



241129

Sabbatsmåltiderna

Ví borde inte servera rikligare eller mer varierande mat på sabbaten än på andra dagar. Istället borde maten vara enklare, och ví borde äta mindre, för att hjärnan ska vara klar och energisk så ví kan förstå andliga ting. Att äta för mycket gör hjärnan dummig. Man kan höra de mest dyrbara ord och ändå inte uppskatta dem, eftersom tankarna är förvirrade på grund av felaktig kost. Genom att äta för mycket på sabbaten har många vanärat Gud mer än de tror.

Ví bör undvika att laga mat på sabbaten, men det är inte nödvändigt att äta kall mat. I kallt väder, förbered maten dagen före så att den kan värmas. Och låt måltiderna, även om de är enkla, vara smakliga och aptitliga. Ordna något som kommer att betraktas som något extra gott, något som familjen inte äter varje dag. – Testimonies for the Church, band 6, sid 357

Översättning: S. Gundler