

Nutrition
Exercise
Water
Sunshine
Temperance
Air
Rest
Trust in God

100109

Renlighet

Låt oss därför med uppriktigt hjärta gå fram i full trosvisshet, med ett hjärta som är renat från ett ont samvete och med en kropp som är bada i rent vatten. Heb 10:22

Noggrann renlighet är nödvändig för både fysisk och mental hälsa. Orenheter avstöts ständigt från kroppen genom huden. Dess millioner porer täpps snabbt igen om den inte hålls ren genom frekventa bad, och de orenheter som skulle rensas bort genom huden blir en ytterligare börda för de andra utrensningsorganen... Ett bad, taget på rätt sätt, skyddar mot förkylning, eftersom det förbättrar cirkulationen, blodet förs till ytan och flödet blir lättare och mer regelbundet. Sinnet och kroppen blir lika uppfriskade. Musklerna blir smidigare och intellektet blir klarare. Badet lugnar nerverna.

Lär de små att Gud inte tycker om att se dem med smutsiga kroppar och slarviga, trasiga kläder...Att hålla kläderna prydliga och rena kommer att vara ett sätt att hålla tankarna rena och friska...Speciellt bör alla klädesplagg som kommer i direkt kontakt med huden hållas rena.

Sanningen sätter aldrig sina känsliga fötter på en smutsig eller oren stig...Han som var så noga med att Israels barn skulle måna om renliga vanor kommer inte att samtycka till några orenligheter i sitt folks hem idag. Gud ser med missnöje på varje slags orenhet. Smutsiga, försummade hörn i huset kommer att bidra till att skapa orena, försummade hörn i själen.

Fullständig renlighet, rikligt med solsken, noggrannhet beträffande hygien i familjelivets alla detaljer, är nödvändiga för att hålla sig fri från sjukdomar och för familjemedlemmarnas glädje och styrka.

Himlen är ren och helig, och de som passerar genom portarna till Guds stad måste kläs med invärtes och utvärtes renhet redan här.