

Det är var och ens skyldighet att odla gladlynthet, istället för att grubbla över sorger och bekymmer. Många gör inte bara sig själva olyckliga på detta vis, utan offrar även hälsa och lycka för en dyster fantasi. Det finns saker i deras omgivning som inte är tillfredsställande, och de har ständigt en rynka i pannan som uttrycker deras missnöje tydligare än ord. Dessa deprimerande känslor gör dem stor hälsomässig skada, för genom att hindra matsmältningsprocessen påverkar de ämnesomsättningen. Medan sorg och oro inte kan bota en enda ond sak så kan de göra stor skada, men gladlynthet och hopp lyser upp andras väg är de "liv för dem som finner dem och hälsa för hela deras kropp".

Kristus kom för att återställa en värld som förstörts av synd till dess ursprungliga härlighet... På den nya jorden kommer det inte att finnas någon mer synd eller sjukdom... Och kroppen kommer att vara återställd till sin ursprungliga fullkomlighet. Vi ska bära vår Herres fläckfria karaktär.

My Life Today, page 153
Av Ellen G White

I naturen kan vi alltid hitta något som avleder de sjukas uppmärksamhet från dem själva och riktar tankarna mot Gud. När de är omgivna av hans underbara verk lyfts deras sinnen från det som är synligt till det som är osynligt. Naturens skönhet leder dem till att tänka på det himmelska hemmet, där det inget kommer att finnas som fördärvar härligheten, som fläckar ner eller förstör, inget som orsakar sjukdom eller död.

Ministry of Healing, page 265-266
Av Ellen G White