

Ett klart sinne och fasta mål

Vi gör väl i att fundera över den lärdom som här presenteras. Att strikt följa bibelns krav kommer att vara en välsignelse för både kroppen och själen. Andens frukt är inte bara kärlek, glädje och frid utan också självbehärskning. Vi har bjudits att inte förorena våra kroppar, för de är Den Helige Andes tempel.

De hebreiska fångarna var människor med samma passioner som vi själva. Mitt i det lyxiga babyloniska hovets förföriska påverkan stod de fasta. Dagens ungdom är omgiven av frestelser till självsvåldig njutning. Särskilt i våra stora städer görs varje form av sensuell tillfredsställelse lätt och inbjudande. De som lika Daniel, vägrar att förorena sig själva, kommer att skörda ståndaktiga vanor. Med sin större fysiska kraft och ökade uthållighet kommer de att ha ett förråd att ta av i ett nödläge.

Rätta fysiska vanor främjar mental överlägsenhet. Intellectuell kraft, fysisk uthållighet och livslängd beror på orubbliga lagar. Naturens Gud kommer inte att ingripa för att bevara människor från konsekvenserna av att bryta mot naturens krav. Den som strävar efter herraväldet måste vara måttlig i allt. Daniels klara sinne och fasta mål, hans förmåga att ta till sig kunskap och att motstå frestelser, berodde till stor del på hans enkla diet tillsammans med hans böneliv.

Messages to Young People, sid 241-242
Av Ellen G White