



160109

NEWSTART – EXERCISE (MOTION)

Styrkan är de ungas stolthet (Ords 20:29 B2000)

En annan dyrbar välsignelse är riktig motion. Varje organ och muskel har sitt arbete att utföra i den levande organismen. Varje kugghjul i maskineriet måste vara ett levande, aktivt och arbetande hjul. Naturens finaste och underbaraste funktioner måste hållas i rörelse för att fylla det syfte som de skapades för.

Bind upp en arm, om så bara för några få veckor, och ta sen bort bandaget, och du kommer att upptäcka att den är svagare än den arm som du har använt måttligt under samma tid. Inaktivitet ger samma effekt på hela muskulaturen.

Inaktivitet är en effektiv orsak till sjukdom. Motion sätter fart på blodcirkulationen och balanserar den.

För en frisk ung man är hård, ansträngande motion stärkande för hela systemet ...

Utan sådan träning kan inte sinnet hållas fungerande. Det blir inaktivt och kan inte utföra det skarpa, snabba arbete som krävs för att utveckla dess fulla potential.

Alla himmelska varelser är i ständig rörelse, och Herren Jesus gav ett exempel för alla genom sitt liv. Han gick omkring och "gjorde gott". Gud har skapat reglerna för lydig verksamhet. Tyst men oavbrutet utför hans skapelse sitt anvisade arbete. Havet är i ständig rörelse. Det spirande gräset, som idag står och i morgon kastas i ugnen, utför sin uppgift och klär fälten med skönhet. Löven sätts i rörelse utan att någon hand ses röra vid dem. Solen, månen och stjärnorna är nyttiga och underbara när de utför sin uppgift... Och människan, hennes kropp och sinne som skapats till Guds egen avbild, måste vara aktiva för att fylla sin anvisade plats. Handling ger kraft. - (My Life Today s. 130)

Översättning: S. Gundler