligaste falskarierna, som det går att utsätta någon människa för. Tillfällig lindring må kännas, men sinnet hos den kontrollerade blir aldrig igen fullt återställt. Vi må vara lika svaga som kvinnan, som vidrörde fällan på Kristi klädnad; men om vi nyttjar vår gudagivna möjlighet, att komma till Honom i tro, kommer Han att ge svar lika snabbt, som Han gjorde på trons beröring.

Det är inte Guds avsikt, att den ena människan skall överlåta sinnet åt den andra. Den uppståndne Kristus, som nu sitter på höger sidan om Fadern, är den Mäktige Helaren. Vänd Dig till Honom för

botande kraft. Genom Honom allena kan syndare komma till Gud precis sådana de är. De når aldrig fram genom en annan människas intellekt. Det mänskliga redskapet får aldrig gå emellan de himmelska krafterna och de lidande. – *Manuskript 105*, 1901. (*Medical Ministry*, sidorna 115-116).

Se bort från det Mänskliga till det Gudomliga – Det finns något bättre för oss att hålla på med än denna form av sinneskontroll där en människa behärskar en annan. Läkaren borde lära människor att se bort från det mänskliga till det gudomliga. I stället för att lära de sjuka att förlita sig på människor för att bli botade till själ och kropp, borde läkaren visa dem till den ende som fullständigt kan frälsa alla som kommer till honom. Han som har skapat människans sinne vet vad sinnet behöver. Gud är den ende som kan bota. De som är sjuka till sinnet och kroppen skall se upp till Kristus som sin läkare. ”Därför att jag lever”, säger han, ”skall också ni leva.” Joh 14:19 (Hedegård).

Det är detta liv vi skall lyfta fram för de sjuka. Vi skall tala om för dem att om de tror på Kristus som sin läkare, om de samarbetar med honom genom att lyda hälsans lagar, och om de söker helighet i gudsfruktan, skall han ge dem sitt liv. När vi presenterar Kristus för dem på detta sätt, förmedlar vi en kraft, en styrka som är av värde eftersom den kommer ovanifrån. Detta är den sanna vetenskapen om kroppens och själens helande. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 207 (1905).

Styrka och Beslutsamhet kontra ett styrt Sinne – Fostran av en människa som uppnått en ålder då man kan resonera med dem, bör skilja sig från hur man tränar oskäligen djur. Djuren lär sig bara att vara sina mästare undergivna. För djuren blir deras herre till deras tankar, omdöme och vilja. Det finns sådana som ibland använder den metoden på barn men det gör dem inte till något mer än automater. Deras tankar, vilja och samvete styrs av någon annan.

Gud vill inte att någons tankar ska styras på det sättet. De som försvagar eller förstör någons personlighet tar på sig ett ansvar som bara kan få dåliga följder. Även om barnen kan uppträda som vältränade soldater, medan de känner sig övervakade kommer det att visa sig att de saknar styrka och fasthet i karaktären när kontrollen upphör. Ungdomar som aldrig lärt sig att klara sig själva känner inte till några andra hinder än föräldrarnas eller lärarnas krav. Om de försvinner vet de inte hur de ska använda sin frihet, och ofta

hänger de sig åt en slapphet som leder till fördärv.
– *Vägen till Mognad*, sidan 309 (1903).

Samvetet och Individualiteten skall behålla sin Frihet – I samvetsangelägenheter måste man låta sinnet behålla sin frihet. Ingen får öva kontroll över en annans sinne, bedöma för någon annan eller föreskriva någon hans plikt. Gud ger varje människa frihet att tänka och att följa sina egna övertygelser. ”Alltså skall var och en av oss inför Gud göra räkenskap för sig själv.” I alla sammanhang där principer berörs gäller orden ”var och en vare fullt viss i sitt sinne”. (Rom. 14:12, 5.) I Kristi rike finns inte något herrefolksförtryck, inget tvång ifråga om beteendet. Himmels änglar kommer inte till jorden för att härska eller för att kräva hyllning utan som barmhärtighetens sändebud, för att samarbeta med människor för att lyfta mänskligheten. – *Vändpunkten*, sidan 544 (1898).

Människors sinnen skall inte fjättras och tjudras samt drivas av andra människors händer. – *Manuskript* 43, 1895.

Individualiteten skall komma till Uttryck – Gud tillåter, att varje person visar sin individualitet. Inget mänskligt sinne skall uppgå i ett annat. Om vi tar efter en persons exempel – till och med en persons, som vi med vårt mänskliga omdöme betraktar som nära nog karaktärsmissigt fulländad – skulle vi förlita oss på en ofulländad, bristfällig mänsklig varelse, som är oförmögen till, att ingjuta en enda gnutta fulländning i någon som helst mänsklig varelse. – *Brev* 20, 1902. (*Our High Calling*, sidan 108.)

Enighet utan Identitetens Uppgående i en annans – Nu skall vi bli eniga... Men låt oss komma ihåg, att kristen enhet inte innebär att en persons identitet skall uppgå i en annans; den innebär ej heller att en persons sinne skall påverkas och styras av en annans. Gud har inte till någon person gett den makt som vissa, med ord och handling, vill göra gällande. Gud fordrar att varje individ skall vara fri och följa ordets anvisningar. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 8, sidan 212 (1904).

Trohet mot Gud kontra Trohet mot Människor [Se Kapitel 29, ”Beroende och Oberoende”.] – Du tillhör Gud, med själ, kropp och ande. Ditt sinne tillhör Gud, liksom Dina förmågor. Ingen har rätt till, att kontrollera en annans sinne och fatta beslut åt vederbörande, varvid han dikterar personens plikt. Det finns vissa rättigheter, som tillhör var individ, som tjänar Gud. Ingen har lov till, att beröva oss dessa

rättigheter, lika litet som att beröva oss livet. Gud har gett oss frihet till, att tänka, och det är vår förmån, att lyda våra intryck om plikten. Vi är bara människor, och ingen person äger domsrätt över en annan person. Var och en av oss har sin individualitet, som inte skall ges upp inför någon annan människa. Vi är var och en Guds gedigna arbete. – *Brev* 92, 1895.

Pastorerna skall hänvisa Medlemmarna till Gud – Gud ensam skall forma människans samvete. Sanningen skall förkunnas överallt, där tillfälle ges. Guds Ord skall uttydas för dem, som inte känner till sanningen. Detta är Guds förkunnares uppgift. De skall inte lära människorna, att se upp till dem, eller försöka, att styra över andras samvete. ”Om någon av er brister i visdom skall han be till Gud, som ger åt alla villigt och utan förebråelser, och han skall få den. Men han skall be i tro utan att tvivla. Ty den som tvivlar liknar havets våg, som drivs och piskas av vinden. En sådan människa skall inte tänka att hon kan få något av Herren, splittrad som hon är och ostadig på alla sina vägar” (Jakobsbrevet 1:5-8). – *Brev* 26, 1907.

Att göra Människor till vår Styrka – Vi har så lätt för att söka sympati och uppmuntran hos andra människor i stället för att gå till Jesus. I sin nåd och trofasthet tillåter ofta Gud att vi blir svikna av dem som vi satt vårt hopp till, för att vi skall lära oss hur dåraktigt det är att förlita sig på människor och göra dem till vår styrka. Låt oss ödmjukt och osjälviskt lita helt och fullt på Gud. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 426 (1905).

Satan kontrollerar det kontrollerande Sinnet – Att propagera för tekniken med sinnets botande innebär en öppen dörr, genom vilken Satan träder in, för att ta herravälde över sinne och hjärta. Satan kontrollerar både ett sinne, som låter sig styras av ett annat och sinnet, som utför kontrollerandet. Måtte Gud få oss att förstå den verkliga tekniken, där vi lutar oss mot Kristus, vår Frälsare och Förlossare. – *Brev* 130, 1901. (*Our High Calling*, sidan 109.)

Satan får ej Grepp om ett Sinne, som inte har överlåtits åt honom – Det viktigaste för Dig personligen är, att bevara Dina egna intressen. Ingen förmår, att skada dem, med mindre Du ger Ditt medgivande. Inte ens alla Satans legioner kan skada Dig, såvida inte Du blottar själen för hans konstgrepp och pilar. Din undergång inträffar först, när viljan går med på det. Så länge som sinnet inte fläckas ned, kommer den samlade nedsmutsningen omkring Dig inte att lorta ned

eller fördärva Dig. – *Brev 14*, 1885. (*Our High Calling*, sidan 94.)

Satan kommer inte åt sinnet eller intellektet, med mindre vi överlåter det åt honom. – *Manuskript 17*, 1893. (*SDA Bibelkommentar*, Band 6, sidan 1105.)

Inte Jesu Tro – Mottagandet av den himmelska sanningen gör, att sinnet underordnas Kristus. Sedan märks själens hälsa, som kommer sig av, att den tar emot och följer rena grundsatser uppenbarade i rättfärdiga ord och handlingar. Tron, som leder till detta, är inte den tro, som håller sig till kontroll över sinnen, till dess den ene personen utför den andres vilja. Församlingsmedlemmar, som stöttar denna teknik, må kallas för andligt sunda, men de omfattar inte Jesu Kristi tro. Deras tro omfattar det verk, som Satan utträttar. Han framställer jättelika lögner, och genom sina underverk bedrar han många. Så här kommer han att göra i tilltagande grad. En sund församling består av sunda medlemmar, av män och kvinnor med personlig erfarenhet av sann gudsfruktan. – *Brev 130*, 1901.

Hypnosen och dess Faror

[*Se Kapitel 78, "Ett Sinne styr ett annat".*] **Var på Din Vakt!** – I dessa dagar då skepticism och otro så ofta visar sig i en vetenskaplig dräkt, är det nödvändigt att vi överallt är på vakt. Genom dessa medel vilseleder vår store motståndare tusentals människor och tar dem till fånga enligt sin vilja. Den förmån han skaffar sig med hjälp av vetenskapen, den vetenskap som har med människosinnet att göra, är enorm. Som en orm kryper han omärkligt in här för att ödelägga Guds verk.

När Satan på detta sätt kommer in genom vetenskapen, är det klokt uttänkt. Genom kanalerna frenologi, psykologi [anm.: För att rätt värdera bruket av ordet psykologi från författarinnans sida, bör läsaren tänka på dess bibetydelse och besläktade ord på 1850-talet till 1880-talet, då de ofta förknippades med mesmerism (hypnos) och frenologi. Se förklarande anmärkningar på sidorna 720 och 721 i föreliggande kapitel. Se även Kapitel 2, "Den Kristne och Psykologin" och Kapitel 3, "Faror med Psykologin"] och hypnos har han mer direkt tillgång till människor i den här generationen. Han är verksam med den makt som skall utmärka hans ansträngningar nära slutet av prövotiden.

Tusentals människor har fått sitt sinne förgiftat på detta sätt, och har förts in i otro.

Man är medveten om att en människas sinne kan påverka en annan människa på ett förunderligt sätt. Satan, som är beredd att göra mesta möjliga av varje fördel, lurar sig in och är verksam till höger och vänster. De som har gett sig hän åt dessa vetenskaper, höjer dem till skyarna på grund av de stora och goda resultat som de påstår har utförts genom dem. Men de vet obetydligt om den kraft till det onda som de omhuldar. Det är en kraft som framdeles kommer att vara verksam med all lögnens makt, underverk och falska tecken och all orättfärdighetens förförelse. Käre läsare, lägg märke till vilket inflytande dessa vetenskaper har, ty striden mellan Kristus och Satan är ännu inte slut.

Försummelse av bön får människor till att lita på sin egen kraft, och öppnar dörren för frestelser. Vid många tillfällen blir föreställningarna förtrollade av vetenskaplig forskning, och människor känner sig smickrade av medvetenheten om sina egna förståndsgåvor. Den vetenskap som har med behandlingen av människosinnet att göra, har lovprisats väldigt mycket. Den är bra för sitt ändamål, [se förklarande anmärkning på sidorna 720 och 721] men Satan vill använda den som ett mäktigt redskap till att vilseleda och fördärva människor. Hans knep tas emot som om de kom från himlen. På det sättet får han en tillbedjan som passar honom väl. Den världen som man menar har haft så mycket nytta av frenologi och magnetism, har aldrig varit så fördärvad som nu. Genom dessa vetenskaper ödeläggs ärbarheten, och grunden är lagd för spiritualism. – *The Signs of the Times*, den 6. november, 1884. (*Utvalda Budskap*, Band 2, sidorna 351-353.)

Kontrollen över Sinnen uppfanns av Satan – Läran om hur ett sinne kan få kontroll över ett annat härstammar från Satan, och konstruerades för att han skulle kunna framställa sig själv som den store mästaren, och ersätta gudomlig filosofi med mänsklig filosofi. Av alla villfarelser som vinner insteg bland bekännande kristna finns det ingen som är så farlig och förförlig, ingen som så säkert skiljer människan från Gud, som denna. Den kan verka oskyldig, men om den används på patienterna kommer den att leda till deras fördärv och inte till deras tillfrisknande. Den öppnar en dörr som Satan kommer att gå in genom för att ta sinnet i besittning både hos den person som låter sig behärskas, och den som behärskar. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 207 (1905).

Satan hypnotiserade Adam och Eva – Satan frestade den förste Adam i Eden, och Adam resonerade med fienden, vilket gav fienden en fördel. Satan utövade sin hypnotiska makt över Adam och Eva, och den här makten försökte han också att utöva över Kristus. Men sedan Skriftens ord hade anförts, visste Satan att hans utsikter till seger var lika med noll. – *Brev 159, 1903. (SDA Bibelkommentar, Band 5, sidan 1081.)*

Laborera inte med Hypnosen! – Män och kvinnor skall icke studera vetenskapen om, hur de tar herraväldet över omgivningens sinnen. Det här är den vetenskap, som Satan lär ut. Vi måste stå emot allt sådant. Vi får inte laborera med mesmerism och hypnos – vetenskapen grundad av den, som förlorade sin ursprungliga ställning och förvisades från de himmelska salarna. – *Manuskript 86, 1905. (Medical Ministry, sidorna 110-111).*

Varning till Läkare, som betraktade Hypnosen välvilligt – Din sak tynger mig så svårt, att jag måste fortsätta mitt skrivande till Dig, för att Du i Din blindhet inte skall förbise, vad Din bättring skall bestå i. Jag har blivit upplyst om, att Du umgås med idéer, som Du har förbjudit Dig att hysa. Dessa är ett slags behandling av sinnet. Du menar Dig böra använda denna behandling av sinnet i Din yrkesroll som läkare. Med allvarsmättad, varnande stämma uttalades dessa ord: Akta Dig, akta Dig för, var Du sätter ned fötterna och vad Du riktar in sinnet på. Gud har inte gett Dig det här som uppgift. Läran om ett sinnes kontroll över ett annat uppstod hos Satan, för att han skulle kunna introducera sig som mirakelverkaren, varigenom han skulle ersätta Guds filosofi med människans.

Ingen man eller kvinnan skall använda viljan, för att behärska en annan persons sinnen eller förstånd, så att vederbörandes sinne blir en passiv fånge åt den, som utövar kontrollen. Den här tekniken kan te sig fantastisk, men den utgör en vetenskap, som Du skall hålla Dig borta ifrån. Du har bättre saker att syssla med, än tekniken för människors kontroll över mänskonaturen.

Jag stöter i varningsbasunen. Det enda säkra och äkta botemedlet för sinnet omfattar mycket. Läkaren måste lära människorna, att de skall vända bort blicken från det mänskliga och rikta den mot det gudomliga. Han, som har inrättat människans sinne, vet precis, vad detta sinne behöver. – *Brev 121, 1901. (Medical Ministry, sidorna 111-112).*

Ter sig värdefull och fantastisk – I och med, att Du har anammat den teknik Du nu blåser i basun för, förmedlar Du en undervisning, som inte är trygg för vare sig Dig eller för Dina elever. Det är farligt, att färga sinnen med tekniken för sinnets behandling.

För Dig må den här vetenskapen verka vara väldigt värdefull, men i själva verket är den en av Satan gillrad fälla för Dig och andra. Den ingår i ormens förtrollning, varigenom den hugger ihjäl ens andlighet. Tekniken berör mycket, som synbarligen är förträffligt, men den strider mot Kristi natur och anda. Denna teknik leder en inte till Honom, som är liv och frälsning...

I början av min verksamhet fick jag ta itu med tekniken för sinnets bot. Jag blev skickad från ställe till ställe, för att berätta om den här vetenskapens falskhet, som många var i färd med att anamma. Man satte igång med sinneskurerandet på ett ack så oskyldigt vis – för att lindra den mentala anspänningen hos nervsvaga. Men tala om sorgligt utfall! Gud sände mig från den ena orten till den andra, för att varna för allt, som ingår i den här tekniken. – *Brev 121, 1901. (Medical Ministry, sidorna 112-113).*

Leder till Ödeläggelse, inte Återställelse – Jag vill tala klarspråk med Dig. Du har inlett ett arbete, som saknar all plats på en kristen klinik och som inte får komma in på våra hälsoinrättningar. Även om den ter sig oskyldig, kommer denna teknik för sinnets botande, om den tillämpas på patienterna, att leda till deras undergång, inte till deras rehabilitering. Andra Timoteusbrevet 3 talar om personer, som tar till sig det farliga, exempelvis uppfattningen, att ett sinne skall ta fullständig kontroll över ett annat sinne. Gud förbjuder allt dylikt. Sinneskurerandet utgör en av Satans försåtligaste tekniker, och det är viktigt, att våra läkare upptäcker denna tekniks verkliga natur; ty genom den kommer de att drabbas av allvarliga frestelser. Denna vetenskap får inte ges lillfingret på våra hälsohem.

Gud har inte spridit en enda ljusstråle eller minsta uppmuntran till våra läkare, för att de skall lansera verket, varigenom ett sinne alldeles tar herraväldet över ett annat, så att en person utför en annans vilja. Låt oss bli bekanta med Guds vägar och syften. Låt ej fienden uppnå minsta fördel gentemot Dig. Låt honom inte förmå Dig till, att drista Dig till, att försöka att kontrollera ett annat intellekt, till dess det blir en maskin i händerna på Dig. Den här tekniken har Satan uppfunnit. – *Brev 121, 1901. (Medical Ministry, sidorna 113-114).*

Kapa Banden till Hypnosen! (ett andra varningsbudskap till läkaren, som använde sig av hypnotiska metoder) – Bror och syster N! I Herrens namn ber jag er komma ihåg att utan att er inställning förändras när det gäller den metod för helbrägdagörelse som har med sinnets vetenskap att göra, och utan att ni båda förstår att ni så absolut behöver omvändas och förvandlas i era egna sinnen, kommer ni att bli stöttestenar – ett trist skådespel för änglar och för människor.

Sanningen har bara påverkat er obetydligt. Det är riskabelt för vem som helst, utan hänsyn till hur god person han måtte vara, att försöka få inflytande över en annan människas sinne så att det kommer under hans kontroll. Låt mig säga er att denna behandling av sinnet är en satanisk vetenskap. Ni har redan gått långt nog i detta för att utsätta er framtida utveckling för allvarlig fara. Det har ökat på det mest ödeläggande sätt sedan det allra första gången uppstod i era sinnen, och tills nu.

Utän att ni kan se att det är Satan som är mäterhjärnan bakom det påfund som denna vetenskap är, kommer det inte att bli så lätt som ni tror att komma loss från dess rötter och grenar. Hela filosofin bakom denna vetenskap är ett mäterstycke av satanisk förförelse. För deras själars skull: Klipp av kontakten med allt som har med detta att göra. Varje gång ni tillför en annan människa tankar som har med denna vetenskap att göra, för att få kontroll över vederbörandes sinne, är ni inne på Satans mark och i avgjort samarbete med honom. För era själars skull, slit er loss från denna snara som fienden har satt upp. – *Brev 20, 1902. (Utvalda Budskap, Band 2, sidorna 349-350.)*

Gud förbjuder Studiet och Utlärandet av Hypnos – Ingen av er bör studera den vetenskap som ni har varit intresserade av. Att studera denna vetenskap är att ta av frukten på det träd som ger kunskap om gott och ont. Gud förbjuder er och vilken annan dödlig som helst att lära sig eller undervisa i en sådan vetenskap. Det faktum att du överhuvudtaget har haft något med detta att göra, borde vara tillräckligt för att visa dig, bror N, det inkonsekventa i att du är sanatoriets ledande läkare. ...

I din befattning med den vetenskap som har med helbrägdagörelse av sinnet att göra, har du tagit från det träd som ger kunskap om gott och ont, som Gud har förbjudit dig att röra. Det är nu på hög tid att du börjar se upp till Jesus, och att genom att betrakta honom, förändras efter hans gudomliga bild.

Skilj dig från allt som smakar hypnos, den vetenskap som sataniska redskap använder. – *Brev 20, 1902. (Utvalda Budskap, Band 2, sidan 350.)*

Satan äger stor Makt (ytterligare råd till läkaren och hans hustru) – Kom ihåg, att Satan har stigit ned med stor makt, för att ta sinnen i besittning och hålla dem fångna under sin påverkan. Ingendera av Er kan verka till Guds behag, med mindre Ni följer Frälsaren, som säger: ”Om någon vill följa mig, skall han förneka sig själv och ta sitt kors på sig och följa mig” (Matteusevangeliet 16:24). I allting är Kristus vårt föredöme. – *Brev 20, 1902.*

En Vetenskap, som för en ut på tunn Is – Vi ber Dig inte, att Du skall försätta Dig under en annan persons sinneskontroll. Helbrägdagörelset av sinnet är den fruktansvärdaste vetenskap, som någonsin har förespråkats. Vilken usling som helst kan använda denna teknik, för att uppnå sina egna elaka syften. Vi har inget att skaffa med någon sådan vetenskap. Vi borde frukta den. Den skulle inte ens antydans på någon institution. – *Manuskript 105, 1901. (Medical Ministry, sidan 116.)*

Utnyttjar Svaghet – Det är en fruktansvärd makt som på det sättet ges till illasinnade män och kvinnor. Vilka tillfällen det ger dem som lever för att dra fördel av andras svagheter eller dårskap! Hur många är det inte som, genom att behärska människors svaga eller sjuka sinnen, finner ett medel för att tillfredsställa sina lustar eller sin girighet efter pengar! – *Hälsa för Hela Människan, sidan 207 (1905).*

Råd beträffande Utgivning av Böcker handlande om Hypnos – Skall dess ledare [Review and Herald Publishing Association] [anm.: I flera år tryckte The Review and Herald åt andra på rent kommersiell basis, för att hålla utrustningen i bruk] samtycka till att bli Satans redskap genom att trycka böcker som handlar om hypnos? Skall denna form av spetälska få inträde? ...

Satan och hans medhjälpare har arbetat flitigt, och gör det framdeles. Kommer Gud att välsigna förlagen om de accepterar fiendens förförelser? Skall de institutioner som framställts som helgade till Herren, bli skolor där arbetarna åter från trädet som ger kunskap om gott och ont? Skall vi uppmuntra Satan när han som en tjuv listar sig in i sanningens citadell för att förmedla sin djävulska vetenskap på det sätt han gjorde i Eden?

Är de personer som har ansvar för verket, inte i stånd till att skilja mellan sanning och villfarelse? Är de ur stånd till att se de förskräckliga följderna av att göra sitt inflytande gällande för det som är galet? I fall arbete av detta slag skulle inbringa milliontals dollar, av vilket värde är denna vinst jämförd med den ohyggliga förlust, som görs, genom att torgföra Satans lögner? – *Brev 140*, 1901. (*Utvalda Budskap*, Band 2, sidorna 350-351.)

Ett livsfarligt Snedsteg – Satans redskap klär de falska teorierna i en tilltalande dräkt på samma sätt som Satan i Eden förklädde sig för Adam och Eva genom att tala genom ormen. Dessa redskap droppar in i människosinnet det som i verkligheten är en dödlig villfarelse. Satans hypnotiserande inflytande kommer att vila över dem som vänder sig bort från Guds tydliga ord till behagliga fabler. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 8, sidan 294 (1904).

Farligt Forskande! – Vi står mitt uppe i de sista dagarnas faror, när somliga, ja, många, kommer ”att avfalla från tron och hålla sig till villoandar och till onda andars läror.” {Första Timoteusbrevet 4:1.} Var försiktig, när det gäller, vad Du läser och vad Du hör. Intressera Dig inte det lilla minsta för spiritualistiska teorier. Satan bara väntar på, att lämna var och en i kölvattnet, som låter sig bedras av hans hypnos. Hans makt över dem gäller från och med det ögonblick, när de sätter igång med, att utforska hans teorier. – *Brev 123*, 1904. (*Medical Ministry*, sidorna 101-102).

Upprepa inte Satans Teorier och Läror – Jag har blivit visad, att vi inte skall gå in i diskussioner om dessa spiritualistiska teorier, eftersom dylikt dryftande bara kommer att göra folk konfunderade. De här sakerna skall inte tas upp vid våra möten. Vi skall inte arbeta, för att avslöja dem som lögnaktighet. I fall våra predikanter och lärare inleder ett studium av dessa falska doktriner, kommer en del att avfalla från tron och hålla sig till villoandar och till onda andars läror. Det är inte evangeliets förkunnares uppgift, att lufta Satans läror. Gå stadigt framåt, bygg upp de gamla ruinerna, återställ grundvalar från forntida slakten. {Jämför Jesaja 58:12.} Framställ sanningen, den okränkbara, helgande sanningen, och lämna fiendens förförande teorier därhän. Ge inte honom utrymme till, att plantera fröna åt dessa teorier. Jag har blivit förmanad, att inte inleda diskussion om dessa saker. Låt inte våra predikanter eller lärare eller studenter använda sina läppar till, att upprepa fiendens spetsfundigheter. – *Brev 175*, 1904.

Predikanter och Läkare fastnar i Snaran – Det finns läkare och predikanter, som har blivit påverkade av hypnosen, som lögnens fader använder sig av. Trots utfärdade varningar, vinner Satans spetsfundigheter terräng nu, precis som skedde i himmelens boningar. Tekniken, varigenom våra första föräldrar bedrogs, bedrar människor i dag. Predikanter och läkare fastnar i snaran. – *Manuskript 100*, 1905.

Det Flydda i ny Gestalt – Erfarenheterna från det förgångna kommer att upprepas. Satans religiösa föreställningar kommer i framtiden att anta nya former. Villfarelser kommer att framhållas på ett tilltalande och smickrande sätt. Falska teorier iförda ljusets kläder kommer att framhållas för Guds folk. På det sättet kommer Satan att vilseleda t.o.m. de utvalda, om det vore möjligt. De listigaste inflytanden kommer att utövas. Människosinnet kommer att bli hypnotiserat. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 8, sidan 293 (1904).

Författarinnans Erfarenhet av Hypnos – Många adventister [återstoden av de adventister, som hade förkastat den sjunde dagens Sabbat] tvekade inte att tro detta [år 1845] och sprida ryktet vidare. En läkare som var en känd hypnotisör sade till mig att mina syner var hypnotiskt framkallade och att jag var en person som var lätt att hypnotisera. Han sade att också han kunde hypnotisera mig och ge mig en syn.

Jag talade då om för honom att Herren hade visat mig i synen att hypnos kommer från djävulen och avgrunden, och att den snart skulle hamna där tillsammans med dem som använde sig av den.

Jag tillät honom försöka hypnotisera mig om han kunde. Han försökte på olika sätt i över en halv timme, men sedan gav han upp. Genom tro på Gud kunde jag stå emot hans inflytande. Det påverkade mig inte det minsta. – *Adventbudskapet*, sidan 21 (1882).

Andlig Magnetism – I New Hampshire [år 1848] skulle vi komma att kämpa mot flera olika slags andlig magnetism, som påminde om hypnos. Det var vår första erfarenhet av dylikt. – *Ellen G. Whites Liv i Skisser*, sidan 79 (1915).

Ingen skall vara ett passivt Redskap – Det är inte Guds vilja att någon skall överlämna sitt sinne och sin vilja till att styras av någon annan, och bli ett passivt instrument i den andres hand. Ingen skall låta sin individualitet gå upp i en annans. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 206 (1905).

Måste vara fritt från mänsklig Förtrollning – Sinnet måste vara fritt från all mänsklig förtrollning. Det får inte kräla i stoftet inför människor, utan på andliga vingar sväva upp till Gud, där det greppar tag om den Oändlige och det oändliga. – *Brev 120*, 1901. (*Medical Ministry*, sidan 110.)

Förklarande Anmärkning om "Frenologi och Mesmerism" – "Bra i sitt Sammanhang": År 1862 offentliggjorde fru White en längre artikel i *The Review and Herald* med titeln "Philosophy and Vain Deceit" {"Tom och bedräglig Filosofi"; jämför Kolosserbrevet 2:8}. Artikeln, som återutgetts i *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 1, sidorna 290-302, består av 13 sidor med varningar för bedrägerier och falska underverk. I sitt budskap förklarade hon, att Satan skulle komma att använda sig av vissa vetenskaper och tekniker, för att lura in själar i det nät, som han har lagt ut med hjälp av spirantiska fenomen.

Av sammanhanget och författarinns artikel "Science Falsely So Called" {"Det, som kallas för Kunskap, utan att vara det"; jämför Första Timoteusbrevet 6:20}, offentliggjord i *The Signs of the Times*, den 6. november, 1884, framgår det, att då hon använde fackorden "frenologi", "mesmerism" och "djurmagnetism" år 1862, gjorde hon det på ett ganska fritt och allmänt sätt, exempelvis då hon talade om de vetenskaper, som "berör mänskossinnet", ty så betraktades de då.

Uttalandet 1884 i Signs bygger tydligt på artikeln i Review 1862, eftersom den använder många av dess meningar, samtidigt som den omformulerat en del meningar och använder mera exakta uttryck. Detta förhåller sig i synnerhet så i skrivelsen från 1862, vari orden frenologi och mesmerism brukas.

År 1862 skrev hon: "Frenologi och mesmerism är mycket uppskattade. De är bra i sitt rätta sammanhang, men de har tagits i beslag av Satan som hans mäktigaste redskap för att bedra och ödelägga själar. Hans konster och knep tas emot som om de vore från himlen, och tro på detektorn, Bibeln, har förstörts i tusentals sinnen." (*Vittnesbörd för Församlingen*, Band 1, sidan 296).

År 1884 skrev hon: "Vetenskaperna om mänskossinnet är väldigt uppskattade. De är bra i sitt rätta sammanhang, men de har tagits i beslag av Satan som hans mäktigaste redskap, för att bedra och ödelägga själar. Hans konster och knep tas emot, som om de vore från himmelen, och härigenom tar han emot den tillbedjan, som han

åstundar" (*The Signs of the Times*, den 6. november, 1884). Eftersom det här uttalandet verkar bättre återspegla författarinns avsikt, används det i föreliggande kapitel.

Det tidigare omtalade uttalandet i "Vittnesbörden" bör bedömas i ljuset från andra uttalanden i kapitlet och i beaktande av de samlade utsagorna både tidigare och senare från hennes penna om mesmerism. Se anmärkning om Kapitel 3.

För att visa användningen av uttrycken "frenologi", "mesmerism" och "djurmagnetism" i mitten på 1800-talet, räknar vi här upp vissa verk utannonserade i slutet på ett populärt medicinskt bokverk utgett i Förenta Staterna 1852:

American Phrenological Journal and Miscellany. Ägnas åt frenologi, fysiologi och självförbättring. För ett år, _____ \$1.00
Tabell för notering av diverse händelser. Utformad för frenologer. Med flerfaldiga gravyrer _____ .06 1/4
Defense of Phrenology, av dr. Andrew Boardman. Ett bra verk för skeptiker och icke troende _____ .50
Elements of Animal Magnetism; or, Process and Practical Application for Relieving Human Suffering _____ .12 1/2
Familiar Lessons on Phrenology. Utarbetad för användning av barn och ungdomar, illustrerad _____ .50
Fascination; or The Philosophy of Charming (Magnetism). Åskådliggör livets principer. Illustrerad _____ .40
Föreläsningar om tankarna bakom mesmerism och synskhet med instruktioner om deras utveckling och praktiska tillämpning _____ .25
Marriage: Its History and Philosophy, med en frenologisk utläggning om teknikerna för lyckliga äktenskap _____ .37 1/2
Mesmerism in India. Ett förträffligt verk av den hyllade Dr. Esdaile. Förordas varmt av fackmän _____ .50
Matrimony; or, Phrenology and Physiology Applied to the Selection of Congenial Companions for Life _____ .25
Psychology, or the Science of the Soul. Med gravyrer av nervsystemet. Av Joseph Haddock, medicine doktor _____ .25
Phrenological Guide. Utformad för studenters utvärdering av den egna karaktären. Med flertaliga gravyrer _____ .12 1/2
Frenologisk almanacka: Illustrerad med många gravyrer, innehåller åskådliggörande beskrivningar av karaktärer _____ .06 1/4
Phrenology and the Scriptures, påvisar deras

överensstämmande. Av kyrkoherde John Pierpont
 _____ .12 _____ 1/2
Philosophy of Electrical Psychology. Av John
 Bovee Dods _____ .50
*Religion, Natural and Revealed; or, the Natural
 Theology and Moral Bearings of Phrenology*
 _____ .50
*The Illustrated Self-instructor in Phrenology and
 Physiology, med ett hundra gravyrer och en tabell*
 _____ .25

Satans Teknik för Självpuppjelse

[Se Sektion VI, "Själviskhet och Självakning".]

Den farliga Läran om Människans inneboende Kraft – Om Satan kan förvirra och bedra det mänskliga sinnet så till den grad att dödliga människor fås att tro att det finns en inneboende kraft i dem själva att uträtta stora och goda gärningar, då slutar de att förtrösta på Gud, att han ska göra det för dem som de tror att de har kraft i sig själva att göra. De erkänner inte en högre makt. De ger inte Gud den ära som Han gör anspråk på och som Han har rätt till på grund av sitt stora och upphöjda Majestät. Satans mål har på så sätt uppnåtts, och han jublar över att fallna människor förmätet upphöjer sig själva på samma sätt som han upphöjde sig själv i himlen och blev utstött. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 1, sidan 294 (1862).

Människan bestämmer själv Kraven på sin Karaktär – Satan bedrar människor idag på samma sätt som han bedrog Eva i Eden, genom smicker, begär efter förbjuden kunskap och genom att stimulera benägenheten till självupphöjelse. Det var genom att odla dessa onda egenskaper som han orsakade sitt eget fall. Genom dem planerar han nu att åstadkomma människors undergång. "Ni blir som Gud", förklarar han, "med kunskap om gott och ont." (1 Mos 3:5). Spiritismen lär "att människan har skapats för att utvecklas. Ända från födelsen är hon bestämd att utvecklas i all evighet mot gudomlighet". Och vidare: "Varje sinne skall döma sig självt och inte något annat". "Domen kommer att bli korrekt, eftersom det är en dom över dig själv ... Tronen finns inom dig." En spiritistlärare sade, när den "spiritistiska medvetenheten" vaknade i honom: "Mina medmänniskor. Vi är alla halvgudar och har inte fallit i synd." En annan försäkrade: "Varje rättfärdig och fullkomlig varelse är Kristus."

I stället för den fullkomliga och rättfärdige Guden, som är den ende som skall tillbes, och i stället för den fullkomliga rättfärdigheten i hans lag, som avslöjar all synd, har Satan infört människans egen syndiga, felande natur som enda föremålet för tillbedjan, som enda norm i domen och som norm för karaktärsbildningen. Detta är inte utveckling uppåt utan nedåt. – *Den Stora Striden*, sidan 476 (1911).

Förekommer ej i Kristi Lära – Jag blev hänvisad till denna bibeltext, som särskilt tillämplig på modern spiritism: Kol 2:8 "Se till att ingen rövar bort er med sin tomma och bedrägliga filosofi, byggd på mänskliga traditioner och stadgar och inte på Kristus."...

"Tom och bedräglig filosofi" fyller stackars dödliga människors sinnen. De tror att de har en sådan kraft i sig själva att de kan utföra stora uppgifter, och de inser inte behovet av en högre kraft. Deras principer och deras tro är "byggd på mänskliga traditioner och stadgar och inte på Kristus"

Jesus har inte lärt dem denna filosofi. Inget liknande finns i hans undervisning. Han hänvisade inte dödliga människors sinnen till dem själva, till en kraft som de själva ägde. Han riktade alltid deras sinnen till Gud, universums Skapare, som källan till deras kraft och visdom. En särskild varning ges i vers 18: "Låt er inte frändömas segerkransen av någon som ger sig hän åt 'ödmjukhet' och går upp i syner av änglarnas tillbedjan och som utan orsak är uppblåst i sitt köttliga sinne." – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 1, sidan 297 (1862).

Läran om Ansvarighet bara inför sig själv – Han [Satan] frestar också människor att gå för långt i det som i och för sig är tillåtet, och försvagar dem därigenom fysiskt, andligt och moraliskt. Han har fördärvat och fördärvar fortfarande tusentals människor genom att förmå dem att ge efter för benägenheter och passioner. Därigenom förråar han hela människans natur. För att göra sitt verk fullständigt förklarar han genom andarna att "sann kunskap ställer människan över alla lagar", att "allt som finns är riktigt", att "Gud inte fördömer", och att "alla synder som begås är oskyldiga".

När människor så vilseleds att tro att begären är den högsta lagen, att frihet är detsamma som tygellöshet, och att människan är ansvarig bara för sig själv, kan man då undra över att fördärv och lastbarhet är utbredd överallt? Människor tar ivrigt emot en undervisning som ger dem frihet att följa

det som tillfredsställer dem själva. Självbehärskningens tyglar läggs i lustans händer, andens och själens krafter underordnas djuriska böjelser. Triumferande leder Satan tusentals som bekänner sig följa Kristus in i sin snara. – *Den Stora Striden*, sidan 477 (1911).

Lucifer önskade sig Guds Makt, inte Hans Karaktär – Lucifer ville få Guds kraft men inte hans väsen. Han försökte tillkämpa sig den högsta platsen. Var och en som behärskas av hans anda kommer att göra detsamma. Därigenom blir fiendskap, disharmoni och strid ofrånkomliga. Makten tillfaller den starkaste. Satans rike är ett tvångets rike. Varje enskild individ betraktar alla andra som ett hinder på vägen till den egna framgången eller som ett trappsteg som kan föra honom upp till en framträdande plats. – *Vändpunkten*, sidorna 435-436 (1898).

Tjurighet omöjliggör Guds Hjälp – Då Gud sände Mose till Farao, förde Mose ljus med sig, men Farao motstod det, och efter varje besök blev hans envishet bara värre. Använde Gud någon kraft på honom, så att han inte kunde vända sig till ljuset? Nej, envisheten berodde på likgiltighet inför bevis. Faraos envishet kom sig av, att han inte ville ta emot det strålande ljuset. – *Manuskript 15*, 1894.

Envishet och Samvetsgrannhet (reflektioner om en egensinnig, självbedragen man) – När Du läser breven jag har sänt till Oakland, kommer Du att få en uppfattning om mannens tjurighet och hans beslutsamhet, att göra som han önskar och få sin vilja igenom. Han har inte rättat sig efter Herrens råd, utan har betraktat det som tryggt, att vandra i lågorna från sin egen eld. {Jämför Jesaja 50:11.} Han är villig till, att göra vad som helst och allt, för att tjäna saken, men han vill inte göra just det, som Herren har visat är riktigt. I fall han blir förrädare, såsom _____, kommer han utan tvivel att bli det återopande stor samvetsgrannhet.

Denna låtsade samvetsgrannhet har nogsam skärskådats. Jag talar av erfarenhet, när jag säger till Dig, att jag saknar förtroende för hans samvetsgrannhet. Det förekommer både goda och onda samveten, och mannen har bedragit sig själv svårt. I detta tillstånd av förvillelse gör han mycket, som rimmar illa med Guds Andes önskemål. Ändå stålsätter han sig mot goda råd och följer endast sin egen vilja. – *Brev 48*, 1892.

Självbedrägeriets fruktansvärda Makt – Att vara utan Guds Andes dygder är sorgligt nog, men det är ett ännu värre tillstånd att vara utan andlighet och utan Kristus och ändå försöka

försvara sig genom att säga till dem som är oroade, att vi inte behöver deras ängslan och medömkan. Självförvillensens makt över det mänskliga sinnet är fruktansvärd. Vilken blindhet – att kalla ljus för mörker och mörker för ljus! Det trovärdiga och sanna Vittnet råder oss att av Honom köpa guld som är luttrat i eld, vita kläder och ögonsalva. Guldet som här rekommenderas och som blivit prövat i elden, är tro och kärlek. Det gör hjärtat rikt, ty det har blivit luttrat tills det är rent, och ju mer det prövas desto vackrare blir dess glans. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidan 88 (1876).

Satans Makt över den Självupphöjde – Hur fåfång är inte människors hjälp, när Satan utövar sin makt över en person, som är självupphöjd och omedveten om, att han använder Satans teknik. I sitt överdrivna självförtroende kliver han rätt in i fiendens fälla och blir snärjd. Han brydde sig inte om de utfärdade varningarna och fångades som Satans byte. Om han hade vandrat ödmjukt med Gud, skulle han ha skyndat sig till mötesplatsen, som Gud hade ordnat åt honom. Alltså skulle han ha varit säker i farans stund, ty Gud skulle ha lyft upp ett standar å hans vägnar mot fienden. – *Brev 126*, 1906.

Leder till Själv mord – Denna värld som handlar som om det inte vore någon Gud, upptagen av själviska göromål, kommer snart att erfara plötslig undergång, och kommer inte att kunna undgå detta. Många fortsätter oförsiktigt att tillfredsställa sig själva tills de vämjns så mycket åt sina liv att de begår självmord.

Dans och festande, dryckenskap och rökning, ger deras djuriska lidelser fritt utlopp, och de går som en ox till slaktaren. Satan arbetar med alla sina knep och sin list för att människor blint skall fortsätta att marschera framåt, tills Herren reser Sig upp från Sin plats och straffar jordens invånare för deras missgärningar, då jorden skall uppenbara invånarnas blod och inte längre dölja deras slakt. Hela världen visar sig marschera rakt in i döden. – *Manuskript 139*, 1903. (*Evangelisation*, sidan 26.)

Jaget lever vid varje Beröring – Vilken seger du kommer att vinna, när du lär dig att följa Guds obegränsade försyn med tacksamt hjärta och beslutar att leva med ögonen riktade mot Hans härlighet, sjuk eller frisk, i överflöd eller i brist. Självvet lever och skälver vid varje beröring. Självvet måste korsfästas innan du kan övervinna i Jesu namn och ta emot lönen från den Trofaste. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidan 221 (1876).

Det mest obotliga Synden – Gud kan inte upprätthålla förbindelsen med sådana människor som lever för att behaga sig själva och att ställa sig själva i första rummet. De som gör så kommer i det långa loppet att bli de sista av alla. Den synd som är i det allra närmaste hopplös och obotlig, är stolthet över den egna uppfattningen, självgodhet. Den står hindrande för all tillväxt. När en människa har karaktärsfel och ändå inte inser detta, när hon är så genomträngd av självgodhet att hon inte kan se sina fel, hur skall hon då kunna bli renad? ”Det är icke de friska, som behöva läkare, utan de sjuka.” (Matt. 9:12.) Hur kan en människa förbättra sig själv när hon anser att hennes vägar är fullkomliga? – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 7, sidorna 199-200 (1902).

Att ödmjuka Jaget, är väsentligt – De, som tror sig kunna få Guds välsignelse på det här mötet [ett rådsmöte i Michigan], utan att ödmjuka sig, kommer att lämna mötet i samma tillstånd, som då de anlände. Deras bekymmer kommer att vara lika många, som tidigare. Men, bröder och systrar, det har vi inte råd med. Låt oss ödmjuka våra hjärtan inför Gud. Låt oss tillåta Kristus, att smörja våra ögon med den himmelska ögonsalvan, så att vi ser. Det går inte an, att vara blind; vi måste kunna se allting tydligt. Det går inte an, att ena dagen marschera mot Kanaan, och nästa dag åter till Egypten, och nästa dag mot Kanaan, och sedan åter till Egypten igen. Dag för dag skall vi marschera taktfast framåt. Tanken på de dyrbara välsignelser vi går miste om, därför att vi släpar så långt efter ljuset, får mitt hjärta att värka, den fyller mig med den djupaste sorg. – *Manuskript 56*, 1904.

Insikt om Jaget leder till Ödmjukhet – Självkänedom är en viktig kunskap. Verklig självkänedom medför ödmjukhet, som möjliggör Herrens utveckling av sinnet samt modellerandet och tuktandet av karaktären. – *Counsels to Parents, Teachers, and Students*, sidan 419 (1913).

Längst bort från Stolthet och Självupphöjelse – ”Den som säger sig förbli i honom är skyldig att själv så leva som han levde.” ”Den som inte har Kristi Ande tillhör inte honom.” Denna likhet med Jesus kommer inte att gå världen obemärkt förbi. Den är föremål för uppmärksamhet och kommentarer. Den kristne kanske inte är medveten om den stora förändringen, för ju mer han liknar Kristus i sin karaktär desto ödmjukare kommer hans uppfattning om sig själv att vara. Men alla omkring honom kommer att se och märka den.

De som haft de djupaste erfarenheterna av det som hör Gud till är de som är längst bort från stolthet eller självupphöjelse. De har de ödmjukaste tankarna om sig själva och de allra mest upphöjda föreställningarna om Kristi härlighet och suveränitet. De känner att den lägsta platsen i Hans tjänst är alltför hedersam för dem. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidan 223 (1882).

En Trygghet i, att minnas sina egna Svagheter – Människor prövas och utranssakas inte bara inför andra människor, utan också inför det himmelska universum. Med mindre de fruktar och darrar för egen skull, med mindre de inser sina egna svagheter och minns sina forna misslyckanden, varvid de strävar efter, att inte upprepa dem, gör de samma misstag, som har åtföljts av utfall, som de inte har råd med en andra gång. – *Manuskript 43*, 1898.

Att besegra Jaget, tar hela Livet – Felaktigheter kan inte ställas tillrätta, och en verklig reformation i livet kan inte åstadkommas, bara genom några svaga, sporadiska ansträngningar. Att bygga upp karaktären är inte ett arbete för en dag eller ett år, utan ett arbete för hela livet. Kampen för seger över det egna jaget, för helighet och för himlen, är en livslång kamp. Utan en ständig ansträngning och en oavbruten strävan är det omöjligt att gå framåt i det andliga livet och få segrarens krona. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 396 (1905).

Avtrycket från det Gudomliga – Låt inte jaget anta sådana proportioner, att hela personen blir nedsmutsad. Det räcker med en läcka, för att sänka ett skepp, och ett fel, för att ha sönder en kedja; likaså kan det förekomma något nedärvt eller uppodlat karaktärsdrag, som verkar i hjärtat och utvecklas till ord, som lämnar efter sig onda intryck, som aldrig försvinner. Alla bygger vi för evigheten. Karaktären måste visa Guds avtryck i form av rena, ädla yttranden, i form av rättskaffens gärningar. Det kommer hela himmelens universum att bli varse och säga: Rätt så, Du gode och trofaste tjänare. – *Brev 91*, 1899.

Sektion 16 Principer och deras Tillämpning, Säker Sinnesbehandling

[Anm.: Rätt bemötande av mentala hållningar och sinnets behandling betonas i den här sammanställningen i form av de uppbyggliga

procedurer, som betonas i hela verket, och det ofta i skarp kontrast till osunda uppfattningar. Att skänka gestalt åt samtliga dylika uttalanden så här långt fram i texten, skulle bara medföra mängder av onödiga upprepningar. Ett fåtal nyttiga förmaningar, varav somliga är riktigt uppfriskande till sin natur, får räcka som exempel i det här kapitlet. – Sammanställarna. Se Kapitel 42, "Sinne och Hälsa".]

Rätt använt mentalt Inflytande – När man behandlar de sjuka borde man inte förbise sinnets inflytande. Rätt använt kan detta inflytande bli ett av de mest effektiva medlen för att bekämpa sjukdom. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 205 (1905).

Råd till en Läkare – De stackars, anfäktade själar, som Du kommer i beröring med, har behövt mer av Din uppmärksamhet, än de har fått. Det står i Din makt, att uppmuntra dem till, att se på Jesus och, genom att betrakta Honom, förvandlas till Hans avbilder. – *Brev 121*, 1901. (*Medical Ministry*, sidan 112).

Trygghet i ständig Strid mot onda Tankar – Måtte var och en, som vill bli delaktig av den gudomliga naturen, inse faktumet, att han måste undfly det i världen rådande fördärvet, som härskar genom lusten. Själens måste ständigt utkämpa en bitter strid mot de onda tankarna i sinnet. Stadigt motstånd mot synd i tanke och handling måste bjudas. Själens måste hållas fri från varje fläck, genom tron på Honom, som förmår att avhålla Dig från syndafall.

Vi bör begrunda Skrifterna, tänka nyktert och allvarligt på det, som hör till vår eviga frälsning. Jesu oändliga nåd och kärlek, det för oss gjorda offret, påkallar den allvarligaste och mest ödesmättade eftertanke. Vi bör uppehålla oss vid vår käre Förlossares och Medlares karaktär. Vi bör försöka, att förstå oss på innebörden av frälsningsplanen. Vi bör noga fundera på uppdraget åt Honom, som kom för att frälsa Sitt folk från deras synder.

Genom att ständigt begrunda himmelska ämnen, kommer vår tro och kärlek att tillta i styrka. Våra böner kommer att bli allt bättre hörda hos Gud, eftersom de kommer att bli allt bättre parade till tro och kärlek. Våra böner kommer att grundas än mer på intelligens och brinnande iver. Vårt ständiga förtroende för Jesus kommer att bli starkare, och vi kommer att dagligen ha en levande erfarenhet av Kristi villighet och kraft, att frälsa till det yttersta alla, som kommer till Gud

genom Honom. – *The Review and Herald*, den 12. juni, 1888. (*Our High Calling*, sidan 113.)

Själar uppfriskas genom Beröring med den Oändlige – Vi bör tänka på Gud i naturen – studera Hans karaktär i Hans händers verk. Sinnet blir stärkt av, att bli bekant med Gud, genom att läsa av Hans kännetecknande karaktärsdrag i Hans skapade verk. När vi skådar skönheten och storslagenheten hos naturens verk, väcks vår tillgivenhet för Gud; och fastän våra själar erfar skräckblandad vördnad och våra andar dämpas, livas våra själar genom kontakten med den Oändlige genom Hans förunderliga verk. Samröre med Gud genom ödmjuk bön utvecklar och styrker de mentala och moraliska sidorna hos människan, och hennes andliga krafter ökar, genom att tänka mera på andliga ting. – *The Youth's Instructor*, den 13. juli, 1893.

Vakta över Själens Inkörsportar – Aposteln försökte få de troende att förstå, hur viktigt det är att man inte låter sinnet irra omkring på förbjuden mark eller slösar bort sina krafter på värdelösa intressen. De som inte vill bli fångade i Satans snaror måste noga bevaka alla tillfartsvägar till sinnet. De måste undvika att läsa, se och höra sådant som kan väcka onära tankar. Vårt sinne får inte ges frihet att fästa sig vid vad som helst. Själens fiender är alltid framme med antydningar om det som är orätt.

Vårt sinnes portar måste troget bevakas, så att ont inflytande inte får väcka onda tankar och sinnet lämnas att irra omkring i mörker. – *Löftestiden*, sidan 518 (1911).

Verkan av ens Atmosfär – Inflytandet av varje människas tankar och handlingar omger henne som en osynlig atmosfär, som omedvetet inandas av alla som kommer i kontakt med henne. Denna atmosfär är ofta laddad med giftigt inflytande och när den inandas blir moraliskt förfall den säkra följd. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidan 111 (1882).

Omgiven av en Atmosfär av Ljus och Frid – Kristus har gjort allt han har kunnat för att hans församling ska vara en förvandlad kropp, upplyst genom världens Ljus, det ljus som har Immanuels härlighet. Det är hans plan att alla kristna ska omges av ljusets och fridens andliga atmosfär. Hans önskan är att vi uppenbarar hans glädje i våra liv.

När Anden får bo i oss kommer hans inverkan att visa sig genom den himmelska kärlek som flödar ut. Den gudomliga fullheten kommer att strömma

genom den helgade tjänaren till andra. – *Såningsmannen*, sidan 348 (1900).

Var ständigt beroende av Gud – Det är många som inte kan lägga bestämda planer för framtiden. De har inget ordnat liv. De kan inte se utgången av saker och ting, och därför är de ofta oroliga och rastlösa. Låt oss komma ihåg att det liv Guds barn lever i den här världen är ett pilgrimsliv. Vi har inte tillräcklig visdom för att planera våra egna liv. Det är inte vår uppgift att forma vår framtid. ”I tron lydde Abraham, när han blev kallad att dra ut till det land som han skulle få i arv, och han begav sig i väg utan att veta vart han skulle komma.” Hebr 11:8.

Kristus gjorde inte upp några planer för sig själv när han levde här på jorden. Han accepterade Guds planer för honom, och dag efter dag lade Fadern fram sina planer för honom. På samma sätt bör vi lita på Gud, så att våra liv kan bli ett okomplicerat förverkligande av hans vilja. När vi överlämnar våra vägar till honom, kommer han att leda våra steg. – *Hälsa för hela Människan*, sidan 419 (1905).

Värdet av Arbete som Inslag i Behandlingen – Jag fick se att det skulle visa sig vara mer till nytta för de flesta patienter att låta dem utföra lätt arbete, till och med att övertala dem till det, istället för att övertala dem att hålla sig sysslolösa och överksamta. Om viljekraften hålls aktiv för att väcka de slumrande förmågorna, kommer det att vara den bästa hjälpen för att återvinna hälsan. Ta bort allt arbete från dem som hela sina liv har varit överansträngda, och i nio fall av tio kommer förändringen att vara till skada.

Det har visat sig vara sant i min mans fall. Jag blev visad att fysiskt utomhusarbete helt klart är att föredra framför inomhusarbete. Men om detta är omöjligt kommer lätt arbete inomhus att uppta och skingra tankarna, och hindra det från att älta symptom och småkrämpor. Det skulle också förhindra hemlängtan. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 1, sidorna 567-568 (1867). [Anm.: Se *Utvalda Budskap*, Band 2, sidorna 306-308, för en redogörelse om hennes framgångsrika deltagande i James Whites återställande.]

Motion av rätta Slaget – När de långvarigt sjuka inte har något som tar upp deras tid och uppmärksamhet blir de självupptagna, dystra och irriterade. Ofta fastnar de i sina negativa känslor tills de börjar tro att de är mycket sjukare än de egentligen är, och blir då helt oförmögna att göra någonting.

För alla dessa människor skulle lämplig motion visa sig vara ett effektivt botemedel. I några fall är den helt outhärlig om man skall få hälsan tillbaka. Viljan aktiveras genom fysiskt arbete, och vad dessa sjuka behöver är att få viljan väckt till liv. När viljan inte används blir fantasin sjuklig, och då är det omöjligt att stå emot sjukdom. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 203 (1905).

Tröstare blir själva tröstade – Ofta begärs förbön för dem som lider, sörjer eller är missmodiga, och det är bra. Vi borde be att Gud skall sända ljus in i det förmörkade sinnet och trösta det sorgtyngda hjärtat. Men Gud besvarar bön för sådana som ställer sig där de kan bli välsignade av honom. Samtidigt som vi ber för dessa bedrövade, borde vi uppmuntra dem att försöka hjälpa andra som har större behov än de själva. Mörkret kommer att skingras från deras egna hjärtan när de försöker hjälpa andra. När vi försöker trösta andra på samma sätt som vi har blivit tröstade, kommer välsignelsen tillbaka till oss. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 219 (1905).

Vila och Återställelse (författarinnan ger goda råd åt sin egen son) – Jag har något att säga Dig. Skulle Du inte vilja underteckna en förpliktelse om, att Du ej längre skall försvaga eller skada Herrens tempel med arbete, när Du borde vila? För att få kloka tankar och för att uttala sunda ord, måste Du ge Din hjärna vila. Du unnar Dig inte tillräckligt med vila. Den utmattade hjärnan och de trötta nerverna skulle vederkvickas, om Du ändrade Dig härvidlag.

Vi måste nogsamt lära oss självbehärskning, så att vi undviker det, som skulle försvaga den fysiska, mentala och moraliska styrkan. Du behöver vara klartänt och tålmodig, för att mäta med alla eventualiteter. Du behöver kraft från det höga. Utöva tro, och överlåt resten åt Gud. När Du har gjort Ditt bästa, var då vid gott mod. Tro, och tro och klamra Dig fast. Fienden kommer att försöka, att förleda Dig till förlustbringande åtgärder, men sådana har Du inte råd med. Du har inte råd med tvivelaktiga göranden. Du är i behov av det inflytande, som blir Ditt genom visdom och eftertänksamhet. – *Brev 121*, 1904.

Avkoppling och Vila behövs – Jag blev visad att sabbatshållare som folk betraktat, arbetar för hårt utan att tillåta sig själva att få omväxling eller viloperioder. Rekreation behövs för dem som ägnar sig åt fysiskt arbete, och är ännu nödvändigare för dem vars arbete huvudsakligen är intellektuellt. Det är inte nödvändigt för vår

frälsning, och inte heller för att förhålliga Gud, att låta hjärnan arbeta oavbrutet och för hårt, inte ens med religiösa ämnen.

Det finns nöjen som dans, kortspel, schack, dam m.m. som vi inte kan samtycka till, eftersom himlen fördömer dem. Dessa nöjen öppnar dörren till mycket ont. De har inte något välgörande inflytande, utan ger spänning och skapar en passion för dessa spel hos somliga, som leder till hasardspel och utsvävningar. Alla sådana spel bör fördömas av kristna och ersättas av något helt oskadligt. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 1, sidan 514 (1867).

När vi låter det bero på Gud, tappar vi inte Modet (råd till en överanstängd direktör) – Herren har nåderikt skonat Ditt liv, för att Du skall kunna arbeta åt Honom. Han önskar inte, att Du skall arbeta själv, oberoende av den enda kraft, som förverkligar Hans avsikter. Bli därför inte irriterad, utan förtrösta, blicka hän till Jesus, Din tros Upphovsman och Fullbordare. Jäkta inte. Utför det, som Du klarar av utan för stor påfrestning på Dina fysiska och mentala krafter, men tro ej, att Du måste ikläda Dig så mycket ansvar och axla så många bördor, att Du inte förmår, att behålla själen i Guds kärlek.

Vingården tillhör Herren; verket inom varje del av den är Hans, och Han föredrar, att Ditt arbete bevarar Dina fysiska, mentala och moraliska krafter. Tänk på, att Du samarbetar med himmelska väsen. Släpp inte in fienden som minste aktieägare i firman. Ta emot Dina marschorder från Gud, och tappa inte modet, därför att Du bara orkar med den mängd arbete, som en dödlig klarar av. Den Oändlige kommer att verka genom Sin kraft, för att göra Dig effektiv.

Tänk inte, att Du skall bli stående med ett omöjligt uppdrag. Förvänta Dig inte det orimliga av andra. Paulus må plantera och Apollos vattna, men det är Gud, som säkrar skörden, ger växten (se Första Korintierbrevet 3:6). ”För länge sedan lade du jordens grund, himlarna är dina händers verk. De skall gå under, men du förblir” (Psaltaren 102:26, 27). ”*De skall alla nötas ut som en klädnad. Som en mantel skall du rulla ihop dem, och som en klädnad skall de bytas ut. Men du är densamme, och dina år har inget slut*” (Hebréerbrevet 1:11, 12, kursivering i *Svenska Folk-Bibeln 98*). – *Brev 86a*, 1893.

Egna Ansträngningar behövlige – De som fallit offer för dåliga vanor måste fås att inse att det är nödvändigt att de själva gör något åt sin

situation. Andra kan göra sitt yttersta för att hjälpa dem upp, Guds nåd kan erbjudas fritt och för intet, Kristus kan vädja, hans änglar kan hjälpa, men allt är förgäves om de inte vaknar upp och själva tar upp kampen för sina liv...

Många som känner frestelsens fruktansvärda kraft, den lustens dragning som leder till att man ger efter för begäret, ropar i förtvivlan: ”Jag kan inte stå emot det onda!” Säg till dem att det kan de göra, ja, det måste de göra. De kanske har fallit för frestelsen om och om igen, men det behöver inte vara så för alltid. Deras moraliska kraft är svag, och de styrs av sitt syndiga livs dåliga vanor. Deras löften och beslut är som rep av sand. Tanken på alla brutna löften och försäkringar försvagar deras tro på sin egen uppriktighet, och gör att de känner det som om Gud inte kan acceptera dem eller samarbeta med dem i deras ansträngningar. Men de behöver inte misströsta. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 145 (1905).

Målsättningen är viktig – Om vi vill få framgång, på vilket område det än är, måste vi ha ett bestämt mål. Den som vill nå verklig framgång i livet måste ständigt ha ett mål i sikte som är värt att arbeta för. Och det finns ett sådant mål för dagens ungdomar. – *Vägen till Mognad*, sidan 282 (1903).

Förädla Sinnet så mycket det går! – Kunskapen om Gud fås genom Hans Ord. Den praktiska erfarenheten av äkta gudsvörnad, genom daglig helgelse och tjänst åt Gud, garanterar den högsta förfining av sinne, själ och kropp; och helgandet av samtliga våra krafter förhindrar självupphöjelse. Ingjutandet av gudomlig kraft tillfredsställer vårt uppriktiga strävande efter klokhet, för att vi skall kunna samvetsgrant bruka våra främsta förmågor till, att hedra Gud och välsigna vår nästa. Eftersom dessa förmågor kommer från Gud, och inte från oss själva, bör de uppskattas som talanger från Gud, att användas i Hans tjänst. – *Manuskript 16*, 1896.

Positiva Dygder stärker Hälsan – Mod, hopp, tro, sympati och kärlek bygger upp hälsan och förlänger livet. Förnöjsamhet och ett glatt sinnelag är hälsa för kroppen och styrka för själen. Ett ”glatt hjärta ger god läkedom”. Ords 17:22. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 205 (1905).

Samverka med Forskningen

Information, Kraft, Godhet och Karaktär – En god utbildning bortser inte från naturvetenskapliga kunskaper eller litterära färdigheter, men utöver information lägger den vikt vid kraft, utöver kraft godhet, utöver intellektuella färdigheter karaktären. Det behövs fler människor i världen med god karaktär än med stort intellekt. Det behövs människor som styrs av fasta principer. – *Vägen till Mognad*, sidan 245 (1903).

Gud är Forskningens Upphovsman – Gud är forskningens upphovsman. Vetenskaplig forskning öppnar upp för sinnet väldiga fält för tanke och upplysning, vilket låter oss se Gud i Hans skapade verk.

Ovetandet kan söka en stötta i vetenskapen; men i stället för att göra skeptiker av oss, tillhandahåller forskningen färsk belägg för Guds klokhet och makt. Rätt förstådda, stämmer forskningen och det skrivna ordet ihop, och de sprider ljus över varandra. Tillsammans leder de oss till Gud, genom att lära oss något om de visa välvillighetens lagar, genom vilka Han verkar. – *Counsels to Parents, Teachers, and Students*, sidan 426 (1913).

Religion och Vetenskap – Sann kunskap är gudomlig. Satan näslade sig in hos våra första föräldrar genom att hos dem väcka en önskan om spekulativ kunskap, genom vilken de enligt hans förklaring i hög grad kunde förbättra sin situation. För att kunna få denna kunskap, måste de emellertid göra något som gick stick i stäv mot Guds heliga vilja, ty Gud ville inte leda dem till de högsta höjderna. Det var inte Guds plan att de skulle få kunskap, som hade sin grund i olydnad. Detta var ett brett område, som Satan försökte leda Adam och Eva in i och det är samma område som han öppnar för världen i dag, genom sina frestelser...

Orsaken till, att så få av världens stora män och de som har utbildning vid högskola kommer att lyda Guds bud, är att de har skilt utbildning från religion, därför att de trodde, att vart och ett av dem skulle fylla ett eget område. Gud har gett ett tillräckligt stort utrymme för att göra kunskapen fullkomlig hos alla som beträder det. Denna kunskap uppnås under gudomlig ledning. Den omges av Jehovas oföränderliga lag och resultatet blir den fullkomliga lyckaligheten. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidan 503 (1889).

Vetenskap är Makt – Sann vetenskaplig kunskap är makt; och det är Guds plan, att denna kunskap skall läras ut vid våra skolor som förberedelse för det verk, som skall föregå världshistoriens avslutande scener. – *Counsels to Parents, Teachers, and Students*, sidan 19 (1913).

Samklang mellan Vetenskap och Tro – Högskolan i Battle Creek [SDA:s första av sitt slag] upprättades för att ge undervisning i vetenskap och samtidigt leda de studerande till Frälsaren, från vilken all sann kunskap flödar fram. Utbildning utan biblisk tro har berövats sin sanna strålgans och härlighet.

Jag försökte inpränta detta faktum i de studerande, att vår skola skall ha en högre ställning utifrån en utbildningsmässig synpunkt än någon annan undervisningsinstitution. Det sker genom att förmedla mer upphöjda ståndpunkter, målsättningar och perspektiv till de unga och genom att uppfostra dem till en bättre kunskap om människans uppgift och eviga intressen. Den stora målsättningen för vår högskola var att förmedla en rätt syn på saker och ting och visa att vetenskapen och Bibelns religion stämmer överens. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidan 274 (1879).

Kunskap om Vetenskap nödvändig – Unga män med lust att gå ut på fältet som predikanter, bokevangelister eller kolportörer, bör först få en passande andlig utbildning lika väl som en särskild förberedelse till sitt kall. De som inte har någon utbildning, utan är olärda och okultiverade, är inte lämpliga att bege sig ut på ett fält där de mäktigaste inflytanden som begåvningar och utbildning bekämpar Guds Ords sanningar. De kan inte heller framgångsrikt möta de märkliga former av kombinerade religiösa och filosofiska villfarelser, som det krävs såväl vetenskapligt kunnande som kunskap om Biblisk sanning för att avslöja. – *Evangeliets Tjänare*, sidan 57 (1915).

Den viktigaste Vetenskapen – Samtidigt som forskningens vetande innebär makt, utgör kunskapen, som Jesus personligen kom, för att ingjuta, än större makt. Frälsningens vetenskap är den viktigaste vetenskapen, som går att lära sig på jordens förberedande skola. Salomos visdom är önskvärd, men Kristi visdom är långt mera önskvärd och väsentlig. Vi uppnår inte kontakt med Kristus bara genom intellektuell övning, men genom Honom når vi upp till den högsta pinnen på den intellektuella storhetens steg. Medan förvärvandet av kunskap inom konst, litteratur och olika yrken inte bör motverkas, bör den studerande först och främst tillägna sig praktisk

kunskap om Gud och Hans vilja. – *Counsels to Parents, Teachers, and Students*, sidan 19 (1913).

Kristus använde Sig av all äkta Forsknings Vetenskap – Utan att använda tvång, utan att använda våld, förenar Han [Kristus] personens vilja med Guds vilja. Det är här själva kärnan hos all sann vetenskap, ty med dess hjälp åstadkoms en mäktig förändring i sinne och karaktär – den förändring, som måste till i livet åt var och en, som går genom portarna till Guds stad. – *Brev 155*, 1902. (*My Life Today*, sidan 340.)

Forskning krockar inte med Uppenbarelsen – På Gud vilar allting. All sann vetenskap är i samklang med Hans verk; all sann utbildning leder till lydnad mot Hans styre. Vetenskapen låter oss skåda nya under; den svävar högt upp och utforskar nya djup; men den lyfter inte fram något ur sina upptäckter, som strider mot den gudomliga uppenbarelsen. – *The Signs of the Times*, den 20. mars, 1884. (*SDA Bibelkommentar*, Band 7, sidan 916.)

Vetenskapen kan inte utforska Guds Hemligheter – Det fördolda hör Herren, vår Gud, till, och det uppenbarade tillhör oss och våra barn för all framtid – Femte Moseboken 29:29. Gud har aldrig uppenbarat för människorna exakt, hur Han utförde skapelsens stora verk; och de mänskliga vetenskaperna kan inte utforska den Högstes hemligheter. Hans skaparkraft är lika obegriplig som Hans existens. – *Patriarker och Profeter*, sidan 110 (1890).

Bibeln visar oss den vetenskapliga Vägen – Vi är beroende av Bibeln för vetskap om vår världss tidiga historia, om människans skapelse, och om hennes syndafall. Vad kan vi vänta oss, om vi tar bort Guds Ord, annat än fabler och gissningar, liksom intellektets nedgång, vilken är den ofrånkomliga följden av umgänget med lögn!

Vi behöver den äkta historien om jordens ursprung, om Lucifers fall i synd, och om införandet av synden i världen. Utan Bibeln, skulle falska teorier göra oss alldeles vimmelkantiga. Sinnet skulle utsättas för vidskepelsens och lögnens tyranni. Men när vi nu har i vår ägo en äkta redogörelse för världens begynnelse, behöver vi inte sparka undan benen på oss själva med människors gissningar och opålitliga läror.

Varhelst kristna är, kan de kommunicera med Gud. Och de kan dra nytta av den helgade forskningens innehåll. Deras sinnen kan stärkas, precis som Daniels. Gud gav honom ”kunskap och

insikt i all slags skrift och vishet”. Av alla ungdomar, som fördes fram inför Nebukadnessar, var det ingen ”som kunde jämföras med Daniel, Hananja, Misael och Asarja. De fick då tjänstgöra hos kungen. Han fann att de i alla frågor som krävde vishet och förstånd var tio gånger klokare än någon annan av de spåmän och besvärjare som fanns i hela hans rike” (Danielsboken 1:17, 19, 20). – *The Review and Herald*, den 10. november, 1904.

Ingen Sanning motsäger sig själv – Dessa personer [som betvivlar redogörelsen om skapelsen] har förlorat den okonstlade tron. Alla borde vara övertygade om den Heliga Skrifts gudomliga auktoritet. Bibeln bör icke prövas genom människornas begrepp om vetenskapen; ty deras kunskap är en otillförlitlig ledare. Tvivlare, som läser Bibeln för att finna fel, torde på grund av en ofullkomlig uppfattning av antingen vetenskapen eller uppenbarelsen påstå, att dessa motsäger varandra. Men då de betraktas på rätt sätt, finner man, att de stämmer överens. Moses skrev under Guds Andes ledning. Den, som äger en riktig insikt i geologin, kommer aldrig att påstå, att han gjort upptäckter, som inte låter förena sig med Moses’ framställningar. All sanning, både i naturen och i uppenbarelsen, är konsekvent i alla sina yttringar. – *Patriarker och Profeter*, sidan 111 (1890).

Somliga Frön måste undvikas – Vi behöver ständigt vara vaksamma mot spetsfundigheterna rörande geologi och andra delar av den falskeligen så kallade vetenskapen, som är avskalade all sanning. Stora mäns teorier behöver gås nogsamt igenom, för att vi skall undvika tänkbara tvivelaktiga inslag. Om lärarna vid våra skolor sår ett enda pyttelitet otrons frö, och det anammats av eleverna, kommer det att växa upp till en skörd av otro. Herren har utrustat människan med hela hennes skarpa tankeförmåga, och denna bör helgas åt Hans tjänst. – *Signs of the Times*, den 1. mars, 1898. (*SDA Bibelkommentar*, Band 7, sidan 916.)

Förståelsen av Vetenskap livas av Guds Ande – Kunskap är makt, men den är en makt för det goda endast när den är förenad med sann gudaktighet. Den måste livas av Guds Ande, för att tjäna de ädlaste syftemål. Ju närmare vi står Gud, desto bättre förstår vi värdet av sann forskning; ty Guds egenskaper, såsom de framgår av Hans skapade verk, uppskattas och förstås bäst av den, som äger kunskap om alltings Danare, Upphovsmannen till all sanning. Vederbörande kan bäst använda kunskapen, ty när han står under Guds Andes fullständiga kontroll, blir hans

talanger användbara i högsta grad. – *Counsels to Parents, Teachers, and Students*, sidan 38 (1913).

Trons Tjänarinna – Skolor måste upprättas enligt principer, och styras genom föreskrifter från Guds Ord. Det måste förekomma en anda på våra skolor, som besjälar och helgar alla utbildningsgrenar. Samarbete med Gud måste ivrigt sökas. Och då skall vi inte komma att söka förgäves!

Löftena i Guds Ord är våra. Vi kan vänta oss den himmelske Lärarens närvaro. Vi kan visst få se Herrens Ande utgjutas, liksom på profetskolorna, och alla ämnen helgas åt Gud. Sedan kommer vetenskapen att vara, som den var för Daniel, religionens tjänare; och alla ansträngningar, från den första till den sista, kommer att medföra människors frälsning – till själ, kropp och ande – och Guds ära genom Kristus. – *The Signs of the Times*, den 13. August, 1885. (*Grundsatser för Kristen Utbildning*, sidan 99.)

Åldringsvård

Inte Slut för Dugligheten – De gamla behöver också den hjälp och det stöd som familjen kan ge. Ett hem hos bröder och systrar i Kristus kan för de gamla, så långt det är möjligt, ersätta det hem de förlorat. Om de uppmuntras att ta del i hemmets intressen och sysslor, kommer detta att hjälpa dem att känna att de fortfarande kan vara till nytta. Ge dem känslan av att deras hjälp är uppskattad, och att det fortfarande finns något de kan göra för att hjälpa andra. Detta kommer att ge dem glädje och göra deras liv intressant. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 171 (1905).

Hemtama Omgivningar att föredra – De vilkas vitnande hår och sviktande gång visar att de närmar sig graven, borde, om det bara är möjligt, få stanna kvar bland vänner och i sådana förhållanden där de känner sig hemma. Låt dem få tillbe Gud bland dem som de har känt och älskat. Låt kärleksfulla och ömma händer få sköta om dem. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 172 (1905).

Ålderdomshem inget Botemedel – Uppgiften att sörja för våra gamla bröder och systrar som inte har något hem, är ständigt aktuell. Vad kan vi göra för dem? Jag har flera gånger upprepat vad Herren har sagt mig: Det bästa är inte att upprätta institutioner för vården av de gamla och samla dem alla på samma plats. Inte heller skulle man

sända bort dem för att få vård. Låt varje familj ta hand om sina släktingar. Om detta inte är möjligt, tillfaller uppgiften församlingen, och denna skall ta emot den som en plikt och en förmån. Alla som äger Kristi anda betraktar de svaga och gamla med särskild respekt och ömhet. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 6, sidan 272 (1900).

För in Solsken i Gamlas Liv – Att ha en av dessa hjälplösa i hemmet ger dyrbara tillfällen att samarbeta med Kristus i hans barmhärtighetstjänst och att utveckla sådana karaktärsdrag som han har. Det ligger en välsignelse i att unga och gamla är tillsammans. De unga kan föra solsken in i de gamlas liv och hjärtan. För dem som håller på att förlora greppet om livet är kontakten med ungdomens hoppfullhet och livsglädje en välsignelse som de behöver. Och de unga kan få hjälp av de gamlas visdom och erfarenhet. Men framför allt behöver de lära sig att arbeta osjälviskt för andra. Att ha någon i hemmet som behöver förståelse, fördragsamhet och självupppoffrande kärlek skulle vara en ovärderlig välsignelse för många hushåll. Det skulle förljuva och förbättra familjelivet, och utveckla både i gamla och unga de Kristuslika egenskaper som skulle göra dem vackra med en gudomlig skönhet, och göra dem rika på himlens oförstörbara skatt. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 172 (1905).

Unga och Gamla slår sig samman – Hur betagande är det inte, att se unga och gamla vara beroende av varandra, så att de unga ser upp till de äldre, för att få råd och visdom, och de gamla söker hjälp och medkänsla hos de unga. Detta är, som det skall vara. Gud vill, att de unga skall ha sådana karaktärsenskaper, att de kan känna glädje genom vänskapen med de gamla, så att de genom kärlekens starka band kan vara förenade med dem, som står vid gravens rand. – *The Signs of the Times*, den 19. oktober, 1888. (*Guds Söner och Döttrar*, den 3. juni.)

Omsorgen om åldriga Föräldrar – Barnen bör visa sina föräldrar en sådan kärlek och aktning, som de inte är skyldiga någon annan person. Gud Själv, som gjort föräldrarna ansvariga för de själar Han anförtrott i deras vård, har förordnat, att föräldrarna skall stå i Guds ställe gent emot barnen under deras yngre år. Och den, som förkastar sina föräldrars rättmätiga myndighet, förkastar Guds myndighet. Det femte budet fordrar, att barnen skall visa inte blott aktning, underdånighet och lydnad för sina föräldrar, utan även att de skall vara kärleksfulla och vänliga mot dem, lindra deras bekymmer, vaka över deras anseende samt vara deras tröst och hjälp på ålderdomens dagar. Det föreskriver även, att man

skall visa aktning för församlingstjänare och styresmän samt för alla andra, vilka Gud har förlänat myndighet. – *Patriarker och Profeter*, sidan 321 (1890).

Vigören avtar med stigande Ålder – De som tar hand om äldre människor borde komma ihåg att dessa, mer än andra, behöver ha varma och bekväma rum. Vitaliteten avtar med åldern, och de äldre får mindre kraft att stå emot ohälsosamma förhållanden. Därför är det speciellt viktigt att de äldre får rikligt med solljus och frisk, ren luft. – *Hälsa för hela Människan*, sidan 232 (1905).

Anpassning för svikande mental Styrka – Det är vanligt att gamla människor är ovilliga att inse och erkänna att deras mentala styrka sviker dem. De förkortar sina liv genom att ta på sig omsorger som tillhör deras barn. Satan påverkar ofta deras föreställningar och får dem att känna ständig oro när det gäller deras pengar. De är deras avgud, och de samlar dem girigt på hög. Ibland förnekar de sig själva mycket av livets bekvämlighet, och arbetar över sin förmåga, hellre än att använda de pengar som de har. På detta sätt försätter de sig själva i ständig nöd genom rädsla för att de någon gång i framtiden ska komma att lida nöd.

All denna rädsla har sitt upphov hos Satan. Han påverkar de organ som väcker slavisk fruktan och avund som fördärvar det ädla i själen och förgör upphöjda känslor och tankar. Sådana personer är som galna när det gäller pengar.

Om de ville ha den inställning som Gud önskar att de ska ha, kunde deras sista dagar vara de bästa och lyckligaste. De som har barn och som kan lita på deras ärlighet och omdömesgilla hantering, borde låta sina barn göra dem lyckliga. Om de inte gör det kommer Satan att utnyttja deras brist på mental styrka och hantera saker och ting i deras ställe. De borde lägga oro och bördor åt sidan och spendera sin tid så lyckligt som de kan, och mogna för himmelen. – *Vittnesbörd för Församlingen* 1:423-424 (1864).

Närminnet försvinner först – Den, som har blivit gammal i tjänsten för Gud, upptäcker kanske, att hans hjärna inte är i stånd till att uppfatta, vad som sker omkring honom; och vad, som nyligen har skett, försvinner snart från hans minne, medan barndomens hågkomster fortfarande är levande. Om bara de unga kunde förstå vikten av, att bevara sinnet rent och sunt och vakta det mot orena tankar och bevara själen för fördärvande vanor; ty renhet eller orenhet i ungdomen avspeglar sig i ålderdomens dagar. –

The Youth's Instructor, den 25. oktober, 1894.
(*Guds Söner och Döttrar*, den 12. mars.)

Karaktärsdrag tilltar med Åldern – Jag blev visad hur David vädjade till Herren att han inte skulle överge honom när han blev gammal, och vad det var som framkallade hans enträgna bön. Han såg att de flesta gamla människor omkring honom var olyckliga och att dåliga karaktärsdrag speciellt tilltog med åren. Om personer av naturen var snåla och giriga blev dessa drag än mer motbjudande när de blev gamla. Om de var avundsjuka, sura och otåliga, blev de ännu mer sådana när de blev gamla. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 1, sidan 422 (1864).

Besatta av Avundsjuka och med ökande Omdömeslöshet – David kände sig bekymrad när han såg att konungar och adelsmän som verkade frukta Gud i sin krafts dagar, blev avundsjuka på sina bästa vänner och släktingar när de blev gamla. De levde i en ständig fruktan för att det var själviska motiv som fick deras vänner att visa intresse för dem. De lyssnade till främmande människors antydningar och bedrägliga råd, när det gällde dem som de borde lita på. Deras obehärskade avundsjuka flammade ibland upp som en eld, eftersom allt inte gick så som de tyckte att det borde, enligt deras sviktande omdöme. Deras girighet var fruktansvärd. De trodde ofta att deras egna barn och anhöriga önskade att de skulle dö, för att de skulle kunna ta deras plats, äga deras rikedomar och bli bemötta med den vördnad som visats dem. Somliga var så besatta av sin avundsjuka och sin girighet att de kunde förgöra sina egna barn. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 1, sidorna 422-423 (1864).

David's Bön inför den egna Ålderdomen – David la märke till att även om somliga människors liv varit rättfärdigt under deras krafts dagar, så verkade de tappa självbehärskningen när de blev gamla. Satan trädde in och ledde deras tankar och gjorde dem rastlösa och missnöjda. Han såg att många gamla verkade övergivna av Gud och utsatte sig själva för sina fienders hån och smädelser.

David blev mycket påverkad av detta. Han blev bekymrad när han såg framåt mot sin egen ålderdom. Han fruktade att Gud skulle lämna honom och att han skulle bli lika olycklig som andra gamla människor, vars liv han hade lagt märke till, och att han skulle utsättas för vanära från Herrens fiender. Med denna börda på sitt hjärta bad han följande allvarliga bön: "Förkasta mig inte när jag blir gammal, överge mig inte när min kraft tynar bort!" "Gud, du har undervisat

mig ända från min ungdom, och intill nu förkunnar jag dina under. Överge mig inte, Gud, när jag blir gammal och grå, inte förrän jag fått förkunna om dina gärningar för nya släkten, om din makt för alla som skall komma.” Ps 71:9, 17-18. David kände att det var nödvändigt att vara på sin vakt mot det onda som följer med ålderdomen. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 1, sidan 423 (1864).

Användandet av anförtrodda Medel – Bror L är en Guds förvaltare. Han har anförtrotts medel och borde vara vaken för sin uppgift och ge Gud det som är Guds. Han borde inte underlåta att förstå de krav som Gud har på honom. Så länge han lever och har sitt sunda förnuft, borde han förbättra möjligheten att tillägna sig den förmögenhet som Gud har anförtrott honom, i stället för att överlämna den till andra att använda och lägga beslag på efter hans livs slut. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidan 675 (1871).

Inga lösa Ändar! – Bror L borde ha helt ärliga affärsangelägenheter och inte med lösa ändar. Det är hans privilegium att vara rik på goda gärningar och att lägga en god grund för sig själv inför den tid som kommer, så att han kan hålla fast det eviga livet. Det är inte tryggt för honom att följa sitt sviktande omdöme. Han bör rådgöra med erfarna bröder och söka Guds vishet, så att han kan utföra sitt uppdrag väl. Han bör nu verkligen vara allvarlig och skaffa sig ”en börs som inte slits ut, en outtömlig skatt i himlen, dit ingen tjuv når och där ingen mal förstör.” (Luk. 12:33) – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidan 676 (1871).

Peta inte undan åldriga Medarbetare! – Det ömsintaste intresse skulle visas dem, vars hela livs verk är kopplat samman med Guds verk. Trots sina talrika krämpor, besitter dessa arbetare fortfarande förmågor, som dugliggör dem till att stå på sin post och plats. Gud önskar, att de skall inta ledande ställningar inom hans verksamhet. De har förblivit stående mitt uppe i storm och prövning, och är några av våra värdefullaste rådgivare. Hur tacksamma skulle vi inte vara, att de ännu kan använda sina gåvor i Herrens tjänst!

Låt inte det förhållandet förloras ur sikte, att i det förflutna offrade dessa uppriktiga kämpar allt, för att föra saken framåt. Faktumet, att de blivit gamla och grå under sin tjänst för Gud, är inte skäl till att de skulle upphöra att utöva ett inflytande överlägset inflytandet från män med betydligt mindre kunskap om verket och långt mindre erfarenhet av gudomliga angelägenheter.

Fastän slitna och oförmögna, att axla de tunga bördor som yngre män kan och borde bära, är deras värde som rådgivare synnerligen stort. De har begått misstag, men de har vunnit visdom från sina misslyckanden; de har lärt sig att undvika felaktigheter och faror, och skulle de då inte vara i stånd till att leverera sunda råd? De har uthärdat vanskligheter och prövningar, och även om de förlorat en del av sin vigör, skall de inte fösas åt sidan av mindre erfarna arbetare, som känner till ack så litet om dessa vägröjares arbetsamhet och självpoffring. Herren förpassar dem inte alls till sidan. Han ger dem särskild nåd och kunskap. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 7, sidorna 287-288 (1902).

Skall äras och respekteras – De gamla fanbärare, som ännu lever, bör inte försättas i huvudbry. De, som tjänat sin Mästare i motgång, som uthärdat fattigdom och förblivit trogna mot sanningen trots fåtaliga medlemmar, skall alltid hedras och aktas. Jag har i uppgift att säga: Låt varje troende respektera de åldrade banbrytare, som utstått prövningar och många försakelser. De är Guds anställda och har spelat en framträdande roll i uppbyggandet av hans verk. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 7, sidan 289 (1902).

Bör behandlas som Fäder och Mödrar – När de äldre fanbärarna är på ett arbetsfält, bör de som har haft nytta av deras tjänst, ha omsorg och respekt för dem. Tyng inte ner dem med bördor. Sätt värde på deras råd, deras ord och deras vägledning. Ni bör behandla dem som fäder och mödrar som har burit bördorna i arbetet. De arbetare som allt tidigare förutsåg behovet för Guds verk, gör en lovvärd handling när de i stället för att bära alla bördor själva, lägger dem på yngre mäns och kvinnors skuldror och utbildar dem liksom Elia undervisade Elisha. – *The Review and Herald*, den 20. mars, 1900. (*Utvalda Budskap*, Band 2, sidan 227.)

Råd till gamla och beprövade Medarbetare – Måtte Herren välsigna och hålla uppe våra gamla och beprövade arbetare! Måtte han hjälpa dem till, att handla vist avseende deras fysiska, mentala och andliga krafter bevarande! Jag har fått som uppgift av Herren, att säga till dem som framförde sitt vittnesbörd under budskapets tidiga dagar: ”Gud har utrustat er med förnuftsformåga, och han önskar att ni skall förstå och lyda lagarna, som har med människans hälsa att göra. Var inte oförsiktiga. Överanstäng er inte. Ta er tid till att vila. Gud vill, att ni skall stå vid er post och plats, görande ert till för att frälsa män och kvinnor från att dras ned av ondskans starka ström. Han vill, att ni har på er rustningen, tills han säger åt er att ta

av den. Inom kort kommer ni att erhålla er belöning.” – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 7, sidan 289 (1902).

Den största Faran – Jag har fått befallning att säga till mina äldre bröder: Vandra ödmjukt med Gud. Var inte brödernas anklagare. Ni skall utföra er bestämda uppgift under Israels Guds ledning. Den största risken för många är benägenheten att kritisera. De bröder ni frestas att kritisera har kallats till att bära ett ansvar, som ni inte själva har möjlighet att bära, men ni kan vara deras hjälpare. Ni kan göra Guds verk en stor tjänst om ni vill, genom att dela med er av er tidigare erfarenhet i kontakt med andras arbete. Herren har inte gett någon av er som uppgift att korrigera och kritisera era bröder. – *Brev 204*, 1907. (*Evangelisation*, sidorna 106-107.)

Sektion 17 - Psykologi i Praktiken Hanteringen av Känslor

Vi kan inte bedöma bakomliggande Bevekelsegrunder – Kom ihåg, att Du inte kan läsa hjärtan. Du känner inte till bevekelsegrunderna, som ledde till gärningarna, vilka Du betraktar som felaktiga. Det finns många, som inte har erhållit en bra utbildning; deras karaktärer är vridna, de är hårda och knotiga och tycks vara böjda åt alla håll. Dock förmår Kristi nåd, att förvandla dem. Stöt aldrig bort dem, driv dem aldrig till bedrövelse eller förtvivlan, genom att säga: ”Du har gjort mig besviken, så nu får Du klara Dig själv.” Några hastigt utslungade ord under provokation – exakt det, som vi tycker, att de förtjänar – kan kapa inflytandets remmar, som borde ha bundit deras hjärtan till våra.

Ett konsekvent liv, ett tålmodigt förbarmande, en anda ostörd av provocerande, utgör alltid det mest övertygande argumentet och den mest allvarsmättade vädjan. Om Du har åtnjutit tillfällen och fördelar, som inte har skänkts åt andra, tänk då på det och var alltid en klok, eftertänksam, vänlig lärare.

För att sigillstämpeln skall göra ett tydligt, djupt intryck i vaxet, drämmer man inte våldsamt till med stämpeln i all hast; man placerar stämpeln omsorgsfullt i det formbara vaxet och så trycker man den lugnt och bestämt ned, tills avtrycket är gjort och har stelnat i vaxet. På samma sätt skall mänskliga själar bemötas. Den ständiga verkan av det kristna inflytandet är hemligheten bakom dess

makt, och det beror på ens fortgående uppvisande och exemplifierande av Kristi karaktär. Hjälp de felande, genom att berätta för dem om Dina erfarenheter. Visa, hur – då Du begått allvarliga misstag – tålmod, vänlighet och hjälpsamhet från Dina arbetskamrater skänkt Dig mod och hopp. – *Testimonies on Sabbath-School Work*, sidorna 116-117 (1900). (*Counsels on Sabbath School Work*, sidorna 100-101.)

Kampen mot en Kraft, som behärskar Kropp, Själ och Sinne – En intensitet som aldrig förr har gripit tag i världen. I nöjen, i att tjäna pengar, i kampen om makt och i själva kampen om att överleva finns det en enorm makt som omfattar kropp, ande och själ. Gud ber oss att dra oss undan och ha gemenskap med honom. ”Bli stilla och besinna att jag är Gud.” Ps 46:11. – *Vägen till Mognad*, sidan 280 (1903).

Helandet av andliga Åkommor – Denna värld är en enorm karantän. Jesus har emellertid kommit för att bota de sjuka och för att förkunna befrielse för Satans fångar. I sig själv var han hälsa och styrka. Han gav av sitt liv åt de sjuka, de plågade och åt dem som var besatta av onda andar. Han avvisade inte någon som kom till honom för att få del av hans läkande kraft. Han visste att de som bad honom om hjälp, själva hade bidragit till att de blivit sjuka, men ändå vägrade han inte att göra dem friska. Och när kraft från Kristus trängde in i dessa arma människor, blev de överbevisade om synd. Många blev botade från sin andliga sjukdom såväl som från sina fysiska svagheter. Evangelium äger fortfarande samma kraft. Varför skulle inte vi idag få bli vittnen till samma resultat? – *Vändpunkten*, sidan 826 (1898).

Människor skall vara Änglars Händer – Mänskliga agenter fungerar som händer för himmelska verksamheter, ty himmelska änglar använder människohänder i praktisk tjänst. Som hantlangare skall mänskliga ombud föra ut kunskapen bland människorna och de använder sig av de himmelska varelsernas kvalifikationer. Förenas vi med dessa allsmåktiga krafter, får vi användning av deras högre utbildning och erfarenhet. Därigenom får vi del av gudomlig natur och själviskheten skiljs från våra liv och vi tillförsäkras särskilda förmågor att hjälpa varandra. Det är himlens sätt att administrera den frälsande kraften på. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 6, sidorna 456-457 (1900).

Människans och Guds Ansvar under Konflikter – Herren sätter alltid det mänskliga ombudet i arbete. Härigenom uppstår samverkan mellan Gud och människa. Därmed handlar

personen enligt det ljus, som Gudomen har gett. I fall Saulus hade sagt: Herre, jag tänker inte alls följa Dina noggranna anvisningar om, att utverka min egen frälsning, hade det ingenting båtad, om Herren så hade låtit skina tio gånger så mycket ljus över Saulus.

Det ankommer på människan, att samverka med det gudomliga. Och det är när särskilt svåra, allvarliga konflikter uppstår, som personen verkligen behöver bestämma sig för, att rätta sig efter Gud och lita på det nåderika inflytande, som har åtföljt honom genom hela livet. Personen måste överlåta viljan åt Gud – ”Ty Gud är den som verkar i er [oss], både vilja och gärning” (Filipperbrevet 2:13). Karaktären avgör graden av beslutsamhet och handlande. Handlandet följer inte nödvändigtvis på känslan eller hågen, utan hänger ihop med den himmelske Faderns kända önskemål. Följ och lyd därför den Helige Andes ledning. – *Brev 135*, 1898.

Tala Guds Kraft – När någon frågar dig hur du mår, försök då inte att komma på något tråkigt som du kan berätta om för att få sympati. Tala inte om din brist på tro och dina sorger och lidanden. Frestaren njuter av att höra sådana ord. När du talar om dystra ämnen ärar du honom. Vi skall inte låta våra tankar dröja vid den stora makt Satan använder för att övervinna oss. Ofta överlämnar vi oss i hans händer genom att tala om hans makt.

Låt oss i stället tala om den stora makt Gud har att förena alla våra intressen med hans. Tala om Kristi ojämförliga kraft, och berätta om hur underbar han är. Hela himlen är intresserad av vår frälsning. Guds änglar, tusen gånger tusen och tiotusen gånger tiotusen, har fått i uppdrag att tjäna dem som skall ärva frälsning. De skyddar oss mot ondska och driver tillbaka mörkrets makter som försöker förgöra oss. Har vi då inte orsak att alltid vara tacksamma, även när svårigheter tycks komma i vår väg? – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 216 (1905).

Ta inte upp negativa Känslor – Om du inte känner dig glad och lätt till sinnes, tala då inte om dina känslor. Kasta ingen skugga över andras liv. En kall, glädjelös religion drar aldrig några människor till Kristus. Den driver dem bort från honom, in i de nät som Satan lagt ut för dem som har gått vilse. I stället för att tänka på det som gör dig missmodig, bör du tänka på den kraft du kan göra anspråk på i Kristi namn. Låt ditt sinne ta fasta på det osynliga. Tänk på de ting som bevisar Guds stora kärlek till dig. Tron kan uthärda prövningar, stå emot frestelser och hålla modet

uppe under besvikelser. Jesus lever som vår försvarare. Allt som han säkrar genom sin medlartjänst är vårt. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 427 (1905).

Leenden och Glädjens Ord – Om vi ser hoppfullt på tillvaron, kommer vi att finna tillräckligt många glädjeämnen. Om vi ler mot andra, kommer andra att le emot oss; om vi säger trevliga, glädjefyllda ord, kommer trevliga, glädjefyllda ord att sägas till oss.

När kristna ser så bedrövade och nedstämda ut, att de ger intryck av, att helt sakna vänner, ger de ett felaktigt intryck av tron. I vissa kretsar har den tanken framkastats, att ett glatt humör inte passar ihop med värdigheten hos en kristen karaktär; men det är ett felslut. Allt i himmelen är glädje. – *The Signs of the Times*, den 12. februari, 1885.

Ett glatt Humör strör Rosor längs Vägen – Det är vars och ens plikt, att uppamma ett glatt humör, i stället för att grubbla över sorger och bekymmer. Många gör sig inte bara till dysterkvistar på det här viset, utan de offerar hälsa och lycka på en sjuk fantasis altare. Runt omkring dem förekommer det sådant, som inte är trevligt, och med ansiktet uttrycker de en olycka, som inte går att kläda i ord.

De förstör hälsan med all denna nedstämdhet, ty genom att försvåra matsmältningens förlopp, försvårar de näringsupptaget. Sorg och ångslan löser inte upp några knutar, i stället kan de orsaka mycket lidande; men glädje och hopp, som lyser upp andras stig, ”är liv för var och en som finner dem och läkedom för hela hans kropp.” {Ordspråksboken 4:22.} – *The Signs of the Times*, den 12. februari, 1885. (*My Life Today*, sidan 153.)

Måltider och Känslor – Lär Er, vad Ni skall äta, vilka matvaror bäst när kroppen, och följ sedan förnuftets och samvetets röst. Lagg undan bekymmer och tungsinthet, när Ni sätter Er till bords. Jäkta inte, utan ät långsamt och med glädje i sinnet, och med hjärtat fullt av tacksamhet mot Gud för alla Hans välsignelser. Och ägna Er inte åt tankearbete omedelbart efter ett mål mat. Motionera lätt, och ge magen en stund till, att inleda sitt arbete. – *Gospel Workers*, 241, 242 (1892). (*Counsels on Health*, 565.)

Omhuldade Lögnen, förblir man trångsynt – Ett sinne, där lögnen har fått fotfäste, kan inte så enkelt ta till sig sanningen, ens med noggrann forskning. De gamla lärorna gör sig strax påmind. Förståelsen av det sanna och upphöjda

blir grumlad. Vidskepliga tankar tränger sig in i sinnet och blandar sig med sanna tankar, och följden blir alltid nedbrytande.

Kristet vetande äger ett sigill antydande obegränsad överlägenhet i allt gällande beredelsen för det framtida, odödliga livet. Det utmärker den troende läsaren av Bibeln, som har tagit emot sanningens dyrbara skatter från skeptikern och anhängaren av hednisk filosofi.

Klamra Dig fast vid uttrycket ”Det står skrivet.” Stöt ut ur sinnet de farliga, påträngande läror, vars gillande gör, att sinnet förslavas och hindrar personen från, att bli en ny skapelse i Kristus. Hela tiden måste sinnet tyglas och skyddas. Dess enda tillåtna näring skall vara det, som stärker personens trosmässiga erfarenhet. – *Manuskript 42*, 1904. (*Medical Ministry*, sidan 89).

Endast Guds Kraft leder till Förbättring – Utan Guds kraft är det omöjligt att åstadkomma en verklig reform. Mänskliga barriärer mot naturliga och uppodlade böjelser är som sandbankar mot en översvämmande störtflod. Inte förrän Kristi liv har blivit en verksam kraft i våra liv, kan vi stå emot de frestelser som angriper oss inifrån och utifrån. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 101 (1905).

De himmelska ombudens kraft måste kombineras med personens. Endast så här blir vi framgångsrika. – *Brev 34*, 1891.

Studera inte Dina egna Känslor – Det är inte visligt att se på sig själv och studera sina egna känslor. Om vi gör det, kommer fienden att lyfta fram inför oss svårigheter och frestelser som försvagar vår tro och bryter ner vårt mod. Att utforska sina känslor och ge efter för dem, är detsamma som att ge näring åt tvivel och snärja in sig i förvirrande tankar. Vi skall se bort från oss själva och se på Jesus. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 213 (1905).

Skadliga Känslor förvandlas av Guds Ande – När den helige Ande tar hjärtat i besittning förvandlar han livet. Syndiga tankar läggs undan. Man avstår ifrån onda handlingar. Kärlek, ödmjukhet och frid tar vredens, avundsjukans och stridens plats. Glädje ersätter sorgen och ansiktsdragen återspeglar himmelsk lycka. Ingen ser handen som lyfter av bördan eller skådar ljuset som strålar ned från de himmelska gårdarna. Välsignelsen kommer när själen i tro överlämnar sig åt Gud. Då skapar den kraft, som intet mänskligt öga kan se, en ny varelse till Guds

avbild. – *The Review and Herald*, den 19. november, 1908. (*Ni skall få Kraft*, den 16. oktober.)

Stor Klokhet behövs – Det behövs stor visdom för att behandla sjukdomar som har sitt ursprung i sinnet. Ett sårat och sjukt hjärta, ett missmodigt sinne, behöver en mild behandling... Det är genom öm medkänsla som denna grupp av sjuka kan bli hjälpta. Läkaren borde först vinna deras förtroende och sedan leda dem till den store Läkaren. Om deras tillit kan föras över till den verkliga Läkaren, och de kan bli övertygade om att han har tagit sig an deras fall, kommer detta att ge lindring åt sinnet och ofta också hälsa åt kroppen. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 208 (1905).

Kristi Ömsinnet vid Hanteringen av Sinnet – Kristus likställer Sina intressen med mänsklighetens. Arbetet, som bär den gudomliga prägeln och legitimationen, visar sig i Jesu anda. Det uppenbarar Hans kärlek, Hans påpasslighet, Hans varsamhet i umgänget med människors sinnen. Vilka avslöjanden skulle inte göras för människor, i fall förhänget skulle dras åt sidan och just Du såge följderna av Ditt verk, då Du behandlat de felande, som behövt det klokaste bemötande, för att inte hamna hjälplöst på efterkälken! ”Styrk därför kraftlösa händer och svaga knän. Gör stigarna raka för era fötter, så att den fot som haltar inte går ur led utan i stället blir botad.” {Hebréerbrevet 12:12-13.} – *Special Testimonies, Serie A*, Nummer 3, sidorna 9-10, den 3. augusti, 1894. (*Vittnesbörd för Predikanter och Bibelarbetare*, sidorna 184-185.)

Den livgivande Energins Ström – Kärlekens kraft var med i allt det som Jesus gjorde då han hotade de sjuka, och bara genom att få del av denna kärlek genom tron kan vi bli redskap för hans arbete. Om vi försummar att sluta oss till Kristus genom en gudomlig gemenskap med honom, kan strömmen av livgivande kraft inte flyta i rika strömmar från oss till människorna. – *Vändpunkten*, sidan 828 (1898).

Den varaktiga Fridens enda Källa – Varaktig frid, sann inte vila, har bara en källa. Det var detta Kristus talade om när han sade: ”Kom till mig, alla ni som arbetar och bär på tunga bördor, så skall jag ge er vila.” Matt 11:28. ”Frid lämnar jag efter mig åt er. Min frid ger jag er. Inte ger jag er en sådan frid som världen ger.” Joh 14:27. Denna frid är inte något som han ger skild från sig själv. Den finns i Kristus, och vi kan ta emot den bara om vi tar emot honom. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 211 (1905).

Hans Erfarenhet skall bli vår – Genom Kristus nådde mänsklighetens rop fram till den eviga barmhärtighetens Fader. Som människa bönföll han inför Guds tron, till dess att hans mänskliga natur var laddad med ett himmelskt kraftflöde som skulle förena mänsklighet med gedom. Genom ständigt umgänge med Gud tog han emot liv från Gud för att kunna ge världen liv. Hans upplevelse skulle också vara vår. – *Vändpunkten*, sidan 361 (1898).

Rådgivning

Behovet av Rådgivare – Vi behöver ledare, kloka och hänsynsfulla, väl balanserade män som kommer att vara kloka rådgivare, som har en viss insikt i den mänskliga naturen och som vet hur de i gudsfruktan skall leda och ge råd. – *Brev 45*, 1893. (*Utvalda Budskap*, Band 2, sidan 362.)

Ett Öra, som kan lyssna med Deltagande – Det finns ett behov av herdar som under överherdens vägledning vill söka efter de förlorade och bortkomna. Detta betyder att de måste uthärda fysiskt obehag och offra sin bekvämlighet. Det betyder en öm omsorg om de vilsefarna, en gudomlig medkänsla och tålmod. Det kräver att man har ett öra som med deltagande kan lyssna till förtvivlade berättelser om oförrätter, om nedvärdering, om förtvivlan och elände. – *Evangeliets Tjänare*, sidan 133 (1915).

Själasörjarens viktiga Värv – Liksom läkaren behandlar fysisk sjukdom, måste själasörjaren betjäna den skuldtyngda själen. Hans gärning är så mycket viktigare än läkarens som ett evigt liv har större värde än det timliga. Själasörjaren stöter på en gränslös mängd olika naturer och det är hans plikt att lära känna medlemmarna i de familjer som lyssnar till hans undervisning, för att han skall kunna avgöra, vad som bäst kan påverka dem i rätt riktning. – *Evangeliets Tjänare*, sidan 252 (1915).

Ta Er an Människorna, där de är – Att ta sig an människorna precis, där de är, oavsett deras samhällsställning och tillstånd, och bistå dem på varje tänkbart sätt – detta är evangeliets tjänst. Det kan bli nödvändigt för predikanter, att göra hembesök hos den sjuke och säga: ”Jag hjälper Dig gärna, och jag skall göra mitt bästa. Jag är inte läkare, men jag är predikant, och jag uppskattar, att få stötta de sjuka och anfäktade.” De kroppsligt sjuka är nästan alltid själsligt sjuka, och när själen är dålig, blir kroppen dålig. –

Manuskript 62, 1900. (*Medical Ministry*, sidan 238).

Medveten om andras Huvudvärk – Jesu uppmjukande kärlek måste finnas i medarbetarnas hjärtan. Måtte varje predikant leva som människa ibland människor. Måtte han, med hjälp av väl uttänkta metoder, gå från hus till hus, alltid bärande med sig rökelsekaret med himmelens väldoftande atmosfär av kärlek. Han bör söka, att föreställa sig andras sorger, vanskligheter, bekymmer. Han bör ta fasta på både hög och lågs fröjder och huvudvärk. – *Brev 50*, 1897. (*Evangelisation*, sidorna 348-349.)

Goda Råd är viktiga – De oerfarna behöver bli vägleda genom kloka råd, när de råkar ut för prövning och utsätts för frestelse; de måste bli lärda, att framsteg på det andliga området kommer att kosta dem ihärdig, välriktad ansträngning. Vi måste ofta upprepa följande till dem, som nyligen har blivit omvända: ”Om någon av er brister i visdom skall han be till Gud, som ger åt alla villigt och utan förebråelser, och han skall få den” (Jakobsbrevet 1:5). De här orden skall yttras i samma anda som Mästarens, som uttalade dem, ty de är av större värde, än guld och silver samt ädla stenar.

Lär de unga lärjungarna, att de skall fatta Kristi hand, sägande: ”Lär mig, vägled mig.” Vilken tröst och hopp samt välsignelse skall inte de behövande, förbryllade själarna ta emot, om de bara ödmjukt söker Gud! Villkoret är, att de kommer till Honom i tro, utan att vackla, vädjande om vägledning i svårighetens stund. Det här löftet gäller varje uppriktig sökare: ”Du skall få nåderika svar.” ”Du skall bli bönhörd.”

Denna upplysning skall ofta upprepas: Det Gud har sagt, kommer aldrig att kullkastas. Det är klokare, att lita på Gud, än att förtrösta på furstar. Vi måste lära varje själ, att lägga sina önskemål i form av bön vid nådastolen. Styrka och nåd kommer förvisso att erhållas av dem, som gör det, ty Herren har lovat. Och ändå stapplar så många omkring i svaghet, eftersom de betvivlar Guds ord. – *Manuskript 19*, 1894.

Gud har infört Regler – Fadern är familjens lagstiftare, och liksom Abraham bör han göra Guds lag till rättesnöret i sitt hem. Gud sade om Abraham: ”Jag har utvalt honom för att han skall befalla sina barn och efterkommande att hålla sig till HERRENS väg.” 1 Mos 18:19. Hos honom fanns ingen syndig försummelse när det gällde att motarbeta det onda, ingen svag, oklok och eftergiven favorisering, ingen avvikelse från att

göra det som plikten krävde bara på grund av en missriktad kärleks krav. Abraham gav inte endast rätt undervisning, utan upprätthöll också rättvisa och rättfärdiga lagars auktoritet.

Gud har gett oss regler för att vägleda oss. Barn bör inte lämnas att irra bort från den säkra vägen som finns utstakad i Guds ord, in på farliga vägar som står öppna åt alla håll. Vänligt men bestämt och med uthållig ansträngning under bön, bör man neka dem att få det onda de önskar sig och hindra dem att följa sina dåliga böjelser. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 339 (1905).

Lyssna till den Erfarnes Råd (ord till en förtvivlad make och far) – Du har drivit omkring i världen, men den eviga sanningen kommer att visa sig vara ett ankare för dig. Du behöver ge akt på din tro. Låt dig inte påverkas av impulser och hys inte några vaga teorier. Erfarenhetsmässig tro på Kristus och underordning under Guds lag är av högsta betydelse för dig. Ta emot erfarna människors råd och vägledning. Vänta inte med att vinna seger över dig själv. Var uppriktig mot dig själv, mot dina barn och mot Gud. Din plågade son behöver behandlas ömt. Som en fader bör du komma ihåg att nerver som kan förmås att rysa av underhållning också kan rysa av den skarpaste smärta. Herren identifierar Sina intressen med den lidande mänsklighetens. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidan 368 (1879).

Då kunde Råd ha förskonat Unga från okloka Äktenskap – När det är för sent kommer de underfund med att de har gjort ett misstag och riskerat sin egen lycka i detta livet och sin själs frälsning. De skulle inte vilja medge, att någon utom de själva visste något om saken, och att de kunde ha besparat sig år av sorg och ångslan, om de hade tagit emot goda råd. Men goda råd är bara bortkastade på dem som är fast beslutna att få sin egen vilja fram. Lidelsen driver sådana människor över alla hinder som förnuft och omdöme kan ställa upp. – *The Review and Herald*, den 25. september, 1888. (*Budskap till de Unga*, sidan 438.)

Vissa Kvalifikationer, för att bli Rådgivare – Det är mycket viktigt att den, som är vald till att ta sig an patienternas och sjukvårdspersonalens andliga intressen, är en människa med sunt omdöme och med principer som inte är avvikande. Det måste vara en människa med moraliskt inflytande och som vet hur man umgås med människor. Han bör vara en person med visdom, utbildning och kärlek i lika hög grad som förstånd. Han kan inte vara riktigt effektiv i allting

ända från början, men han borde, genom allvarlig eftertanke och genom att träna sina förmågor, göra sig själv allt effektivare för denna betydelsefulla tjänst. Det behövs den största vishet och mildhet för att kunna tjäna på ett acceptabelt sätt i denna ställning. Det behövs den största vishet och vänlighet för att på ett acceptabelt sätt kunna tjäna i denna ställning men ändå med en obeveklig integritet, eftersom fördomar, intolerans och villfarelser i alla möjliga former måste bemötas. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidorna 546-547 (1880).

Enskild Rådgivning kan visa sig vara en Snara (råd till en pastor) – Förra natten blev jag varse Ditt fall, och då talade jag med Dig, såsom en mor talar till sin son. Jag sade: ”Broder _____, Du bör inte känna det vara Din skyldighet, att samtala med unga damer om vissa ämnen, även om Din fru närvarar. Annars föder Du hos dem tanken, att det passar sig att yppa för predikanter de familjehemligheter och -svårigheter, som bör läggas fram inför Gud, som förstår hjärtat, som aldrig begår ett misstag och som dömer rättfärdigt. Vägra, att lyssna till några som helst meddelanden om privata angelägenheter, de må röra antingen familjer eller enskilda. I fall personer uppmanas till, att söka sig till människor med sina bryderier, kommer de att tro det vara rätt, att fortsätta med denna vana, och då blir den till en snara, inte bara för den talande, utan också för lyssnaren på dessa förtroligheter.” – *Brev 7*, 1889.

En Gräns för en Pastors Rådgivning till Kvinnor – Kvinnor har känt sig dragna till Dig, och har stått beredda, att viska i Ditt öra om sina privata bekymmer och besvikelser i familjen. Du bör inte lyssna på dem, utan säga till dem, att Du själv bara är en felande dödlig; att Gud är deras hjälpare. Jesus känner till hemligheterna i varje hjärta, och Han förmår, att välsigna och hugsvala eller trösta dem. Säg åt dem, att Du riskerar att göra felbedömningar och därmed förleda dem till ondo, i stället för att avvärja det. Hänvisa dem till ”Guds lamm, som tar bort världens synd.” {Johannesevangeliet 1:29.} Om Du ikläder Dig vapenrustningen och ger själavård vid rätta tillfället åt dem, som stänger dörren mot himmelens ljus på grund av sin själviskhet och sitt habegär, kan Du reta folk och vinna få som Dina vänner, men Du kommer att rädda själar. – *Brev 48*, 1888.

Varningar upprepas – Låt inte kvinnor dras till Dig. Stå själsligt rakryggad och säg till dem, att Du inte är deras biktader. Jesus är den, som håller reda på hjärtats hemligheter. Du är bara människa, och ur mänsklig synvinkel sett, kan Du fatta

felaktiga beslut, ge felaktiga råd. – *Manuskript 59*, 1900.

Jag ser inget ljus, min broder, i att Du håller möten enbart för damer. Låt erfarna kvinnor utbilda och fostra de unga damerna i lämpligt uppförande och utövande av inflytande. Låt dem inte anförtro sitt livs historia åt någon levande person. Sådant hör ej till Guds ordning, och Du bör inte alls uppmuntra till dylikt. – *Brev 9*, 1889.

Faktorer vid vägvinnande Rådgivning – När du försöker ge råd eller uppmuntran åt någon som råkat i svårigheter, kanske in i en krissituation, väger dina ord inte tyngre än det förtroende du skapat genom ditt sätt att leva. Du måste *vara* en god människa innan du kan *göra* gott. Du kan inte påverka någon till det bättre innan du själv påverkats av Kristi nåd. När du så befriats från din själviskhet och fyllts av gudomlig sympati kommer det att vara lika naturligt för dig att leva för andras bästa som det är för nyponbusken att bära sina skära rosor eller för vinrankan att bära sina välsmakande druvor. – *Men Jag säger...*, sidan 135 (1896).

Utbildningen och Erfarenheten, som gjorde Mose till en medlidsam Rådgivare – Människor skulle ha undandragit sig denna långa tid av möda och obemärkthet samt ansett den vara en stor tidsspillan. Men den Oändliga Visheten fordrade, att han, som skulle bli sitt folks ledare, måste ägna fyrtio år åt en herdes ringa arbete. De vanor av omsorg, självförgätenhet och ömhet för hjorden, vilka sålunda utvecklades, skulle bereda honom på, att bli Israels medlidsamme, långmodige herde. Förmånerna av en mänsklig uppfostran eller bildning kunde inte ersätta denna erfarenhet. – *Patriarker och Profeter*, sidan 260 (1890).

Somliga passar inte som Själasörjare (råd till en pastor) – Du äger vissa karaktärsdrag, som gör Dig olämplig till, att på ett klokt vis hantera människors sinnen. Du arbetar inte på ett sätt, som skördar god frukt. – *Brev 205*, 1904.

Men att ha med människors sinnelag att göra är den skönaste uppgift som människor överhuvudtaget kan få. Alla är inte lämpliga för att tillrättavisa den som handlar fel. De har inte vishet till att handla rättfärdigt, trots att de älskar barmhärtighet. De kan inte se behovet av att blanda kärlek och öm medkänsla med verklighetstroga tillrättavisningar. Några är alltid onödigt stränga och känner inte behovet av apostelns förmaning: ”Sådana som tvivlar skall ni vara barmhärtiga mot och frälsa genom att rycka dem ur elden.” (Judasbrevet 1:22-23). –

Vittnesbörd för Församlingen, Band 3, sidorna 269-270 (1873).

Det mänskliga Intellectet är inte allsmäktigt – En klar uppfattning av vad Gud är och vad han kräver att vi ska vara, kommer att ge oss en ödmjuk syn på vårt eget jag. Den som studerar det heliga ordet rätt kommer att lära sig att mänskligt förstånd inte är allsmäktigt, att mänsklig styrka och klokhet utan den hjälp som ingen annan än Gud kan ge, endast är svaghet och okunnighet. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidan 24 (1882).

Uppvisa Kristi Nåd! – Gud önskar, att den enskilde skall se mindre på det begränsade, och vara mindre avhängig av människor. Vi har rådgivare, som visar att de inte känner till Kristi nåd och ej förstår sanningen, som den är i Kristus.

De, som samarbetar med Gud, har ödmjuka uppfattningar om sig själva. De är inte skrytsamma, självtillräckliga, eller självupphöjda. De är långmodiga, vänliga och fulla av barmhärtighet och goda frukter. Mänsklig äregirighet får stå i bakgrunden hos dem. Kristi rättfärdighet går framför dem, och Herrens härlighet är deras belöning. – *Special Testimonies, Serie A*, Nummer 3, sidan 49, den 7. Maj, 1895. (*Vittnesbörd för Predikanter och Bibelarbetare*, sidorna 215-216.)

Frågor till Rådgivare – När vi har försökt framställa hälsoprinciperna för våra bröder och systrar, och har talat till dem om hur nödvändigt det är att äta och dricka och göra allt vad vi gör till Guds ära, har många genom sina handlingar sagt: ”Det angår väl ingen annan om jag äter och dricker det ena eller det andra. Vadhelst vi gör tar vi konsekvenserna av själva.”

Kära vänner! Ni har storligen misstagit er. Ni är inte de enda som lider av ert felaktiga levnadssätt. De som ni umgås med får också till en viss grad dela konsekvenserna av era fel såväl som ni själva. Om ni själva lider på grund av omåttlighet ifråga om ert sätt att äta och dricka, så påverkas också vi som är i er närhet, eller som har gemenskap med er, av era svagheter. Vi får också lida på grund av ert felaktiga levnadssätt.

Om det har ett inflytande som förminskar sinnets och kroppens krafter, så får vi som är i er närhet lida därav. Om ni, i stället för att ha Andens uppehållande kraft, är nedstämnda, så kastar ni en skugga över alla som är i närheten. Om vi är ledsna, deprimerade och har bekymmer, så kunde ni, om ni hade varit i ett rätt hälsotillstånd, ha haft

en klar hjärna att visa oss vägen ut ur svårigheterna och tala uppmuntrande och tröstande ord till oss. Men om era hjärnor är så fördunklade genom felaktigt levnadssätt att ni inte kan ge oss ett vettigt råd, kommer vi då inte att möta förluster? Påverkar inte ditt inflytande på ett allvarligt sätt oss alla?

Vi har en god tilltro till vårt eget omdöme, men ändå önskar vi ha rådgivare, ”men där de rådvisa äro många, där går det väl”. (Ords. 11:14.) Vi önskar att vårt livs väg skall se förnuftig ut för dem som vi älskar, och vi önskar att söka deras råd, och att de skall vara lämpliga att ge det med ett klart förstånd. Men inte bryr vi oss om ert omdöme om ni är totalt uttröttade därför att krafterna har tagits från hjärnan, för att användas till att ta hand om den olämpliga mat som ni stoppat i er, eller då ni fått för mycket av lämplig mat. Skulle vi bry oss om sådana personers omdöme? Deras omdöme är fördunklat av olämpliga kostvanor. Därför påverkar ert levnadssätt oss alla. Det är omöjligt för er att ha en felaktig livsföring utan att andra får lida därav. – *Vitnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidorna 356-357 (1870).

Varsamhet i Uppförandet – De som . . . inte är vaksamma över sitt uppförande mot de personer, bland vilka de arbetar, skulle utvisa samma brister, om de skulle gå in i predikoverksamheten. – *Vitnesbörd för Församlingen* 5:399 (1885).

Så går man ”rakt på Sak” – Jag har getts förmågan, att gå rakt på sak med dem, som har blivit förvirrade. Jag har inte vågat annat, än säga dem sanningen, eftersom jag har fått ett budskap att bringa dem. – *Brev* 271, 1903.

Lär Er Kristi Sätt, att bemöta Sinnena på – Då och då måste man komma med skarpa uttalanden, men var säkra på att Guds Helige Ande bor i era hjärtan innan ni säger sanningen rakt ut. Låt den sedan bryta sig en väg. Det är inte ni som skall göra det. – *General Conference Daily Bulletin*, den 13. april, 1891. (*Urvalda Budskap*, Band 2, sidan 371.)

Den Sjuke har känslomässiga Behov – Medkänsla och finkänslighet kommer ofta att visa sig vara till större nytta för den sjuke än den skickligaste behandling som ges på ett kallt och likgiltigt sätt. När en läkare kommer till den sjukas säng och uppträder på ett slött och likgiltigt sätt, ser på den sjuke utan större intresse, och genom sina ord eller sitt uppförande ger intryck av att detta fall inte kräver någon större uppmärksamhet, och sedan lämnar patienten till

sina egna tankar, då har han gjort den patienten direkt skada. Det tvivel och det missmod som hans likgiltighet skapar kommer ofta att motverka den goda effekten av de botemedel han föreskriver. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 208 (1905).

Inte Skäll, utan varsam Vägledning! – Om Du ser någon, vars ordval eller inställning visar, att han är skild från Gud, skall Du inte klandra honom. Det är inte Din uppgift, att fördöma honom, utan att komma honom nära, för att bistå honom. Liknelsen om det vilsegångna fåret skulle behöva slås upp på väggen i varje hem. Den Gudomlige Herden lämnar de nittionio, och beger sig ut i vildmarken, för att söka efter det förlorade.

Det förekommer busksnår, gungflyn, liksom farliga skrevor i klipporna, och Herden vet, att om fåret befinner sig på någon av dessa platser, måste en vänlig hand lyfta det i säkerhet. När Han hittar det förlorade djuret, ger Han det inte en massa ovet. Han är bara glad över, att Han har funnit det vid liv. När Han uppfattar dess bråkande på avstånd, räds Han inga vanskligheter, för att rädda Sitt vilsna får. Med bestämd men likväl varsam hand sårar Han på törnena, eller lyfter det ur dyn; Han lägger det försiktigt på axlarna och bär det åter till fållan. Den rene, syndfrie Förlossaren bär den, som är syndig, den orene. – *Manuskript* 17, 1895.

Kloka och visa Råd – Sympati är något gott, när den förlänas klokt, men den måste användas med omtanke och med vetskap om, att föremålet för den förtjänar sympati. Vad kan man säga om, att ta emot råd från andra? Ordspråksboken 25:9-12: ”Lägg fram din egen sak mot din motpart, men røj inte någon annans hemlighet, så att inte någon som hör det drar skam över dig ... Som guldäpplen i silverinfattning är ord talade i rätt tid. Som en ring av guld och ett dyrbart smycke är en vis förmanare för ett lyssnande öra.”

När vi kan ena oss om, att hjälpa varandra fram längs vägen till Himmelen, när samtalet rör sig om andliga och gudomliga ämnen, är det något värt att tala om; men när samtalet kretsar kring en själv och om jordiska och oväsentliga ting, då är tysthet guld värd. Det lyssnande örat skall ta emot ris med ödmjukhet, tålmodighet och lärvillighet. Endast så kan vårt inbördes umgänge bli till välsignelse och uppfylla allt det, som Gud önskar, att det skall vara. När de gudomliga föreskrifterna ömsesidigt följs, gör den klokt tillrättvisande sin plikt, och det lyssnande örat lyssnar villigt och får

gagn av det. – *Brev 52*, 1893. (*Guds Söner och Döttrar*, den 8. juni.)

Var lugn och vänlig, vad som än händer – Det kommer alltid att dyka upp saker som irriterar, förvirrar och prövar . . . tålmodet. De måste vara beredda på det och inte bli upprörda eller komma ur balans. De måste vara lugna och vänliga oavsett vad som inträffar... De bör alltid ha klart för sig att de har med män och kvinnor att göra som har ett sjukt tankesätt, som ofta ser ting i ett förvridet ljus och ändå är övertygade om att de förstår saken fullständigt. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 3, sidan 182 (1872).

Förvänta Er inte för mycket – Predikanterna bör vara försiktiga och inte vänta för mycket av personer, som ännu befinner sig i villfarelsens mörker... De bör vara tåliga och i umgänget med andra visa och ständigt besinna, hur mångfaldiga de omständigheter är, som utvecklat de olika karaktärsdragen hos den enskilde individen. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidan 262 (1876).

En Fridens Atmosfär – Det allra första arbetet, mina bröder, är att säkerställa Guds välsignelse i era egna hjärtan. För därefter in denna välsignelse i era hem. Lägg bort all er kritik, övervinn era krävande vägar och låt kärlekens och vänlighetens ande omge era själar. Atmosfären i era hem kommer att tas med er till kontoret och himmelsk frid kommer att omge era själar. Var Jesu kärlek än regerar finns det en medkännande ömhet och hänsynsfullhet mot andra. Det dyrbaraste arbete, som mina bröder kan gå in i, är att vårda en kristusliknande karaktär. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidorna 558-559 (1889).

Led dem till det levande Vattnets Flöden – Den som söker stilla sin törst vid världens brunnar blir snart törstig igen. Överallt finns otillfredsställda människor. De längtar efter någon som kan fylla deras behov. Världens behov, alla folks längtan, är Kristus. Den gudomliga nåd som bara han kan ge är det levande vatten som renar, upplivar och ger nytt liv. – *Vändpunkten*, sidan 173 (1898).

Att förstå världsliga Synsätt – En upplyst omdömesförmåga tvingar oss till erkännandet, att det himmelska överträffar det jordiska, och ändå får människans fördärvade hjärta henne, att giva världens angelägenheter företräde. Stora mäns åsikter, vetenskapliga teorier – fastän falska! – blandas med sanningarna hos den Heliga Skrift. – *The Review and Herald*, den 24. november, 1891.

Den store Själasörjaren – Gå till Gud med alla Dina behov. Gå inte till andra med Dina prövningar och frestelser; Gud allena kan hjälpa Dig. Om Du uppfyller villkoren i Guds löften, kommer löftena att uppfyllas i Ditt fall. Om Du riktar tankarna mot Gud, kommer Du inte att förflyttas från ett tillstånd av extas till förtvivlans mörker, när prövning och frestelse drabbar Dig. Du kommer inte att tala tvivel och eländes elände med andra. Du kommer inte att säga: ”Jag är inte så säker på det. Jag känner mig inte lycklig. Jag är inte övertygad om, att vi äger sanningen.” Så kommer Du inte att göra, för Du har ett säkert och osvikligt ankare åt själen.

När vi talar om besvikelse och dystra aningar, lyssnar Satan med djävulsk förtjusning, ty det gläder honom att få veta, att han har försatt Dig i sitt slaveri. Satan kan inte läsa Dina tankar, men han ser Dina gärningar, han hör Dina ord; och utifrån sin omfattande kunskap om mänskofamiljen, förmår han att gestalta sina frestelser, för att utnyttja våra svaga karaktärsegenskaper. Och hur ofta avslöjar vi inte hemligheten om, hur han vinner segern över oss! Oh, att vi kunde styra våra ord och handlingar! Hur starka vi skulle bli, om våra ord vore av ett sådant slag, att vi inte skulle behöva skämmas för, att möta uppteckningen över dem på domens dag. Hur annorlunda kommer de inte att te sig på Guds dag, än de gör, när vi yttrar dem! – *The Review and Herald*, den 19. Maj, 1891.

Ibland Er står tidsåldrarnas Mäktige Rådgivare, som inbjuder Er till, att förtrösta på Honom. Skall vi vända om från Honom till svaga människor, som är lika beroende av Gud, som vi själva är? Har vi i så hög grad glömt bort våra förmåner? Har vi inte gjort oss skyldiga till, att förvänta oss så litet, att vi inte har bett Gud om det, som Han längtar efter att få ge? – *The Review and Herald*, den 9. juni, 1910.

Förtroliga Meddelanden

Pålitlighet för med sig Sinnesfrid – Kristus frågar varje människa som bekänner hans namn: ”Älskar du mig?” Om du älskar Jesus kan du inte annat än älska de människor för vilka han dog. Det är inte alltid som en människa har ett behagligt yttre, ty hon kan vara bristfällig i många avseenden. Men om hon är rättfram och ärlig, kommer hon att vinna andras förtroende. Den sanningskärlek hon visar och den grad av förtroende och tillit som människor kan visa

henne tar bort och överskyler de ifrågasatta dragen i hennes utseende. Tillförlitlighet i din gärning och uppgift, villighet till att förneka dig själv för andras nytta, för med sig sinnesfrid och Guds ynnest. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidan 353 (1879).

Reaktion på Röjandet av förtroliga Meddelanden – Inte förrän i domen kommer du att veta vilken betydelse det har haft att du var vänlig och hänsynsfull mot den ombytliga, den oresonliga och den ovärdige. När vi möter otacksamhet, och när andra förråder heliga förtroenden, blir vi upprörda och vill visa vår avsky och upprördhet. Detta förväntar sig de skyldiga, och de är beredda på det. Men ett vänligt överseende överraskar dem, och väcker ofta deras bättre impulser och får dem att längta efter ett ädlare liv. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 434 (1905).

Jesus är vår Förtrogne – Det är få som rätt uppskattar och tar vara på bönenas dyrbara förmån. Vi skulle gå till Jesus med alla våra behov. Vi kan komma till honom med våra små bekymmer såväl som med våra stora problem. Allt som oroar och plågar oss skulle vi i bön ta till Herren. När vi känner att vi behöver Jesu närvaro för varje steg vi tar, har Satan liten möjlighet att fresta oss. Det är hans väl uttänkta plan att hålla oss borta från vår bästa och mest deltagande vän. Jesus skulle vara vår mest förtrogne vän. Vi kan tryggt dela allt som rör sig inom oss med honom. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidorna 200-201 (1882).

Varning för Bikt! – Försök aldrig att få någon att se upp till er på grund av er vishet. När någon kommer till er för att få råd, så hänvisa dem till honom som läser varje hjärtas motiv. Det måste komma in en annan ande i vår förkunnelse. Ingen får uppträda som skriftefar, och ingen människa får upphöjas till det övermänskliga. Vår uppgift är att ödmjuka oss själva och upphöja Kristus inför människor. Efter sin uppståndelse lovade Frälsaren att hans kraft skulle vara med alla dem som går ut i hans namn. Låt denna kraft och detta namn bli upphöjt. Vi behöver alltid ha klart för oss Kristi bön då han bad att självet måtte helgas i sanning och rättfärdighet. – *Manuskript 137*, 1907. (*Utvalda Budskap*, Band 2, sidan 170.)

Bekänn inga hemliga Synder för Människor, såvida inte den Helige Ande leder Dig till det! – Framlägg dessa tankar för personer, som kommer önskande Era böner: Vi är bara människor; vi förmår ej, att läsa hjärtat och känna till

hemligheterna i Ditt liv. Dessa är bara Du själv och Gud medvetna om.

Om Ni nu ångrar Er synd, om någon av Er inser sig i något sammanhang ha gjort tvärt emot ljuset Gud har gett Er och har försummat kroppens uppbyggelse och i stället med sina felaktiga vanor har försvagat kroppen – Guds tempel, som är Kristi egendom – bekänn då detta inför Gud. Med mindre Ni påverkas av den Helige Ande på ett högst märkbart sätt till, att erkänna Era privata synder för människor, säg inte ett ord om dem till någon som helst själ. – *Our Camp Meetings*, sidorna 44-45, 1892. (*Counsels on Health*, sidorna 373-374.)

Låt Gud vara Personens Biktfar! – Var och en behöver en praktisk erfarenhet av att hysa en tillit till Gud för sitt eget vidkommande. Låt inte någon människa bli din biktfar. Öppna hjärtat för Gud. Berätta för Honom varje hemlighet i din själ. Lägga alla dina svårigheter, små och stora, fram för honom, så kommer Han att visa dig en väg ut ur dem allesammans. Endast Han förmår ge just den hjälp som du behöver. – *Evangeliets Tjänare*, sidan 418 (1915).

Jag har bekänt för Gud; Han har förlåtit min Synd – Det är inte aktningsvärt, att tala om vår svaghet och besvikelse. Måtte var och en säga: ”Det smärtar mig, att jag ger efter för frestelse, att mina böner är så svaga, min tro så vek. Jag har inget att skylla på, för att jag är så förkrummat i mitt kristna liv. Dock söker jag att uppnå karaktärens fulländning i Kristus. Jag har syndat, ändå älskar jag Jesus. Jag har fallit många gånger, likväl har Han räckt ut handen, för att rädda mig. Jag har berättat för Honom om alla mina misstag. Med skam och sorg har jag bekänt, att jag har vanhedrat Honom. Jag har blickat på korset och har sagt: Allt detta led Han för mig. Den Helige Ande har visat mig min otacksamhet, min synd i, att öppet skämma ut Kristus. Han, som inte vet av någon synd, har förlåtit min synd. Han kallar mig till ett högre, ädlare liv, och jag sträcker mig efter det, som hägrar i fjärran.” – *Manuskript 161*, 1897.

Ingenting vinns på Bekännelse inför Människor – Jag hoppas, att ingen kommer att få den idén, att de förtjänar Guds ynnest genom att bekänna synder eller att det är en särskild dygd att göra sin bekännelse inför människor. Det måste i erfarenheten finnas den tro som är verksam genom kärlek och renar själen. Kristi kärlek kommer att besegra köttliga benägenheter. Sanningen bär inte bara inom sig själv beviset för sitt himmelska ursprung, utan visar också att den

genom Guds Andes nåd är verksam eftersom den renar själen. Herren skulle vilja att vi dagligen kom till Honom med alla våra bekymmer och bekännelser om synd och Han kan ge oss vila när vi tar på oss Hans ok och bär Hans börda. Hans Helige Ande kommer genom Sin nådiga påverkan att fylla själen och varje tanke kommer att föras till lydnad mot Kristus. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidan 648 (1889).

Den ena Människan skall icke bekänna inför den andra – Det finns inget förnedrande för människan i att böja sig ned inför sin Skapare och bekänna sina synder och enträget be om förlåtelse på grund av en korsfäst och uppstånden Frälsares förtjänster. Det är ädelt att bekänna dina fel inför Honom, som du har sårat genom överträdelse och uppror. Det upphöjer dig inför människor och änglar, ty ”var och en som upphöjer sig skall bli förödmjukad”. (Matt. 23:12)

Men den, som böjer knä inför fallna människor och i bekännelser öppnar sitt hjärtas dolda tankar och föreställningar, vanäras sig själv genom att nedvärdera sin manlighet och förringa varje ädel instinkt i sin själ... Det är denna förnedrande bekännelse från människor inför fallna människor som medverkar till den växande ondska, som besmittar världen och gör den lämplig för slutgiltig utplåning. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidorna 638-639 (1889).

Öppen Bekännelse av hemliga Synder sprider Ondskans Frön – Jag har blivit visad att många, många bekännelser aldrig borde ha uttalats så att dödliga människor kan höra dem. Konsekvensen är nämligen vad begränsade varelsers begränsade omdömesförmåga inte räknar med. Ondskans frö har spritts i deras hjärtan och sinnen, som hör. När de frestas, kommer dessa frön att spira och bära frukt. Då kommer samma sorgliga erfarenhet att upprepas. De som utsätts för frestelse tänker, att dessa synder inte kan vara så förfärliga. Gjorde inte de, som bekänner sig som kristna och som har varit kristna länge, just dessa saker? På det sättet kommer en öppen bekännelse i församlingen av dessa hemliga synder att visa sig vara mer en smak av död än av liv. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidan 645 (1889).

Röjande av Hemligheter skiljer Själens från Gud – Jag såg, att där snacksaliga systrar samlas, där är Satan som regel närvarande, ty där kan han finna arbete. Han står litet avsides för att uppelda sinnet och få ut det mesta möjliga av det han vinner. Han vet, att allt detta prat och skvaller och avslöjande av hemligheter och detta analyserande

av karaktärer, skiljer själen från Gud. Det betyder död för andlighet och lugn religiös påverkan.

Syster ___ syndar mycket med sin tunga. Hon borde utöva ett gott inflytande genom sina ord, men hon talar ofta godtyckligt. Ibland ger hennes ord en annan tolkning av saker och ting än de har. Ibland handlar det om överdrifter. Då är uppgifterna felaktiga. Det var inte hennes avsikt att ge en felaktig framställning, men vanan att tala mycket och att tala om saker som inte ger så mycket är så gammal att hon har blivit vårdslös och oansvarig med sina ord och ofta inte vet vad hon säger. Detta förstör varje gott inflytande hon kunde utöva. Det är på tiden att en fullständig förnyelse sker i detta. Hennes sällskap har inte blivit värderat så som det kunde ha blivit, om hon inte hade gett efter för detta syndiga sätt att tala. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidorna 185-186 (1868).

Vi tömmer våra Bekymmer i Öronen på andra – Stundom tömmer vi våra bekymmer i människors öron, berättar om våra trångmål för dem, som inte kan hjälpa oss, och försummar, att anförtro allt åt Jesus, som kan ändra vår sorgliga väg till en glädjens och fridens stig. – *The Signs of the Times*, den 17. mars, 1887, stycke 4. (*Our High Calling*, sidan 97.)

Akta Dig för Personer, som inte känner Gud – När Jesus fortsatte sin undervisning, sade han: ”Tagen eder till vara för människorna.” De skulle inte obetingat lita på dem som inte kände Gud eller låta dem få del av deras beslut, eftersom detta skulle ge Satans sändebud ett företräde. Människors beslut motverkar ofta Guds planer. De som bygger Herrens tempel, skall bygga i överensstämmelse med den gudomliga förebilden. Vi vanäras Gud och sviker evangelium, när vi som hans tjänare litar på råd, som getts av människor som inte står under den helige Andes ledning. Världslig klokhet är oförstånd inför Gud. De som litar på sådant kommer att fara vilse. – *Vändpunkten*, sidan 351 (1898).

Sprid inga förtroliga Meddelanden, och svik inga heliga Förtroenden – Det skall komma en kris vid alla våra institutioner. Påverkan från såväl troende som icke-troende kommer att motarbeta dem. Förtroendet eller den heliga tilliten får inte bedras för att gagna och upphöja självet. Vi bör hela tiden ge akt på våra liv med svartsjuk noggrannhet, så att vi inte efterlämnar felaktiga intryck till världen. Säg det, gör det: ”Jag är en kristen. Jag kan inte handla efter världens levnadsregler. Jag måste älska Gud över allting och min nästa som mig själv. Jag kan inte delta i

eller medverka till något arrangement, som på minsta sätt skulle lägga hinder i vägen för min användbarhet, eller försvaga mitt inflytande eller förstöra någons tillit till Guds redskap.” – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidan 479 (1889).

Psykologi och Teologi

Går att hitta i de Heliga Skrifterna – De sanna grundvalarna till psykologin går att finna i de Heliga Skrifterna. Människan förstår inte sitt eget värde. Hon agerar enligt sin karaktärs icke omvända temperament, eftersom hon inte ser upp till Jesus, trons Upphovsman och Fullbordare. Den, som kommer till Jesus, tror på Honom och gör Honom till sitt Exempel, samt förstår innebörden av orden ”{åt dem} gav han rätt att bli Guds barn” (Johannesevangeliet 1:12).

Men när han intar sin plats vid Jesu fötter, lyckas det för honom, att i det egna ondskefulla, syndiga livet se de förfärliga djup av urspårning, till vilka det icke omvända mänskohjärtat kan sjunka. Han uppfångar en glimt av den Syndfries rena karaktär, en glimt av den perfektion, som ges till den ångerfulle, omvända syndaren. Iförd sin Återlösares strålande skrud, sitter han jämte Kristus på himmelska platser. – *Manuskript* 121, 1902.

Gud förstår Sig hundra procentigt på det mänskliga Intellektet – Herren Guds insikt är exakt och ofelbar. Han förstår Sig på det mänskliga intellektets funktion, själva grunden till de mänskovaarelser Han har format, ja, hur de reagerar på det, som möter dem, och på vilket sätt de kommer att handla vid varje frestelse, som kan plåga dem, och på varje omständighet, som de kan hamna i.

”Inför HERRENS ögon är en människas vägar uppenbara, han ger akt på alla hennes steg” (Ordspråksboken 5:21). ”HERRENS ögon är överallt” (Ordspråksboken 15:3). ”Ty han skådar till jordens ändar, han ser allting under himlen” (Job 28:24). ”{...} HERREN rannsakar alla hjärtan och förstår alla uppsåt och tankar” (Första Krönikeboken 28:9). Han vet om allt, som rör sig i våra huvuden, utan undantag. ”Inget skapat är dolt för honom utan allt ligger naket och uppenbart för hans ögon. Och inför honom måste vi stå till svars” (Hebréerbrevet 4:13). – *Brev* 18, 1895.

Gud känner till alla märkliga Funktioner i Mänskossinnet – Skulle män och kvinnor vilja veta, hur Gud betraktar de varelser Han skapat? Han formade människans sinne. Vi tänker inte en enda ädel tanke, som ej stammar från Honom. Han känner till alla gåtfulla funktioner hos människans sinne, för det var ju Han, som danade det, eller hur? Gud ser, att synden har solkat ned och brutit ned människan, men Han ser på henne med medömkan och förbarmande; ty Han ser, att Satan har henne i sitt våld. – *Manuskript* 56, 1899. (*SDA Bibelkommentar*, Band 6, sidan 1105.)

Religion bringar Frid och Lycka – Det gängse intrycket på folks sinnen är, att religionen skadar hälsan. Detta är felaktigt, den tanken bör avvisas. Ren religion för med sig frid, lycka, nöjdhet. Gudsvördnad för gott med sig i det här livet och i det stundande livet. – *Brev* 1b, 1873.

Att sitta vid Jesu Fötter kontra att lita på Människors Insikt – Kristus måste ges plats i alla våra tankar, känslor, tillgivenhet. Han måste bli exemplifierad in i minsta detalj under utförandet av det verk Han har gett oss att utföra. När vi, i stället för att förlita oss på människors insikt eller lyda världsliga levnadsregler, sitter vid Jesu fötter, ivrigt insupande Hans ord, lärande av Honom och sägande ”Herre, vad vill Du, att jag skall göra?”, byts vår naturliga självständighet, vår självsäkerhet, vår påträngande egensinnighet ut mot en barnslig, undergiven, läraktig anda. När vi har det rätt ställt med Gud, erkänner vi Kristi myndighet, att leda oss och Hans krav på vår villkorslösa lydning. – *Brev* 186, 1902. (*Our High Calling*, sidan 99.)

När vi förenar den äkta Gudaktighetens Vetenskap med Sinnesfilosofins Vetenskap – Han har ej tillhandahållit något ytterligare ljus, som skall ta Hans Ords plats. Det ordinarie ljuset är avsett, att föra förvirrade sinnen till Hans Ord, vilket är – om det äts och upptas – som själens livsblod. Sedan märks goda gärningar som ett ljus strålande i mörkret.

Om Du, under studiet av sinnesfilosofin, flitigt hade lärt Dig den äkta gudsvördnadens teknik, skulle Din kristna erfarenhet klart skilja sig från sitt nuvarande tillstånd. Varför har Du övergett Libanons rena vattendrag till förmån för slättens grumlade vatten – mänskliga påhitts försåtlighet? Hjärtat är i behov av en kraft, som endast går att finna i Guds Ord. Den här kraften är lika med livets bröd, vilket skänker ätaren därav evigt liv. Han skall inte bara nu och då smaka på brödet, som kommer från himmelens bageri. Han skall livnära sig på orden, vilka är anda och liv åt

mottagaren. Sanningens uppriktiga anammande, Kristi ords personliga upptagande i själen, förvandlar karaktären. – *Brev 130*, 1901.

Den Helige Ande fyller det renade Sinnet – Vi behöver ständigt fylla sinnet med Kristus och tömma det på självskhet och synd... Så snart som Du tömmer sinnet på fåfänga och lättsinne, kommer tomrummet att ersättas med exakt det, som Gud väntar på, att få ge Dig – Sin Helige Ande. Därpå kommer Du att hämta ur hjärtats goda förråd, vad ädelt är: Tankens klenoder, och andra kommer att uppfånga orden... Dina tankar och Din tillgivenhet kommer att kretsa kring Kristus, och Du kommer att sprida till andra det, som Rättfärdighetens Sol har strålat över Dig. – *The Review and Herald*, den 15. mars, 1892. (*Our High Calling*, sidan 115.)

Principer passar in på alla Omständigheter – Herren har stämt upp Sin röst i Sitt Heliga Ord. Dess välsignade sidor är fyllda med instruktion och liv, som stämmer överens med sanningen. De är en felfri livsregel. Instruktioner ges, principer slås fast, vilka är tillämpbara på varje omständighet i livet, även om vissa bestämda fall inte anges specifikt. Inget lämnas osagt, som är väsentligt för en fullständig religiös ordning och ett sunt leverne. Varje plikt, som Gud fordrar av oss, görs entydig; och om någon inte uppnår evigt liv, kommer det att bero på, att han har varit själv tillräcklig, självsäker, fylld av fåfäng inbilskhet, och inte i allt har förtröstat på Kristi blod för frälsning. Ingen kommer att förirra sig från den rätta vägen, som ödmjukt och ärligt använder Bibeln som sin vägvisare och gör den till sin rådgivare. – *Brev 34*, 1891.

Sanningen är en verksam Princip – Sanningen är en handlingskraftig grundsats, som omformar hjärtat och livet, så att personen gör ständiga framsteg... Under varje steg uppåt finner viljan en ny språngbräda. Personens moral blir allt mera lik Kristi sinne och karaktär. En kristen, som klättrar uppåt, äger en nåd och kärlek, som övergår vårt förstånd, ty gudomlig insikt om Kristi karaktär tillfångatar hans känslor. Guds härlighet, som syns ovanför stegen, kan bara den ständige klättraren förstå. Han dras alltid uppåt, för att nå ädlare målsättningar, som Kristus pekar ut. Sinnets och kroppens samlade förmågor måste tas i anspråk. – *Manuskript 13*, 1884. (*Our High Calling*, sidan 68.)

En vinnande Inställning – Himmelen lägger märke till den, som utstrålar frid och kärlek. Vederbörande kommer att få sin lön. Han kommer att förbli stående på Herrens stora dag. –

Manuskript 26, 1886. (*Our High Calling*, sidan 234.)

Råd och Fostran ersätter inte Individens Förhållande till Gud – Men även om utbildning, övning och rådgivning från de erfarna är helt nödvändiga, bör arbetarna lära sig att de inte skall lita helt på någon människas omdöme. Som Guds fria ombud, bör alla be om visdom från Honom. När eleven är helt och hållet beroende av andras tankar och inte går längre än att acceptera hans planer, ser han endast med mänskliga ögon och är så långt bara ett eko av någon annan. Gud behandlar människor som ansvariga varelser. Han kommer att arbeta genom Sin Ande genom det sinne Han har lagt ned i människan, om människan bara vill ge Honom en chans att arbeta och vill erkänna Hans handlande. Han har planerat att varje enskild skall använda sina tankar och sitt samvete för sig själv. Han avser inte att någon skall bli en skugga av någon annan och endast uttrycka den andres synpunkter. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 5, sidorna 724-725 (1889).

Gud gillar Sinnets högsta Utveckling – Den högsta utveckling av sinnet äger Hans fulla bifall, om denna utbildning helgas genom gudsvörnad och kärlek. De ödmjuka män, som Kristus valde ut, underkastades det Himmelska Majestetets förädlande inflytande under de tre år de tillbringade tillsammans. Kristus var den störste lärare, som världen någonsin har känt till. – *The Review and Herald*, den 21. juni, 1877. (*Grundsatser för Kristen Utbildning*, sidorna 47-48.)

I Sinnet föds alla Handlingar, goda så väl som dåliga – Han har uppfört denna levande boning för sinnet; den är formad ”i det fördolda” {vers 15}, ett tempel, som Herren Själv har utrustat som boning åt Sin Helige Ande. Sinnet kontrollerar hela människan. Alla våra handlingar, goda så väl som dåliga, har sitt källsprång i sinnet. Det är sinnet som tillber Gud, och allierar oss med himmelska väsen. Likväl är det många, som går igenom hela livet, utan att bli kloka på det smyckeskrin, som innehåller denna skatt. – *Special Testimonies On Education*, sidan 33 (den 11. Maj, 1896). (*Grundsatser för Kristen Utbildning*, sidan 426.)

Styrt av Himmelen eller fördärvat – Ett intellekt, som är förädlat, renat, himmelskt inriktat, är den universella kraft, som bygger upp Guds rike. Ett intellekt, som är förvrängt, äger rakt motsatt inflytande; det fördärvat människans kraft, som hon ges i förtroende, för att den skall

förmeras i uppriktigt och allvarligt menat arbete för det goda. Detta intellekt bedrar och förstör.

Gud har skänkt tillräcklig andlig kraft och förstånd, för att människorna skall kunna gå framåt under förnuftets ledning, och på ett mäktigt och nåderikt sätt visa Herrens förunderliga verk för alla dem, som älskar Honom och lyder Hans bud. Han vill, att människan skall lyda Guds bud, eftersom på detta hänger alla mänskobarns hälsa och liv.

Talanger mottagna i förtroende, är ett heligt ansvar. Ingen skall sukta efter nya talanger, såvida inte han genom uppriktig bön om visdom från ovan – vilken garanterar det rätta bruket av alla hans gudagivna förmågor – beslutar sig för, att hedra och förhålliga Gud genom de talanger, som han ges. Att ta emot och tro på det okränkbara ljus Gud har skänkt, och att förmedla det till dem befinnande sig i lögnens mörker, är något underbart; ty om det delges osjälviskt och helhjärtat, för att bistå och välsigna samt rädda döende själar, innebär det för den trofaste medarbetaren himmelska skatter, som gör honom till mer, än millionär i himmelen. Han är Guds arvinge, Jesu Kristi medarvinge, och kommer att ta emot en härlighet, som väger tungt och varar i evighet. {Jämför Andra Korintierbrevet 4:17.} – *Manuskript 63*, 1900.

Människan danad för ädla Avsikter – Rätt användning och utveckling av de mentala krafterna gör människan till allt vad hon är. Dessa förädlade förmågor har getts för att forma karaktären för framtiden, för evigt liv. Människan skapades till att njuta av ett högre och heligare tillstånd än den här världen kan ge. Hon skapades till Guds avbild för högre och ädlare avsikter, sådana som sysselsätter änglars uppmärksamhet och omsorg. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidan 438 (1880).

Ändra Tankarnas Ström! – Mångas tankar intar en så låg nivå att Gud inte kan arbeta för dem eller med dem. De gängse tankarna måste ändras, de moraliska känslorna måste väckas, så att de lägger märke till Guds krav. Summan av och innehållet i sann religion är att i ord, genom vår klädsel och vårt uppträdande äga och ständigt erkänna vårt släktskap med Gud. Ödmjukhet bör ersätta stoltheten. Saklighet bör ersätta ytlighet och helgelse irreligiositet och sorglös likgiltighet. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidan 582 (1881).

Tjänandet styrs av Hågen – Jag såg att under den senaste sommaren har den allmänt rådande

andan varit att få grepp om så mycket som möjlig av den här världen. Guds bud har inte hållits. Med sinnet tjänar vi Guds lag, men mångas sinnen har tjänat världen. Och medan deras sinnen var helt upptagna av jordiska saker och av att tjäna sig själva, kunde de inte tjäna Guds lag. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 1, sidan 150 (1857).

Den Tjänst, som Gud godtar – Många menar, att deras karaktärsfel gör det omöjligt för dem, att uppnå den av Kristus bestämda nivån, men det enda sådana behöver göra, är att ödmjuka sig vid varje steg, när de leds av Guds mäktiga hand. Kristus sätter ej betyg på personen enligt utförd mängd arbete, utan enligt den anda, vari arbetet utförs.

När Han ser personer lyfta sina bördor och försöka, att bära dem i all anspråkslöshet, varvid de inte litar på sig själva, utan är beroende av Honom, tillför Han till deras ansträngningar Sin perfektion och verksamma kraft. Därigenom godkänner Fadern arbetet. Vi är godtagna i den Älskade. Syndarens defekter täcks av Herrens vår Rättfärdighets perfektion och fullödighet. Dem, som med ärlig vilja, med ångerfullt hjärta, gör ödmjuka ansträngningar, för att leva upp till Guds krav, betraktar Fadern med medlidsam, ömsint kärlek; Han betraktar sådana som lydiga barn, och Kristi rättfärdighet tillräknas dem. – *Brev 4*, 1889.

Vetskapen om Kristus ger Sinnet ny Vigör – Kristus är livets källa. Det som många behöver är att få en klarare uppfattning om honom. På ett tåligt, vänligt och uppriktigt sätt behöver de bli undervisade om hur hela deras varelse kan öppnas för himlens läkande krafter. När Guds kärleks solljus får lysa upp de mörka rummen i själen, kommer den rastlösa oron och missnöjet att försvinna, och en tillfredsställande glädje kommer att ge sinnet kraft och kroppen hälsa och styrka. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 211 (1905).

Med Kristus förekommer det inga Misslyckanden – Den helige Andes allsmåttiga kraft är varje ångerfull människas försvar. Kristus skall inte tillåta att någon, som i bättring och tro gör anspråk på hans beskydd, skall komma under fiendens makt. Frälsaren står vid de sinas sida i frestelsens och prövningens stunder. Med honom är ett misslyckande en omöjlighet. Med honom finns inte något rum för misslyckande eller nederlag. Vi förmår allt genom honom som ger oss kraft. – *Vändpunkten*, sidan 492 (1898).

Negativa Verknningar på Sinnet

Sluta med Felfinnandet! – Vi bör dra upp med rötterna varje tanke på gnäll och felfinnande. Låt oss inte stirra oss blinda på alla defekter, som framträder... Om vi skall få rätt grepp om Gud, måste vi koncentrera oss på Hans storartade, dyrbara ting – renheten, härligheten, kraften, vänligheten, tillgivenheten, kärleken, som Han förlämnar oss. Och under vårt betraktande kommer våra sinnen att så inrikta sig på det, som har evighetsvärde, att vi inte kommer att hysa någon önskan om, att finna fel hos andra. – *Manuskript 153, 1907. (Our High Calling, sidan 232.)*

Vi har för Vana, att minnas det Tråkiga – Vi måste lära oss, att tro det bästa om andras tvivelaktiga uppförande... Om vi alltid befarar det värsta, löper vi risk, att åstadkomma självuppfyllande profetior... Vi kan inte leva i den verkliga världen, utan att emellanåt trampas på tårna och bli upprörda, men som kristna måste vi vara lika tålmodiga, överseende, ödmjuka och saktmodiga, som vi önskar, att andra skall vara.

Oh, hur många tusen goda gärningar och handlingar vi blir föremål för ... vilka faller oss ur minnet likt daggen inför solens strålar, samtidigt som inbillade eller verkliga motgångar lämnar efter sig ett intryck, som är nära omöjligt att suddas ut! Det allra bästa exemplet, att föregå med inför andra, är att handla rätt själva, och sedan lägga oss själva och våra rykten i Guds händer, utan att visa alltför stor iver för, att rätta till varje felaktigt intryck och framställa oss i ett gynnsamt ljus. – *Brev 25, 1870. (Our High Calling, sidan 237.)*

Det vi studerar, förändrar våra Liv – Allt, som gör att vi ser svagheter i människan, ingår i Herrens plan, för att vi skall vända oss till Honom, och aldrig förtrösta på människor eller göra oss kött till arm... Vi förändras till en bild av det, som vi koncentrerar oss på. Hur viktigt är det då inte, att öppna hjärtat för det, som är sant och värdigt, rätt och rent, ja, allt som kallas för dygd och förtjänar beröm! {Jämför Filippobrevet 4:8.} – *Brev 63, 1893. (Our High Calling, sidan 248.)*

Tänk på Människans Sprödheter – När vi bemöter våra medmänniskor, måste vi tänka på, att de besväras av samma slags lidelser, som vi själva, de känner samma svagheter och utsätts för samma frestelser. De, liksom vi, har mycket att kämpa emot, om de vill försvara sin rättskaffenhet... Verkligen kristen artighet förenar och fullkomliggör både rättvisa och hövlighet,

medan barmhärtighet och kärlek är prickarna över i, som tillhandahåller de ädlaste dragen och verklig charm till karaktären. – *Brev 25, 1870. (Our High Calling, sidan 236.)*

Upprätta inga Hinder – Herren vill, att Hans folk skall använda andra metoder än den att fördöma det som är orätt, även om fördömandet är berättigat. Han vill, att vi skall göra något mer än att slunga beskyllningar mot våra motståndare, något som bara kommer att driva dem längre bort från sanningen. Det uppdrag, som Kristus kom till världen för att utföra, var inte att resa upp barriärer och att ständigt kasta människor den sanningen i ögonen, att de var på villospar. Den som förväntar sig att kunna upplysa ett vilsefört folk, måste komma nära människorna och vara verksamma för dem i kärlek. Han måste bli en medelpunkt med heligt inflytande. – *Evangeliets Tjänare, sidan 276 (1915).*

Övervinn Känsligheten – Många har en livlig, ohelgad känslighet, som ständigt håller dem vaksamma för ett ord, ett ansiktsuttryck, eller ett handlande, vilket de kan tolka som tecken på bristande aktning och uppskattning. Allt detta måste övervinnas. Var och en bör gå framåt i gudsfruktan, görande sitt bästa, utan att låta sig störas av pris eller förörättas av omild kritik, ivrigt tjänande Gud och lärande sig, att tolka på mest välvilliga sätt det, som hos andra kan tyckas vara anstötligt. – *Manuskript 24, 1887. (Our High Calling, sidan 240.)*

Älta inga Orsaker till Missnöje – Att döma våra bröder, att hysa ovänlighet mot dem, även om vi menar, att de inte i allt har handlat rätt mot oss, skänker hjärtat ingen välsignelse och bromsar snarare sakens framåtskridande. Jag törs inte låta mina känslor löpa i en kanal, som gör, att jag minns alla orsaker till missnöje och upprepade gånger ältar dem, varigenom jag skapar omkring mig en stämning av misstro, fiendtlighet och osämja. – *Brev 74, 1888. (Our High Calling, sidan 239.)*

När den medvetna Känsla av Rättskaffenhet går förlorad – När man förlorar sin medvetna känsla av rättskaffenhet, blir ens själ ett slagfält för Satan; man drabbas av tvivel och fruktan stor nog, att förlama ens krafter och driva en till förtvivlan. – *Brev 14, 1885. (Our High Calling, sidan 94.)*

Satans Specialitet är, att orsaka Split och Splittring – Försummelsen, att uppodla ömsint omtänksamhet och fördragsamhet med varandra, har orsakat missämja, misstanke, felfinnande och

allmän villervalla. God ... manar oss, att göra oss kvitt denna stora synd och eftersträva, att besvara Kristi bön om, att Hans lärjungar skall vara ett, liksom Han är ett med Fadern... Det är Satans specialitet, att orsaka split och splittring ... för att världen skall berövas det kraftfullaste vittnesbördet, som kristna kan avlägga för världen – att Gud har sänt Sin Son, för att harmoniera stormiga, stolta, avundsjuka, fördomsfulla sinnen. – *Brev 25, 1870. (Our High Calling, sidan 237.)*

Negativa känslomässiga Krafter bringar hela Organismen i Svaj – Avund och svartsjuka är sjukdomar, som bringar hela organismen i svaj. De uppstod hos Satan i paradiset... De, som lyssnar till hans [Satans] stämma, sätter sämre värde på andra och framställer dem felaktigt och lögnaktigt, för att upphöja sig själva. Men inget tarvligt släpps in i himmelen, och med mindre besittarna av denna anda ändrar sig, kommer de aldrig in där, ty de skulle till och med klandra änglarna. De skulle avundas varandra för livets krona. De skulle inte ha något att prata om, såvida inte de hittade något dåligt att peka på hos andra. – *The Review and Herald, den 14. september, 1897. (Our High Calling, sidan 234.)*

Ett otyglat Temperament äventyrar en Evangelists Sinne och Liv – När Du ger prov på ett ohelgat temperament, till och med där Guds folk är församlat, äventyrar Du förståndet och livet. Ställ Dig frågan: Lönar det sig för mig, att fortsätta så här, stridande och bråkande? – *Brev 21, 1901.*

När Guds Kraft försvinner – Män och kvinnor har köpts till ett pris, och vilket pris! Rent av priset av Guds Son. Hur ohyggligt det är för dem, att försätta sig i ett läge, där deras fysiska, mentala och moraliska kraft fördärvas, där de går miste om sin vigör och renhet. Sådana män och kvinnor kan inte erbjuda Gud ett godtagbart offer.

På grund av förvrängningen av aptit och lidelser, har människan förlorat kraften från Gud och blivit ett redskap åt orättfärdigheten. Deras hela väsen har insjuknat – kropp, själ och ande. Men ett botemedel har tillhandahållits, för att göra mänskligheten helig. Det oheliga sinnet och kroppen går att rena. En vidunderlig åtgärd har vidtagits, varigenom vi kan erhålla förlåtelse och frälsning. – *Brev 139, 1898.*

Den, som iakttar enkelhet i alla sina vanor, begränsar aptiten och behärskar lidelserna, kan bevara sina själsliga krafter starka, verksamma och mäktiga, raska till att uppfatta allt, som kräver tanke och handling, vakna till att skilja mellan det

heliga och det oheliga och redo, att delta i varje företag, som tjänar till Guds ära och mänsklighetens väl. – *The Signs of the Times, den 29. september, 1881. (Guds Söner och Döttrar, den 20. mars.)*

De, som faller i Synd, saknar en hälsosam mental Inställning – De, som fastnar i Satans snara, saknar fortsatt en hälsosam mental inställning. De är som i en dimma, självgoda, självtillräckliga. Oh, med vilken sorg Herren blickar på dem och hör deras stora, uppsvällda, fåfänga ord! De är uppblåsta av stolthet. Fienden ser förbluffad på, när de tas tillfånga med sådan lätthet. – *Brev 126, 1906.*

Överdriven Tro på sig själv gör, att Fiendens Fälla slår igen – Hur fåfäng är inte människors hjälp, när Satan utövar sin makt över en person, som är självupphöjd och omedveten om, att han använder Satans teknik. I sitt överdrivna självförtroende kliver han rätt in i fiendens fälla och blir snärjd. Han brydde sig inte om de utfärdade varningarna och fångades som Satans byte. Om han hade vandrat ödmjukt med Gud, skulle han ha skyndat sig till mötesplatsen, som Gud hade ordnat åt honom. Alltså skulle han ha varit säker i farans stund, ty Gud skulle ha lyft upp ett standar å hans vägnar mot fienden. – *Brev 126, 1906.*

Hjärtat är fördärvat av Naturen – Vi måste komma ihåg, att våra hjärtan av naturen är fördärvade, och att vi i egen kraft är oförmögna till, att hålla den rätta kursen. Det är bara genom Gud nåd, kopplad till de ihärdigaste ansträngningar å vår sida, som vi kan uppnå segern. – *The Review and Herald, den 4. januari, 1881. (Our High Calling, sidan 111.)*

Dåliga Vanor hindrar ens Utveckling – Vilken som helst vana eller handling, som försvagar nervernas och hjärnans kraft, eller kroppens styrka, omöjliggör bruket av nästa dygd, som följer på självbehärskning – uthållighet. {Se Andra Petrusbrevet 1:6.} – *Manuskript 13, 1884. (Our High Calling, sidan 69.)*

Lata, odisciplinerade Sinn – Gud vill inte, att vi skall låta oss nöjas med lata, odisciplinerade sinnen, slött tänkande och svagt minne. – *Counsels to Parents, Teachers, and Students, sidan 506 (1913).*

När Världen tycks hysa Agg mot en – De flesta av dessa dåligt uppfostrade människor missförstår och missförstås av världen och de misslyckas, där de borde ha lyckats. De växer upp

till att känna det som om världen hyser agg mot dem, eftersom den inte smickrar och skämmer bort dem och de hämnas genom att hysa en motvilja mot världen och utmana den. Omständigheterna tvingar dem ibland att låtsas känna en ödmjukhet som de inte känner. Detta utrustar dem emellertid inte med en naturlig behaglighet och deras verkliga karaktärer kommer säkerligen att märkas förr eller senare. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 4, sidan 202 (1876).

Gå igenom varje Vana och Handling – Män och kvinnor måste bli lärda, att noga skärskåda varje vana och handling och genast sluta med sådant, som orsakar ett ohälsosamt kroppsligt tillstånd och härigenom kastar en mörk skugga över sinnet. – *The Review and Herald*, den 12. november, 1901. (*Welfare Ministry*, sidorna 127-128.)

Så bemöts Tvivel – Även kristna med omfattande erfarenhet överfalls ofta av de fruktansvärdaste tvivel och vankelmod... Du får inte tro, att dessa frestelser gör Ditt fall hopplöst... Hoppas på Gud, lita på Honom, och vila i Hans löften. – *Brev 82*, 1889 (*Our High Calling*, sidan 86.)

När Djävulen knackar på med sina tvivel och sin otro, stäng då hjärtats dörr. Blunda, så att Du inte stirrar Dig blind på hans helvetiska skugga. Höj blicken, så att Du ser det eviga, ty då får Du kraft för varje prövning. Din tros prövning är mycket värdefullare, än guld... Härigenom blir Du modig, att kämpa Herrens strider...

Du har ej råd med, att släppa in tvivel i sinnet. Gör inte Djävulen själagläd, genom att räkna upp de fruktansvärda bördor Du kånkar på. Varje gång Du gör det, skrattar Satan åt, att hans sinne styr Dig och att Du har förlorat Kristus, Din Förlossare, ur sikte. – *Manuskript 17*, 1894. (*Our High Calling*, sidan 86.)

Upprepning försvagar Motståndsförmågan – Ingen kan så mycket som en enda gång ägna sina gudagivna krafter åt världens tjänst, utan att ställa sig på fiendens mark... Varje upprepning av synden försvagar hans motståndskraft, förblindar hans syn, och tystar samvetets röst. – *The Review and Herald*, den 20. juni, 1882. (*Our High Calling*, sidan 160.)

Uppmuntra den Nedstämde – När vi arbetar för dem som lider på grund av sina dåliga vanor borde vi vända deras blickar mot Jesus, i stället för att framställa den förtvivlan och det fördärv

som deras livsstil snabbt håller på att leda dem till. Få dem att fästa sin blick på härligheten i himlen. Detta kommer att göra mer för att frälsa kropp och själ än all skräck för graven, som så ofta framställs för dem som är hjälplösa och till synes utan hopp. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 44 (1905).

Ovidkommande, tidsödande Angelägenheter – Vi måste vända oss bort från tusentals ämnen som kallar på vår uppmärksamhet. Det finns saker som slukar vår tid och väcker vårt intresse att forska djupare, men som inte leder någon vart. Det är det allra viktigaste som kräver den noggranna uppmärksamhet och energi som så ofta används på förhållandevis obetydliga ting.

Att acceptera nya teorier ger i sig själv inte något nytt liv till själen. Att känna till fakta och teorier som i sig själva är viktiga har litet värde om man inte tillämpar dem i det praktiska livet. Vi behöver inse att det ligger på vårt ansvar att se till att vår själ får sådan mat som kommer att stärka det andliga livet och få det att växa. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 400 (1905).

Lev med något i Sikte – Vi bör leva för den nästa världen. Det är så påvert, att leva ett chansartat liv, utan något mål i sikte. Vi måste ha en livsmening – att existera med en avsikt för ögonen. Gud hjälpe oss alla, att vara självupppoffrande, mindre kära i självet, mera glömska av jaget och mindre självcentrerade, och i stället göra gott, inte för att förhoppningsvis bli ärade här, utan därför att det är målet med vårt liv och motsvarar våra högst ställda förhoppningar. Låt oss dagligen be Gud om, att Han skall frånta oss själviskheten. – *Brev 17*, 1872. (*Our High Calling*, sidan 242.)

Gott Inflytande på Sinnet

Tacksamhet främjar Hälsa – Inget främjar kroppens och själens hälsa så mycket som en anda av tacksamhet och lovprisning. Det är vår skyldighet att stå emot dystra, missnöjda tankar och känslor, lika mycket som det är vår skyldighet att be. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 215 (1905).

Ägarna av mentala och fysiska Förmågorna – Hur naturligt är det inte, att betrakta oss som oinskränkta ägare till oss själva! Men det Inspirerade Ordet tillkännager: ”ni inte tillhör er själva... Ni har blivit köpta och priset är betalt”

(Första Korintierbrevet 6:19, 20)... I vårt samröre med medmänniskorna äger vi våra anförtrodda mentala och fysiska förmågor. I vårt samröre med Gud är vi låntagare, förvaltare av Hans nåd. – *Brev 44*, 1900. (*Our High Calling*, sidan 40.)

Sikta på, att uppnå ett Tillstånd av Endräkt – Det är Guds vilja, att endräkt och broderlig kärlek skall härska ibland Hans folk. Kristus bad kort före Sin korsfästelse, att Hans lärjungar skulle bli ett, såsom Han var ett med Fadern, för att världen skulle tro, att Gud hade sänt Honom. Denna rörande och underbara bön innefattar Hans barn under alla tider ända till våra dagar: ”Men inte bara för dem ber jag utan också för alla som genom deras ord tror på mig.” Johannevangeliet 17:20.

Samtidigt som vi ej skall offra en enda sanningsprincip, bör vi likväl ständigt bemöda oss om, att uppnå detta enhetstillstånd. Detta är beviset på, att vi är Jesu lärjungar. Jesus sade: ”Alla skall förstå att ni är mina lärjungar om ni visar varandra kärlek.” Johannevangeliet 13:35. Och aposteln Petrus förmanar församlingen: ”Till sist, ni skall alla leva i endräkt och inbördes förståelse, i broderskärlek, barmhärtighet och ödmjukhet. Löna inte ont med ont eller skymf med skymf, utan tvärtom: välsigna. Ty ni är kallade att få välsignelse.” Första Petrusbrevet 3:8-9. – *Patriarker och Profeter*, sidan 561 (1890).

Utvinn det Nyttiga från Omgivningen – Ni har alla sett den vackra, vita liljan i sjöns famn. Hur angelägna vi har varit, hur vi har önskat och strävat efter, att vi skulle få den blomman. Trots alla smutshinnor och skräp samt snusk omkring den, tar det inte bort Er längtan efter liljan. Vi förundras över, att liljan kan vara så vacker och vit omgiven av så mycket snusk.

Nå, den har en stam, som når ned till den gyllengula sanden på botten och suger upp inget annat, än den renaste näring, som stärker liljan, tills den är en ren och fläckfri blomma, såsom vi uppfattar den. Borde inte det lära oss en läxa? Förvisso! Det visar, att ehuru det förekommer ogudaktighet överallt runt omkring oss, bör vi inte gå nära den. Tala inte om synden och elakheten i världen, utan upphöj Era sinnen och tala om Er Frälsare. När man skönjer orättfärdighet överallt, blir man desto gladare över, att Han är ens Frälsare och vi Hans barn.

Skall vi då betrakta orättfärdigheten runt om oss och uppehålla oss vid mörkret? Det finns ingen bot för mörkret; tala därför om något, som är

högre, bättre och ädlare. Tala om de saker, som lämnar ett gott intryck på sinnet, för det kommer att lyfta själen upp ur all synd och in i ljuset bortom oss. – *Manuskript 7*, 1888.

Räkna Dina Välsignelser – I fall all felriktad energi ägnades åt detta enda, stora – Guds rika nåd i detta liv – vilka vittnesbörd vi skulle kunna hänga i minnets galleri, och räkna upp barmhärtigheten och favörerna från Gud! ... Då skulle vi lägga oss till med den beständiga principen, att lägga andliga skatter på hög lika ivrigt och uthålligt, som de världsligt sinnade kämpar, för att säkra jordiska och tillfälliga ting.

Man kan visst vara missnöjd med den nuvarande tillförseln, när Herren har en hel himmel med välsignelse och en skattkammare med utmärkta och nåderika ting, som tillfredsställer själens behov. I dag behöver vi mera nåd, i dag behöver vi en förnyelse av Guds kärlek och bevis för Hans godhet, och Han kommer inte att undanhålla dessa goda och himmelska skatter från den uppriktige sökaren. – *Manuskript 22*, 1889. (*Our High Calling*, sidan 188.)

Något motsvarande tillbaka för alla Gåvor – Varje tjänare har något som han har fått sig anförtrott som han har ansvaret för och de olika förtroendena har mätts upp efter våra olika förmågor. Gud har inte varit partisk då Han fördelade gåvorna. Han har delat ut talenterna i förhållande till Sina tjänares kända krafter och Han förväntar Sig något motsvarande tillbaka. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 2, sidan 282 (1869).

Att förstå det rätta Bruket av mentala och kroppsliga Förmågor – Tiden skall användas klokt, allvarligt och under den Helige Andes helgande. Det är meningen, att vi skall inse rätt och fel bruk av egendom, liksom av mentala och fysiska förmågor. Gud är den egentlige ägaren av varje kraft, som Han har anförtrott åt människan. Med Sin egen visdom bestämmer Han villkoren för hennes användning av varje gudomlig gåva. Han välsignar det rätta bruket av varje kraft, som ägnas åt förhärligandet av Hans namn.

Talets, Minnets, Egendomens Gåvor – allt detta skall öka på Guds förhärligande, för att utbreda Hans rike. Gud har lämnat oss som ansvariga för Hans tillhörigheter under Hans frånvaro. Varje förvaltare har sitt eget, bestämda verk att sköta, i främjandet av Guds rike. Inte en enda slipper. – *Brev 44*, 1900. (*Our High Calling*, sidan 40.)

Gud ger Talenterna, Människan uppodlar Förståndet – Vi skall uppodla de talanger, som Gud har gett oss. De är Hans gåvor och skall begagnas i rätt, inbördes förhållande, för att åstadkomma en fulländad helhet. Gud tillhandahåller talangerna, sinnets krafter; människan formar karaktären. Sinnet är Herrens trädgård, och människan måste odla den väl, för att gestalta en karaktär enligt den gudomliga förlagan. – *Brev 73, 1899. (Our High Calling, sida 106.)*

Oförmågan kommer sig av Inaktiviteten – Många som inte utför något kristet arbete ursäktar sig med att säga att de inte har förmåga till det. Men har Gud skapat dem så att de är utan förmågor? Inte alls! Den oförmåga de påstår sig ha är inget annat än ett resultat av deras brist på aktivitet, och de har själva valt sin situation. I sin egen karaktär har de redan insett resultatet av orden: ”Ta nu ifrån honom talenten.” Matt 25:28.

Genom ett ständigt missbruk av sina talenter har de på ett effektivt sätt släckt den helige Andes låga inom sig, den som var deras enda ljus. Orden: ”Kasta ut den oduglige tjänaren i mörkret där ute,” Matt 25:30, är himlens sigill på det val de själva gjort för evigheten. – *Såningsmannen, sidan 365 (1900).*

Olika Element skall ingå – Enhet i mångfald ingår i Guds plan. Ibland Kristi efterföljare skall det förekomma en förening mellan olika element, det ena anpassat till det andra, och vart och ett skall utföra ett bestämt verk åt Gud. Varje individ har sin plats att fylla i förverkligandet av den stora plan, som bär sigillet innehållande Kristi bild... En är lämplig, att utföra ett visst uppdrag, en annan är anpassad för en annan uppgift, och så vidare; men var och en skall komplettera de andra. Guds Ande, som verkar i och genom de mänskliga elementen, åstadkommer harmoniskt agerande... Det skall bara förekomma en överskuggande ande – Anden åt Honom, som är obegränsad i vishet, och i vilken alla de olika elementen sammanstrålar i skön, makalös enhet. – *Brev 78, 1894. (Our High Calling, sidan 169.)*

Hjärtat framgår av Karaktären – Hurdana vi än är inombords, märks det på karaktären och inverkar det på alla, som vi har att göra med. Våra ord, våra handlingar, är en doft av liv till liv, eller av död till död. Och i domen kommer vi att ställas ansikte mot ansikte med dem, som vi kunde ha fört in på riktiga, trygga vägar genom väl uttänkta ord, genom rådgivning, om vi hade ägt dagligt samband med Gud och ett levande, kvardröjande

intresse för deras själars frälsning. – *Brev 27, 1892. (Our High Calling, sidan 241.)*

Sprid Energin till andra! (råd till en försoffad man) – Du bör bygga upp karaktärens energi, ty en energisk persons föredöme når långt och manar till efterföljd. Han tycks ha en elektrisk makt över andras sinnen. Uppriktiga, allvarligt satsande personer är en bristvara i vår värld. Hinder och barriärer möter varje Guds medarbetare. Men de måste ha tåga i sig. En energisk, uppriktig medarbetare låter inte sig hejdas så lätt. Han river ned hindren.

Du behöver en stadig, allsidig, osviklig energi. Du måste tukta Dig själv. Vänd helt om. Ansträng Dig och sätt punkt för Dina barnliga känslor. Du har tyckt för mycket synd om Dig själv. Du bör bestämma Dig för, att livet inte bara skall gå, medan Du sysslar med oväsentligheter. Du bör besluta Dig för, att uträtta något och sedan göra det. Dina föresatser är goda. Du skall ständigt uträtta något, men Du kommer aldrig till skott. Det är mycket prat och litet verkstad. Hälsan skulle förbättras markant, i fall Du ägde större energi och fullbordade ett verk, trots alla hinder. – *Brev 33, 1886.*

Guds Kärlek är omätbar – Guds kärlek är en gyllene kedja, som binder begränsade människor som tror på Jesus Kristus vid den Obegränsade Guden. Den kärlek, som Herren hyser för Sina barn, övergår allt förstånd. Ingen vetenskap förmår att begreppsbestämma eller förklara den. Ingen mänsklig klokskap kan få ett grepp om den. Ju mera vi känner inflytandet från denna kärlek, desto mera saktmodiga och ödmjuka kommer vi att bli. – *Brev 43, 1896. (SDA Bibelkommentar, Band 5, sidan 1141.)*

Religionen gestaltar hela Personen – Verklig religion tronar i hjärtat; och eftersom den är en förblivande princip där, verkar den utåt, den modellerar det utvärtes beteendet, till dess hela väsendet har anpassats till Kristi bild; till och med tankarna läggs under Kristi sinnes lydning. Om denna förblivande princip saknas i hjärtat, modelleras sinnet till likhet med Satans förledande bild, varvid hans vilja förverkligas, till själens undergång. Stämningen kringgårdande sådana själar är skadlig för hela omgivningen, oavsett om de är troende eller icke troende. – *Brev 8, 1891.*

Vistelser i Naturen skänker Hälsa åt Kropp, Sinne och Själ – Det, som finns i naturen, utgör Guds välsignelser, och har tillhandahållits för att skänka hälsa åt kropp, sinne och själ. De har getts åt de friska, för att hålla dem friska och åt de

sjuka, för att göra dem friska. Om de kopplas till vattenbehandling, är de verksammare i att återställa hälsan, än all receptmedicinering i världen. – *Vittnesbörd för Församlingen*, Band 7, sidan 76 (1902).

Lydnad medför Vila – Frid, ständig frid, kommer att flöda in i själen, ty vilan kommer sig av fullständig underkastelse för Jesus Kristus. Lydnad mot Guds vilja medför vila. En lärjunge, som följer i Återlösarens ödmjuka och saktmodiga steg, finner en vila, som världen inte kan ge, eller ta bort. ”Den som är fast i sitt sinne bevarar du i frid, i frid, ty på dig förtröstar han” (Jesaja 26:3). – *Brev 6*, 1893. (*Our High Calling*, sidan 98.)

Saktmod har Frid i Släptåg – Saktmod och ett ödmjukt sinne, som alltid utmärkte Guds himmelske Sons liv och som ägs av Hans egentliga efterföljare, för med sig förnöjsamhet, frid och lycka, som upphöjer dem ovanför ett konstlat livs slaveri. – *The Health Reformer*, december, 1871. (*Our High Calling*, sidan 98.)

Tillgivelse innebär Vila för Själ – Vad är den utlovade ”vilan”? Jo, den är medvetenheten om, att Gud är sann och äkta, att Han aldrig gör den, som uppsöker Honom, besviken. Hans förlåtelse är fullständig och fri, och Hans godkännande innebär vila för själen, vila i Hans kärlek. – *The Review and Herald*, den 25. april, 1899. (*Our High Calling*, sidan 97.)

Vila en Följd av Jagets Kapitulation – Vila går att finna, när allt självträffadiggörande, allt resonande utifrån själviska synpunkter, läggs åt sidan. Fullständig självuppgivelse, godtagandet av Hans vägar, utgör hemligheten bakom fullkomlig vila i Hans kärlek... Gör precis det, som Han har bett Dig om, för då kan Du vara förvissad om, att Gud kommer att göra allt, som Han har utlovat... Har Du kommit till Honom, avsägande Dig Dina andliga kryckor, Din otro och självträffadighet? Kom sådan Du är, vek, hjälplös och döende. – *The Review and Herald*, den 25. april, 1899. (*Our High Calling*, sidan 97.)

Du ansvarar för viktiga Intressen – Håll i minnet, att frestelse inte är synd. Kom ihåg, att hur än prövande omständigheter en person må hamna i, förmår inget, att i verkligheten försvaga hans själ, så länge som han inte faller för frestelsen, utan behåller sin rättskaffenhet. Du ansvarar själv för Dina viktigaste intressen. Ingen kan skada dem utan Ditt medgivande. Alla Satans legioner kan inte göra Dig illa, såvida inte Du öppnar själen för Djävulens konstgrepp och pilar. Du skjuts inte i sank, förrän viljan går med på det.

Med mindre sinnet i sig är nedsmutsat, kan det omgivande fördärvet inte fläcka eller lorta ned Dig. – *Brev 14*, 1885. (*Our High Calling*, sidan 94.)

Kontrollera Dina Känslor – Vi gläds i hoppet, inte i känslan. I hoppet om Guds förhållande vet vi, att lidandet ger tålmod, tålmodet fasthet och fastheten hopp. {Se Romarbrevet 5:3-4.} Vad betyder det? I fall våra känslor inte är ljuvliga för tillfället, skall vi då gripas av otålighet och yttra ord visande, att vi äger Satans utmärkande drag? Vi har inte råd med, att tala ett hårt eller ovänligt ord, eftersom vi står blottade inför de himmelska förnuftsvarselerna och utkämpar striden inför det himmelska universums blickar; och hur vi sårar Guds hjärta, när vi förnekar Honom på minsta vis! Märkena från korsfästelsen i Kristi händer visar, att Han har ristat in oss i Sina handflator. – *Manuskript 16*, 1894.

Uppmuntran livar Kropp och Själ på nytt – Berätta för de lidande om en förbarmade Frälsare... Han betraktar medlidsamt dem, som anser sig vara hopplösa fall. När själen är full av fruktan och skräck, uppfattar inte sinnet Kristi ömsinta medkänsla. Våra hälsohem skall vara ett verksamt medel, för att skänka oroliga sinnen frid och vila.

Om Du förmår, att ingjuta hoppet om frälsande tro i den uppgivne, kommer tillfredsställelse och glädje att knuffa undan besvikelser och oro. Förunderliga förändringar går då att åstadkomma i deras hälsotillstånd. Kristus kommer att återställa både kropp och själ, och när de blir varse Hans barmhärtighet och kärlek, kommer de att vila i Honom. Han är den strålande morgonstjärnan, som skiner mitt i denna syndiga, fördärvade världs moraliska mörker. Han är världens ljus, och alla, som ger Honom sitt hjärta, kommer att finna frid, vila och fröjd. – *Brev 115*, 1905. (*Medical Ministry*, sidan 109).

Den Kristne skall vara aktiv, inte passiv – En frisk, växande kristen är inte en passiv mottagare ibland sina medtroende. Han måste både ge och ta emot. Våra dygder tilltar genom användning. Den kristna gemenskapen ger oss ren luft att andas, och för varje andetag måste vi vara handlingskraftiga. Det kristna verk, som utförs, de ädla känslorna, uppmuntran och anvisningarna vi ger till dem, som behöver dylikt, liksom självbehärsknigen, kärleken, tålmodet och överseendet, som krävs, skapar – när det utövas på det religiösa planet – i oss själva tro, lydnad, hopp och kärlek till Gud...

Det är avgörande för ens andliga muskler och styrka, att själen motioneras. Arbete måste utföras, genom att bjuda till andligen, för att ta tillvara på möjligheter till, att göra gott... Ju enträgnare den kristne utför sina plikter, desto sundare blir han i anden. – *Brev 1*, 1882. (*Our High Calling*, sidan 260.)

Umgängets Kraft skall dras Nytt av – Det är genom socialt umgänge som kristendomen kommer i kontakt med världen. Varje man och kvinna som har tagit emot det gudomliga ljuset, bör låta det ljuset lysa upp den mörka stigen för dem som inte känner till den bättre vägen. Socialt inflytande, helgat genom Kristi Ande, måste tas tillvara och användas för att föra människor till Frälsaren. Kristus får inte gömmas undan i hjärtat som en eftertraktad skatt, helig och ljuvlig, som bara ägaren skall glädja sig åt. Vi bör låta Kristus vara en källa i oss, som väller upp med evigt liv och uppträskar alla som kommer i kontakt med oss. – *Hälsa för Hela Människan*, sidan 435 (1905).

Kristendomens inneboende Kraft – Det finns många som troget går i sin dagliga gärning, omedvetna om att de äger möjligheter som, om de tog dem i anspråk, skulle ställa dem i klass med världens mest ansedda män. En skicklig hand behövs för att väcka dessa slumrande förmågor. Det var sådana män Jesus kallade till sina medarbetare. De fick förmånen att vara i hans sällskap. Aldrig har denna världens stora haft en sådan lärare. När apostlarna tagit emot hans undervisning, var de inte längre okunniga och obildade. De blev honom lika till sinne och beteende. Och människorna såg att de hade varit med Jesus. – *Vändpunkten*, sidan 237 (1898).

Behovet av Målsättningar – Ha en målsättning med livet, medan Du lever. Samla på Dig solsken, i stället för mörka moln. Eftersträva, att vara en fräsch, skön blomma i Guds trädgård, som sprider väldoft åt alla omkring sig. Om Du gör det, kommer Du inte att dö ett dugg tidigare; men Du kommer förvisso att avkorta livet genom kverulans och gnäll, varvid Du tar upp Dina smärtor och krämpor till ständig diskussion. – *The Health Reformer*, juni, 1871.

Om man lever för ett Mål, blir man verkligen lycklig – De, som lever med ett mål i sikte, som försöker, att gagna och välsigna medmänniskorna och att hedra och ära sin Förlossare, är världens lyckligaste människor, medan sådana, som är rastlösa, missnöjda och provar allt möjligt i jakten på lycka, alltid suckar av besvikelse. Vederbörande är alltid i avsaknad, aldrig tillfreds,

eftersom de bara lever för sig själva. Se till, att sikta på välgärning, att spela Din livsroll troget. – *Brev 17*, 1872. (*Our High Calling*, sidan 242.)

Ansträng varje Nerv – Vi måste anstränga varje andlig nerv och muskel på allvar... Gud ... önskar ej, att Ni skall förbli noviser. Han önskar, att Ni skall nå den allra högsta stegpinnen och på den ta sats, för att häva Er upp i vår Herre och Frälsare Jesu Kristi rike. – *Manuskript 8*, 1899. (*Our High Calling*, sidan 217.)

Appendix A

Råd till en deprimerad, medelålders Kvinna
Mina tankar går till Dig, Martha. Vi vill gärna råka Dig, och vi vill se Dig förtrösta fullständigt på den dyrbara Frälsaren. Han älskar Dig och gav Sitt liv för Dig, eftersom Han satte sådant högt värde på Din själ. För inte så länge sedan hade jag en dröm. Jag vandrade runt i en trädgård med Dig som följeslagerska. Du sade gång efter annan: ”Titta på den där fula busken, det där deformationerade trädet, den där arma, förkrympta rosbusken. Det här gör mig ledsen, för de verkar vara en bild på mitt liv och mitt gudsförhållande.”

Jag uppfattade en konungslig gestalt, som promenerade strax före oss och sade: ”Plocka rosorna och liljorna samt de mindre nejlikorna, strunta i tistlarna och de fula buskarna, och skada inte själen, som Kristus söker att vårda.”

Jag vaknade; så somnade jag om och drömmen upprepades. Så vaknade jag och somnade om, och så upprepades det hela en tredje gång. Nu vill jag, att Du tänker på detta och lägger bort Ditt tvivel, Ditt oroande, Din fruktan. Släpp jaget med blicken och titta i stället på Jesus, släpp maken med blicken och titta i stället på Jesus. Gud har talat hoppingivande ord till Dig. Grip tag i dem, handla därefter, gå i tro och inte i syn. ”Tron är en övertygelse om det man hoppas, en visshet om det man inte ser” (Hebréerbrevet 11:1).

Jesus håller i Dig med Sina händer. Jesus tänker inte ge fienden övertaget över Dig. Jesus tänker ge Dig segern. Han äger dygden; Han äger rättfärdigheten. Du kan spana efter den hos Dig själv och kommer bara att förtvivla, eftersom den inte finns där. Jesus har den. Den tillhör Dig, eftersom Du älskar Gud och håller Hans bud.

Lyssna inte på Satans lögn, utan upprepa Guds löften. Plocka rosorna och liljorna samt de mindre

nejlikorna. Tala om Guds löften. Tala tro. Lita på Gud, för Han är Ditt enda hopp. Han är mitt enda hopp. Jag utkämpar bittra bataljer mot Satans frestelser till, att bli bedrövad, men jag ger mig inte, ens med en tumsbredd. Jag har icke för avsikt, att ge Satan några fördelar mot min kropp eller mitt intellekt.

I fall Du betraktar Dig själv, ser Du idel svaghet. Du är ingen frälsare. Du finner Jesus bortom Dig själv. Du måste betrakta Honom och leva, betrakta Honom, som blev synd för oss, så att vi skulle gå att rena från synd och ta emot Kristi rättfärdighet.

Nå, Martha, blicka inte på Dig själv, utan lyft blicken och fäst den på Jesus. Tala om Hans kärlek, tala om Hans godhet, tala om Hans makt; ty Han tänker inte låta Dig bli frestad över Din förmåga, att stå ut. Nej, i Kristus ligger vår rättfärdighet. Jesus gottgör våra brister, eftersom Han inser, att vi inte är mäktiga till det själva. Medan jag nu ber för Dig, ser jag ett mjukt ljus omge en hand uträckt för Din frälsning. Guds ord är vår passersedel. Vi kan tryggt visa upp den. Vi älskar sanningen. Vi älskar Jesus. Känslor är inget bevis för Guds ogillande.

Ditt liv är värdefullt i Guds ögon. Han har en uppgift åt Dig att fullfölja. Den har inte visats för Dig ännu, men vandra bara vidare i fullt förtroende i stillhet och tystnad, ty annars sårar Du den ljuvliga Jesus och visar Dig vara rädd för, att förtrösta på Honom. Lagg Din hand i Hans. Han sträcker Sig över bröstvärnets i himmelen, för att Du med full förvissning skall våga lägga den i Hans. Oh, vilken kärlek, vilken öm kärlek Jesus har visat å våra vägnar! Bibelns löften utgör de mindre nejlikorna och rosorna samt liljorna i Herrens trädgård.

Oh, hur många vandrar längs en mörk stig, samtidigt som de fäster blicken på de motbudande, otäcka sakerna på ömse sidor om dem, när blommorna väntar runt hörnet. De menar sig sakna rätt till, att säga sig vara Guds barn och åberopa löften å dem i evangeliet, därför att de inte har bevis för, att Gud har godkänt dem. De går igenom smärtsamma strider och pinar sina själar, liksom Martin Luther gjorde, innan han lät sig omslutas av Kristi rättfärdighet.

Det är många, som tror att de bara kan nalkas Jesus på det sätt, som ett barn besatt av en ond ande, som slungade honom till marken och rev och slet i honom, då han leddes till Frälsaren. Du är inte av det slaget, som behöver gå igenom dylika konflikter och prövningar. Richard Baxter förfasade sig över, att han inte betraktade sig själv

på ett sådant kvalfullt, förödmjukande sätt, som han trodde sig böra. Men slutligen togs den villfarelsen ifrån honom, och så fylldes hans hjärta av frid.

Eftersom Du är Kristi tillhörighet, fordras det inte, att Du tar på Dig någon särskild börda. Han håller Dig i handen. Han har slagit Sina eviga armar omkring Dig. Ditt liv har inte belastats av lika mycket synd, som normalt är. Du är samvetsgrant rädd för, att göra det felaktiga, Du drivs av en princip i hjärtat, att välja det rätta, och nu är det dags, att Du vänder bort ansiktet från nässlorna och törnena och beundrar blommorna i stället!

Låt blicken vila på Rättfärdighetens Sol. Gör inte Din käre, ömmande himmelske Fader till en tyrann; utan betrakta Hans ömsinhet, Hans medömkan, Hans stora, vittomfattande kärlek, och Hans väldiga förbarmande. Hans kärlek överstiger en mors till sitt barn. Måhända modern glömmer, ändå "skall jag inte glömma dig" (Jesaja 49:15), säger Herren. Jesus vill, att Du skall lita på Honom. Måtte Hans välsignelse vila över Dig i rikt mått, är min enträgna bön.

Du föddes med ett arv av dysterhet, och Du måste hela tiden söka, att gaska upp Dig. Du ärvde från båda Dina föräldrar en särskild känslighet och dessutom från Din mor en fallenhet, att trycka ned Dig själv, hellre än att upphöja Dig. Det räcker med ett ord, för att Du skall reagera, medan det krävs stränga straffdomar, för att väcka upp någon med annat temperament. Om Du bodde, där Du visste, att Du hjälpte andra, oavsett bördans tyngd, arbetets omfattning, skulle Du göra allt glatt, och noga akta Dig för, att gå sysslolös.

Samuel, som tjänade Gud från barnsben, behövde en högst annorlunda disciplin, än den med bestämd, envis, självisk vilja. Din barndom var inte känd för några gruvligheter, ehuru det visst förekom misstag, såsom brukligt är ibland människor. Allt det här har visats för mig. Jag känner Dig långt bättre, än Du känner Dig själv. Gud kommer att ge Dig segern över Satan, bara Du helt enkelt litar på, att Jesus skall utkämpa de hårda strider, som Du i allt är för vek till i Din begränsade kraft.

Du älskar Jesus, och Han älskar Dig. Lita därför tålmodigt på Honom, säg upprepade gånger: Herre, jag är Din. Kryp upp i Kristi famn. Det är inte sprudlande glädje, som bevisar Din kristenhet. Beviset för det hittar vi i ett "Så säger

Herren.” I tron lägger jag Dig, min kära syster, på Jesu Kristi bröst.

Läs följande rader och tillämpa dem på Dig själv:

Annan tillflykt har jag ej,
Min hjälplösa själ hänger på Dig;
Lämna, O lämna mig inte ensam!
Fortsätt, att stötta och trösta mig;
All min lit lägger jag på Dig,
All min hjälp från Dig jag hämtar;
Hölj min värnlösa hjässa
Med skuggan från Din vinge.

Hos Dig finns det mycken nåd
Nåd, för att förlåta all min synd;
Låt de helande strömmarna flöda fritt,
Gör och håll mig ren inombords;
Du med liv från den heliga Källan,
Låt mig fritt få del av Dig;
Flöda Du i mitt hjärta
, Stig mot skyn inför evigheten lång. – *Brev 35*,
1887.

Appendix B

Obetingad Förtröstan oavsett Förändringar i den känslomässiga Atmosfären Författarinnans personliga Erfarenhet

När en stor, tung skugga vilar över Dig, är det för att Satan har trängt sig emellan Dig och de klara strålarna från Rättfärdighetens Sol. I svåra stunder förmörkas det klara skenet, och då förstår vi inte heller, varför Guds gillande tycks ha dragits undan. Vi förmås till, att betrakta jaget och skuggan kring korset, och det hindrar oss från, att upptäcka trösten, som är avsedd för oss. Vi klagar på vägen och släpper Kristi hand med vår. Men så händer det, att Guds gunst plötsligt svämmar över i själen, och då skingras dystyrheten. Låt oss leva i solskenet från Golgata kors. Låt oss inte längre dröja kvar i skuggan, och klaga över våra sorger, ty därmed gör vi bara besvären värre.

Låt oss aldrig glömma bort, ens när vi vandrar i dalen, att Kristus är lika tydligt med oss, när vi vandrar förtröstansfullt där, som när vi befinner oss på bergets topp. Rösten sade till oss: ”Tänker Ni inte överlåta bördan på Bördornas Bärare, Herren Jesus Kristus? Tänker Ni inte leva på korsets soliga sida? Säg: ’jag vet {känner} [Honom] vem jag tror på, och jag är övertygad om att det står i hans makt att till den dagen bevara som har blivit anförtrott åt mig {som jag har

anförtrott åt honom. *King James Version*}.’
’Honom älskar ni utan att ha sett honom, och fastän ni ännu inte ser honom, tror ni på honom och jublar över honom i obeskrivlig, himmelsk glädje, då ni nu är på väg att vinna målet för er tro, era själars frälsning” (Andra Timoteusbrevet 1:12; Första Petrusbrevet 1:8, 9).

Jag har förvisso stannat upp under korsets skugga. Under de senaste månaderna har jag varit vanmäktig och lidit av ovanligt svår nedstämdhet. Jag vill inte befinnas leka med min egen själ och därmed leka med min Frälsare. Jag skulle inte lära ut, att Jesus har uppstått ur graven och att Han har stigit upp i höjden samt lever och vädjar för oss inför Fadern, med mindre att jag levde ut min undervisning i praktiken och trodde på Hans frälsning, varvid jag lägger min hjälplösa själ på Jesus, för att vinna Hans nåd, rättfärdighet, frid och kärlek. Jag måste lita på Honom, oavsett ändringarna i min känslomässiga stämning. Jag måste förkunna och verkställa prisandet av Honom, som har kallat mig ”från mörkret till sitt underbara ljus” (Första Petrusbrevet 2:9). Mitt hjärta måste vara orubbligt i Kristus, jag måste betrakta Hans kärlek och nåderika godhet. Jag får inte lita på Honom nu och då, utan alltid, så att jag kan uppvisa utfallet av, att klänga mig fast vid Honom, som har köpt mig med Sitt dyrbara blod. Vi måste lära oss, att tro på löftena, att äga en ståndaktig tro, så att vi tar emot dem som Guds osvikliga ord.

Många, som älskar Gud och försöker, att hedra Honom, fruktar att de inte har någon rätt, att åberopa Hans rika löften. De uppehåller sig vid sina smärtsamma kval och mörkret, som omger deras vandrings stig, och härigenom förlorar de ur sikte kärleken, som Jesus Kristus har öst över dem. De blir blinda för den väldiga förlösning, som har säkrats åt dem till oändlig kostnad. Många håller sig på avstånd, som om de vore rädda för, att ens vidröra kanten på Kristi klädnad, men Hans nåderika inbjudan gäller även dem, och därför vädjar Han: ”Kom till mig, alla ni som arbetar och bär på tunga bördor, så skall jag ge er vila. Ta på er mitt ok och lär av mig, ty jag är mild och ödmjuk i hjärtat. Då skall ni finna ro för era själar. Ty mitt ok är mildt, och min börda är lätt” (Matteusevangeliet 11:28-30). – *Manuskript 61*, 1894.