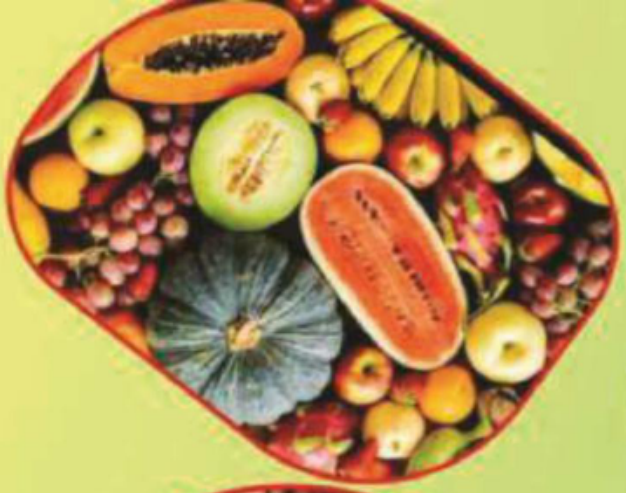
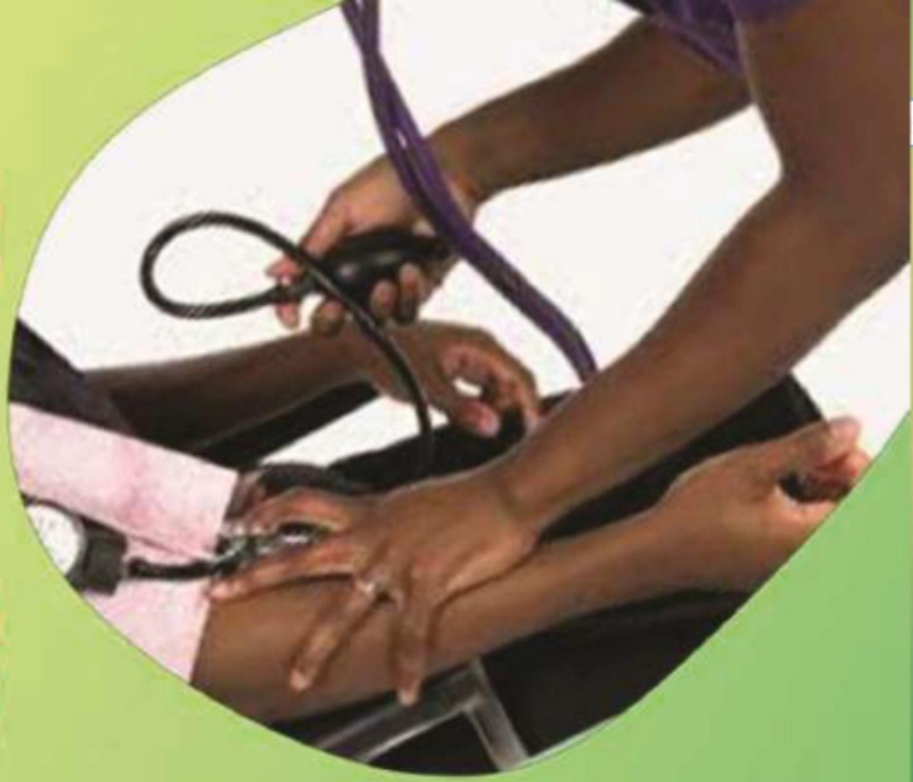
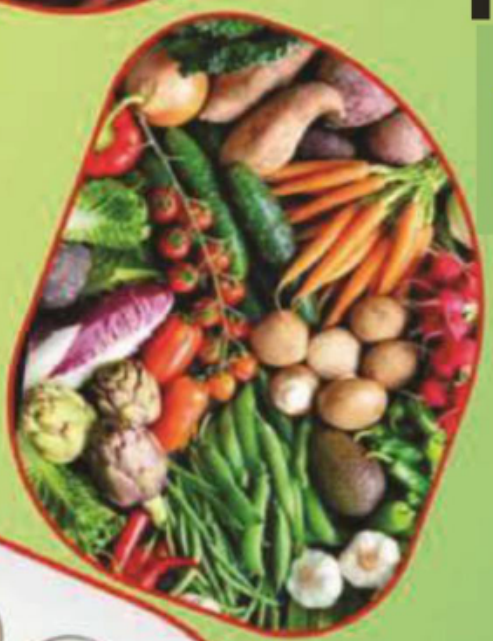






MASHAURI KWA AFYA







TIBA 8 ZA ASILI

1 Lishe Bora



2 Mazoezi



3 Maji Safi



4 Miale ya Jua



5 Kiasi



6 Hewa Safi



7 Pumziko



8 Kumwamini Mungu



RohoYaUnabii.Africa

SHUKRANI KWA MWENYEZI MUNGU WA MBINGUNI NA KAULI MBIU YA ENENDENI MITANDAONI KOTE! 2025

TRANSLATED FROM ENGLISH BOOK COUNSELS FOR HEALTH BY SPIRIT OF PROPHECY

TABARUKU

Watafsiri, Waombezi, Wahariri, Washauri, Wahakiki, Wataalamu wa Teknolojia, na watia moyo wote -Wapita njia, Marafiki na Ndugu

1.Grace Momadi-Masaka- Jersey, Marekani

2. Nhandi Masunga-Bariadi, Tanzania

4.Baraka Ndege Aruya – Morogoro, Tanzania

5.Mbusi Mpagalushu -Arusha, Tanzania

6.David Masaka -Pennslyvania, Marekani

7.Daniel Nyangaresi Masaka- Kisii, Kenya

8.Musa Budodi-Shinyanga, Tanzania

9.Sandra Barron-North Carolina, Marekani

10. Enoc Lombana-Virginia, Marekani

Uhamishoni Ughaibuni Mtandaoni Majumbani

Dibaji

Katika ukumbi wa Hospitali ya Ukumbusho wa kazi ya White, ambayo ilianzishwa kwa kumbukumbu ya mwandishi wa "Counsels on Health" aliyeandika kitabu hiki, kuna bamba la shaba lenye maandishi haya:

"Hospitali hii imejitolea kwa kumbukumbu ya Ellen Gould White, ambaye maisha yake ya miaka 87, yalitolewa bila ubinafsi ili kupunguza taabu na huzuni za wagonjwa, wanaoteseka, na wahitaji; na kuwatia moyo vijana wa kiume na wa kike kujitolea maisha yao kwa kazi ambayo Bwana alisema, 'Ponyeni wagonjwa.'"

Kwa wale waliomjua Bi. White maneno haya yamejaa kumbukumbu nyororo za matukio mengi yasiyohesabika katika maisha ya roho hiyo ya fadhili. Kati ya wanawake ambao wameishi katika siku za leo, hakuna mwingine, nayemfahamu, ambaye ametumia ushawishi mkubwa na wa kudumu katika maisha kwa wenzake kama Ellen G. White. Hakuna mwingine ambaye katika ulimwengu huu ambaye mafundisho yake yalikuwa ya kina zaidi kuliko yale yanayohusiana na utunzaji wa mwili—ambalo ni hekalu la Roho Mtakatifu.

Kutoka vyanzo vingi na tofauti, katika nusu karne iliyopita, mafuriko ya nuru yametupwa juu ya mada hii muhimu. Kutoka akilini mwa Pasteur mtu maarufu aliyeangazia kidogo zaidi mambo ya vimelea au bakteria, kulitoka miale ya mwanga wa nguvu angavu na kupenya katika masuala yanayohusiana na afya na magonjwa. Naam kutoka kwake Pasteur ulimwengu ulipokea maarifa yake ya bakteria, na hakika ndiyo sababishi ya magonjwa mengi. Kutoka kwa Louis Pasteur kulitoka tiba iliyoshinda kimeta-

meta (anthrax), ugonjwa mbaya unaowasumbua wanadamu na wanyama. Yeye ndiye ambaye kazi yake inayokumbukwa, nayo ilifikia kilele cha ugunduzi wa tiba ya kichaa cha mbwa, mojawapo ya magonjwa ya kutisha zaidi ya enzi zote.

Lord Lister, kwa kutumia kanuni za Pasteur kwenye chumba cha upasuaji, alifanya upasuaji uwe salama kwa wanadamu. Kipaji chake kilibadilisha hospitali kutoka kuwa mabaki ya kutisha na donda hadi sehemu za starehe na tiba. Alionyesha kwamba usaha kwenye majeraha ya upasuaji sio ya lazima, na akapunguza vifo vya upasuaji.
Kisha kulikuwa na Semmelweiss, daktari wa uzazi, ambaye Kugelmann alimwandikia: "isipokuwa wachache, ulimwengu umewasulubisha na kuwachoma wafadhili wake. Natumai hutachoka katika pambano la heshima ambalo bado liko mbele yako." Ilikuwa Semmelweiss huyu aliyepambana na mnyama hatari wa homa ya uzazi, na ambaye kupitia ubongo wake maswali yaligonga: "Kwa nini wakinamama hawa wanaojifungua wanakufa? Homa ya kujifungua imetoka wapi?" Juhudi zake zilizaharimu maisha yake, lakini alishinda ugonjwa huo wa kutisha.

Na naweza kuendelea kusimulia baraka ambazo ulimwengu umepokea kutoka kwa wengine wengi, kutoka kwa Koch, Ehrlich, Nicolaier, Kitasato, Von Behring, Flexner, Ronald Ross, na wengine wengi. Lakini jukumu la ***RohoYaUnabii*** lilitolewa kwa aina tofauti. Ingawa kazi yake ya maisha na mafundisho yake yalikuwa yanapatana na dawa za kisayansi za kweli, ilikuwa katika ulimwengu wa upande wa kiroho wa sanaa ya uponyaji ambapo aling'aa kwa mng'ao mtakatifu. Katika suala la kuwasihi wanaume na wanawake kuiona miili yao kama amana takatifu kutoka kwa Aliye Juu Zaidi, na kutii sheria za asili na za Mungu wa asili, anasimama bila mpinzani. Yeye Ndiye aliyeinua utakatifu wa mwili na umuhimu wa kuleta hamu na tamaa zote chini ya udhibiti wa dhamiri iliyoelimika. Wengine walisisitiza sayansi katika afya;

Kwake iliachwa kuwavutia watu kiroho katika utunzaji wa hekalu la mwili.

Hakuna mtu mwingine wa siku hizi ambaye ameingia katika uwanja huu wa juhudi za kiroho kwa kiwango kama alichofanya. Juhudi zake hazikuchoka tangu siku za ujana wake hadi saa ya kifo chake akiwa mzee wa miaka 87. Katika vitabu, katika makala za majarida, katika magazeti, katika vipeperushi na vijitabu, aliwaita wanaume na wanawake, wazee kwa vijana, kwa sauti ya waziwazi, kwa mpangilio wa busara, na wa hali ya juu zaidi, na safi wa maisha ya kiroho. Kutoka jukwaani makanisani na kumbi za mihadhara, katika mikutano, sauti yake ilisikika kila mara ikihimiza hitaji la kuishi maisha ya Kikristo yaliyowekwa wakfu katika mambo yanayohusiana na mwili na utunzaji wake. Wengine wameleta ukweli wa kisayansi kuhusu ugonjwa, chanzo chake, na tiba yake; bali RohoYaUnabii imesisitiza ukweli huo upande wa kiroho hadi ngome ya ndani kabisa ya roho za wanaume na wanawake.

Kwa hivyo, inafaa kwamba ingawa analala katika kaburi lake tulivu, mikono yake iliyochoka ikiwa imekunjwa kifuani pake, kazi zake zinapaswa kumfuata. Ni sawa kwamba katika kitabu hiki "Mashauri" yake yanaishi, kubariki, kuimarisha, na kuongoza maisha ya wale wanaotafuta kuwaelekeza wenzao kwa Yule Masihi aliyebarikiwa ambaye pekee ana uponyaji katika mabawa Yake.

Ni mtume Paulo aliyeandika katika barua yake ya pili kwa Timotheo kijana:

"Katika nyumba kubwa hakuna vyombo vya dhahabu na fedha tu, bali pia vya mbao na udongo; na vingine vya heshima, na vingine vya aibu. Basi, mtu akijitakasa kutokana na hivyo, atakuwa

chombo cha heshima, kilichotakaswa, na cha kufaa kwa matumizi ya Bwana, na kilichotengenezwa kwa kila kazi njema."

Paulo aliandika hasa kuhusu washiriki wa kanisa la Bwana. Lakini maneno hayo yanafaa sana kwa mwanadamu. Mawe ambayo huunda muundo wa nyumba kubwa ya sanaa ya uponyaji duniani leo! Ndani yake kuna madaktari na wauguzi wa thamani kama dhahabu, na madaktari na wauguzi wa fedha, madaktari na wauguzi wa mbao na udongo, na wengine kwa heshima na wengine kwa aibu. Kusafisha nyumba kubwa ya uponyaji, kusaidia kuiunda kwa mfano wa Mponyaji Mwenye Nguvu, ndio lengo la "Mashauri."Haya.

Katika siku hii ya maadili machafu, wakati kila kitu ambacho hapo awali kilikuwa kitakatifu kinafanywa kuwa biashara, wakati ndama wa dhahabu anaabudiwa kila upande, daima watakuwapo baadhi ya wanaume na wanawake wanaotamani kwa hamu maadili ya juu ambayo yanafaa kwa taaluma ya pili kwa utakatifu tu kwa huduma ya Neno la Mungu. Kwa matumaini na kwa sala rahisi kwamba kitabu hiki kiweze kuchangia taaluma safi na isiyo na ubinafsi ya udaktari, sasa kimezinduliwa katika dhamira yake.

Dr Percy T. Magan-Mmojawa waanzilishi wa Loma Linda school of Medicine and Education. Alienda Shule ya Utabibu Tennessee na Sutherland wakiwa na miaka 55 ili kuchukua kazi ya kuanza shule ya Udaktari ya Loma Linda.

YALIYOMO

SEHEMU YA 1—HITAJI LA ULIMWENGU14

WENGI WANAISHI KATIKA DHIKI..... 100

JAMII ILIYOHARIBIKA18

UKIUKAJI WA SHERIA ZA MWILI19

KAZI YA MATENGENEZO INAHITAJIKA24

MANDHARI24
DINI NA AFYA26
UPENDO WA KRISTO NGUVU YENYE KUPONYA27
NAMNA YA KRISTO YA UPONYAJI28
DAKTARI MKRISTO KAMA MMISIONARI29
MATOKEO YA TABIA MBAYA33
ULIMWENGU HAUJAONYWA33
SEHEMU YA 2—MAMBO MUHIMU KWA AFYA34
UFAHAMU WA KANUNI ZA MSINGI34
HEKIMA YA KAZI ZA MUNGU37
UDHIBITI MWILI37
KUZINGATIA MLO RAHISI38
MMENUNULIWA NA MUNGU39
ENDELEZA UWEZO43
KIASI KATIKA MAMBO YOTE44
ULIMWENGU USIWE KIGEZO46
MAZOEZI YA MWILI46
HEWA SAFI NA MWANGA WA JUA49
UPUMUAJI WA KINA53
USHIRIKINA KUHUSU HEWA YA USIKU53
MVUTO WA HEWA SAFI53
USAFI WA KINA54
TUMIA CHAKULA RAHISI56
TABIA ZA KIMWILI NA AFYA YA KIROHO56
KUTOTUMIA CHAKULA CHA NYAMA61
EPUKA ULAFI62
MASOMO KUTOKA UZOEFU WA YOHANA MBATIZAJI62
UKARIMU NA UADILIFU KATIKA MAISHA YA NDOA65

MASHAURI KUHUSU AKINA MAMA68
KATAA UNAJISI WA TUMBAKU70
MATUMIZI YA TUMBAKU KINYUME NA UTAUWA71
SUMU YA UDANGANYIFU73
KUJIEPUSHA NA DAWA ZENYE ATHARI MBAYA73
KUJIKANA NAFSI NA MAOMBI74
ATHARI MBAYA ZA CHAI NA KAHAWA75
EPUKA MATUMIZI YA MADAWA YENYE SUMU76
UVAAJI MZURI78
NGUVU YA DHAMIRI81
SHUGHULI INAYOFAA82
KUTAWALA FIKIRA82
KIASI KATIKA KUJISHUGHULISHA85
KIASI KATIKA KAZI86
UTARATIBU NA USAFI87
KUOGA MARA KWA MARA90
NAMNA YA KUDHIBITI MATAMANIO YETU91
KUWA NDUGU92
SEHEMU YA 3—LISHE NA AFYA93
UHUSIANO WA LISHE NA AFYA NA MAADILI93
NGUVU YA HAMU YA CHAKULA106
UAMINIFU KATIKA MATENGENEZO YA AFYA110
WASHIRIKI WA ASILI YA MBINGUNI121
MATOKEO YA KUIKATAA NURU122
UAMINIFU KWENYE SHERIA ZA AFYA122
UPISHI WENYE AFYA123
JIFUNZE KUPIKA124
UTIMIZAJI ULIO WA MUHIMU ZAIDI125

MKATE USIO NA VIRUTUBISHO127
KUBADILISHA LISHE127
MUUNGANO MBAYA128
CHAKULA KISICHOFAA130
LISHE DUNI131
KUPITILIZA KATIKA LISHE132
KULA KUPITA KIASI136
TUMBO LINAHITAJI KUPUMZISHWA137
AKINA MAMA WALIOCHOSHWA NA KAZI ZAIDI138
ULAFI NI DHAMBI139
EPUKA VIWANGO VYA UONGO140
SEHEMU YA 4—MAISHA YA NJE NA SHUGHULI ZA KIMWILI141
MFANO WA KRISTO141
ASILI KITABU CHA KUJIFUNZIA143
KATIKA NCHI144
CHANZO CHA UPONYAJI146
THAMANI YA MAISHA YA NJE YA MJI147
MAZOEZI, HEWA, MWANGA WA JUA150
MPANGO WA AWALI152
KUFUNGIWA NDANI YA SHULE152
UWIANO SAHIHI WA KAZI ZITUMIAZO NGUVU NA ZITUMIAZO AKILI156
MATOKEO YA KUTOKUUSHUGHULISHA MWILI161
UTAMADUNI WA MWILI165
AFYA NA UIMARA170
VIPINDI VYA KUPUMZIKA171
MWANGA WA JUA NYUMBANI173

BURUDANI ZISIZORUHUSIWA173
MAZOEZI KAMA NJIA YA KUPONYA175
KUTEMBEA KWA AJILI YA MAZOEZI176
DHAMBI YA KUTOJISHUGHULISHA177
FUNGUA MADIRISHA YA ROHO178
SEHEMU YA 5 — SANITARIUM—MALENGO YAKE179
MPANGO WA MUNGU KATIKA SANITARIUM ZETU179
KANISA LIMEPEWA SIFA YA HUDUMA185
MAJI YA UZIMA KWA NAFSI ZILIZO NA KIU185
SANITARIUM NA KAZI YA INJILI186
MIMEA INAHITAJIKA KWENYE MAENEO MENGI188
KATIKA ULIMWENGU WOTE188
SANITARIUM YA SYDNEY IWE YA KIELIMU193
FAIDA ZA KILIMO195
ONYO JUU YA MKUSANYIKO196
WAJIBU KWA MASKINI199
SANITARIUM ZETU ZA KUSINI MWA CALIFORNIA202
SABATO KATIKA SANITARIUM ZETU204
SANITARIUM KUBWA SI MUHIMU208
MABURUDISHO KATIKA SANITARIUM ZETU209
KUTIANA MOYO210
MAWAZO YA KIDINI YASIYOPASWA KUHIMIZWA KWA WAGONJWA213
KWA MADHEHEBU NA MATABAKA YOTE214
VITUO VYA MVUTO NA MAFUNZO215
WITO MKUU KWA WATENDAKAZI WA SANITARIUM ZETU217
MBADALA WA LISHE BORA221

SEHEMU YA 6—KAZI YA TAASISI ILIYOFANIKIWA222

SIRI YA MAFANIKIO222

TABIA YA KIADILI NA KIAKILI223

MATENGENEZO YA AFYA KATIKA SANITARIUM227

MATOKEO YA JITIHADA YA UAMINIFU228

DUMISHA KIWANGO CHA JUU230

MAHALI PA KITUO CHA AFYA230

ISIWE MIONGONI MWA MATAJIRI234

SI KWA AJILI YA WAJIPENDEZAO236

HALI ZA MJI238

KUTUMIA RASILIMALI VIZURI KATIKA KUANZISHA SANITARIUM238

FAIDA YA MAJENGO YA MBAO243

UCHUMI KATIKA UENDESHAJI243

UAMINIFU KWA TAASISI ZETU245

SANITARIAMU KAMA KITUO CHA UMISHENARI248

KUZINGATIA KANUNI249

KWA UTUKUFU WA MUNGU250

CHAPLEINI NA KAZI YAKE251

SHIKILIA UKWELI KATIKA USAFI WAKE252

KWA AJILI YA USITAWI WA WENGINE253

WATENDA KAZI WANAHITAJIKA253

UMUHIMU WA MBINU255

KUKABILIANA NA HISIA ZA MAPENZI255

NGUVU IKUZAYO MAWAZO SAFI257

UKOSOAJI NA UTAFUTAJI DOSARI257

MATOKEO YA DHAMBI INAPOLELEWA259

KUMTAZAMA YESU259
USHIRIKIANO KATI YA SHULE NA SANITARIUM261
USAWA KATIKA MASUALA YA MALIPO262
UCHUMI KWA KANUNI264
RIBA264
HAKUNA MISHAHARA MIKUBWA SANA267
KUWASAIDIA WALE WANAOHITAJI MSAADA267
WATENDA KAZI WA SANITARIUMU273
UTAMBUZI WA UTENDAKAZI MWEMA274
MFANO WA KRISTO274
KIASI NA KUTUMIA VYEMA277
SEHEMU YA 7—TABIBU WA KIKRISTO278
WITO WA WAJIBU278
KAZI YA TABIBU KWA AJILI YA ROHO287
ENEO LA MADAKTARI WAKUU292
KUJIANDAA KWA KILA KAZI NJEMA294
KUTOA USHAHIDI JUU YA UKWELI297
TIBA YA AKILI298
HURUMA KAMA YA KRISTO301
UVUMILIVU NA HURUMA303
MJUMBE WA REHEMA304
MATABIBU KUTUNZA NGUVU ZAO307
KAZI ITAKAYODUMU307
KILA MMOJA MAHALI PAKE312
HATARI NA FURSA312
HATARI ZA MAFANIKIO318
BIBILIA, MSHAURI WAKO319
VIGEZO VINAHITAJIKA322

KUOMBEA WAGONJWA323
KUJITOA NA IMANI326
IMANI NA MATENDO329
FURAHA KWA AJILI YA AFYA331
MVUTO WA DAKTARI332
UTII NA FURAHA335
SEHEMU YA 8—WAUGUZI NA WASAIDIZI335
MBINU ZA YESU KUFUATWA335
WITO KWA AJILI YA WAMISHENARI WA TIBA339
MAJUKUMU NA FURSA ZA WATENDAKAZI WA SANITARIUM344
UCHANGAMFU351
UFANISI HUTEGEMEA NGUVU352
UADILIFU MIONGONI MWA WATENDA KAZI353
USTAHIMILIVU356
PICHA YA HUZUNI356
NGUVU YA MUUNGANO358
KWENYE SHULE ZETU363
UKOSEFU WA NIDHAMU KATIKA MATUMIZI363
MVUTO WETU365
HAJA YA FURSA KWA AJILI YA UKUAJI WA KIKRISTO365
SEHEMU YA 9—KUFUNDISHA KANUNI ZA AFYA368
KANISA LINAPASWA KUAMKA368
WATENDAKAZI WA INJILI KUFUNDISHA MATENGENEZO YA AFYA373
MATENGENEZO YA KIASI373
KWENYE MIKUTANO YA MAKAMBI374
KAZI NZURI INAPOFANYWA KUWA NGUMU375

KUENEZA KANUNI ZA KIASI376
FUNDISHA KWA HEKIMA378
MAZOEZI SAHIHI YA DHAMIRI379
ALAMA YA UTII381
MAJARIBIO YA MAPEMA382
WEKA MBELE MATENGENEZO YA AFYA383
MATENGENEZO ENDELEVU YANAPASWA KUHIMIZWA384
SANITARIUM ZINAHITAJIKA WASHINGTON NA SEHEMU NYINGINE387
ELIMISHA, ELIMISHA, ELIMISHA387
KUTOJALI NA KUTOKUAMINI391
ONYO DHIDI YA WAGANGA WANAOTABIRI UMIZIMU392
UHARIBIFU UFANYWAO NA SHETANI397
MWINJILISTI WA VITABU NI MWALIMU399
KUGAWA MACHAPISHO401
MWITO403
MASOMO YA MUHIMU YA MATENGENEZO YA AFYA403
KWA NINI KUANZISHA SANITARIUM?405
SEHEMU YA 10—CHAKULA CHA AFYA406
MAANDALIZI YA CHAKULA CHA AFYA406
ELIMISHA WATU409
KAZI YA MGAHAWA415
WAFUNDISHE WATOTO KUPIKA419
MIGAHAWA KATIKA MIJI MIKUBWA420
MIGAHAWA NA VYUMBA VYA TIBA421
KUFUNGA SABATO421
UTAKATIFU WA SABATO424
VYAKULA VYA AFYA KWA NCHI ZOTE424

KATIKA NCHI ZA KUSINI425
KAMA TASNIA YA SHULE426
SEHEMU YA 11—KAZI YA UMISHENARI YA TIBA428
KAZI YA AWALI428
UINJILISTI WA TIBA433
UPANA WA KAZI437
KUANDAA ENEO JIPYA438
KRISTO MFANO WETU439
KAZI YA UMOJA440
MANENO YA TAHADHARI KWA DAKTARI KIONGOZI445
UASI DHIDI YA MATENGENEZO YA AFYA449
SIO KAZI NYINGINE TOFAUTI449
MFANO WA MMISHENARI WA TIBA451
INJILI KATIKA UTENDAJI454
KWA IMANI NA UNYENYEKEVU 34952
KUPATA NJIA YA KUINGIA461
WAINJILISTI WA UMISHENARI WA TIBA463
MBINU NA MIPANGO465
MADAKTARI NA WAINJILISTI467
KAZI KATIKA MIJI472
SANITARIUMS KAMA VITUO VYA JIJI477
HUDUMA YA KIROHO NA KAZI YA KITIBA479
SEHEMU YA 12—VIELELEZO KWA KUNDI481
UMUHIMU WA MFANO SAHIHI481
WAJIBU WA KUTUNZA AFYA484
USAFI WA KIJAMII487
MAZOEZI NA MLO493
MATENGENEZO YANAYOHITAJIKA495

VUGUVUGU LA MATENGENEZO499
SEHEMU YA 13—UTAKATIFU WA MAISHA500
TAA KATIKATI YA GIZA500
SOMO KUTOKA ANGUKO LA SULEMANI500
USHAURI KWA MADAKTARI NA WAUGUZI 3845
GHARAMA YA AFYA511
USAHILI KATIKA MAVAZI512
WAZAZI KAMA WANAMATENGENEZO522
JIHADHARI NA UPOTOVU WA MAADILI526
WATUMISHI WA DHAMBI530
KUPOFUSHWA NA DHAMBI536
UTAUWA NA AFYA539
HATUA YA MBELE542
DINI NA KURIDHIKA542
HITAJI LA KUJITOA544

SEHEMU YA 1—HITAJI LA ULIMWENGU WENGI WANAISHI KATIKA DHIKI

Testimonies for the Church 6:254-258 (1900)

Kristo alipoona umati wa watu waliokusanyika kumzunguka, "Akawahurumia, kwa sababu walikuwa wamechoka na kutawanyika kama kondoo wasio na mchungaji." Kristo aliona magonjwa, huzuni, uhitaji na udhalilishaji wa watu wengi waliosongamana katika hatua Zake. Kwake yaliwasilishwa mahitaji na maafa/ole za wanadamu duniani kote. Miongoni mwa walio juu na walio chini, walioheshimika zaidi na walioshushwa hadhi zaidi, Aliona nafsi zilizokuwa zikitamani baraka zile zile alizokuja kuleta, nafsi zilizohitaji tu ujuzi wa neema Yake ili kuwa raia wa ufalme Wake. "***Kisha akawaambia wanafunzi Wake, Mavuno ni mengi, lakini watenda kazi ni wachache; basi mwombeni Bwana wa mavuno apeleke watenda kazi katika mavuno Yake***." **Mathayo 9:36-38.** {CHSw 13.1}

Leo mahitaji sawa kama yale yapo. Ulimwengu unahitaji watenda kazi ambao watafanya kazi kama Kristo alivyofanya kwa ajili ya wanaoteseka na wenye dhambi. Hakika kuna umati wa kufikiwa. Ulimwengu umejaa magonjwa, mateso, dhiki, na dhambi. Umejaa wale wanaohitaji kuhudumiwa—wanyonge, wasiojiweza, wajinga, walioshushwa hadhi. {CHSw 13.2}

Njia ya Kuelekea Uangamivu

Vijana wengi wa kizazi hiki, katikati ya makanisa, taasisi za kidini, na nyumba zinazodai kuwa za Kikristo, wanachagua njia ya uangamivu/uharibifu. Kupitia mazoea yasiyo na kiasi wanajiletea magonjwa, na kupitia pupa ili kupata pesa kwa ajili ya tamaa zao

wanaanguka katika mazoea ya kukosa uaminifu. Afya na tabia vinaharibiwa. Wanakuwa wageni kwa **Mungu** na waliotengwa na jamii, roho hizi maskini huhisi kwamba hawana tumaini kwa maisha haya au maisha yajayo. Mioyo ya wazazi imevunjika. Wanaume wanawasema hawa wakosefu kama watu wasio na matumaini, lakini **Mungu** anawatazama watu hawa kwa huruma ya sikitiko nyororo. Yeye Anaelewa hali zote ambazo zimewafanya waanguke chini ya majaribu. Hili ni tabaka linalodai kazi. {CHSw 13.3}

Umaskini na Dhambi Vimesheheni

Kote duniani roho nyingi, si za vijana tu bali na wale wa zama zote, walio katika umaskini na dhiki, wamezama katika dhambi, na kulemewa na hisia ya hatia. Ni kazi ya watumishi wa **Mungu** kutafuta roho hizi, kuomba pamoja nao na kwa ajili yao, na kuwaongoza hatua kwa hatua kwa Mwokozi. {CHSw 14.1}

Lakini wale ambao hawatambui madai ya **Mungu** sio wale tu walio katika dhiki na wanaohitaji msaada. Katika ulimwengu wa leo, ambapo ubinafsi, tamaa, ulafi, uchoyo, na uonevu hutawala, wengi wa watoto wa Kweli wa Bwana wako katika uhitaji na taabu. Katika maeneo duni, yenye taabu, yakiwa yamezungukwa na umaskini, magonjwa, na hatia, wengi wanabeba kwa subira mzigo wao wenyewe wa mateso, na kujaribu kuwafariji watu wasio na tumaini na walio na dhambi karibu nao. Wengi wao kawaida hawajulikani na makanisa au kwa wahudumu; bali ni mianga ya Bwana, ing'aayo gizani. Kwa ajili ya hawa Bwana ana uangalizi wa pekee, na anawaita watu Wake wawe mkono Wake wa kusaidia katika kuwapatia mahitaji yao. Popote palipo na kanisa, umakini maalum unapaswa kutolewa katika kulitafuta kundi hil na kulihudumia. {CHSw 14.2}

Mahitaji ya Matajiri

Na tunapofanya kazi kwa ajili ya maskini, tunapaswa kuzingatia pia matajiri, ambao nafsi zao ni za thamani sawa, mbele ya **Mungu**. Kristo alifanya kazi kwa wote ambao wangesikia Neno Lake. Hakuwatafuta tu watoza ushuru na watu waliofukuzwa na kutengwa, bali Mfarisayo matajiri na wale wenye utamaduni,wakuu wa Kiyahudi, na watawala wa Kirumi. Tajiri anahitaji kufanyiwa kazi katika upendo na hofu ya **Mungu**.

Mara nyingi sana huamini utajiri wake na hahisi hatari yake. Mali ya dunia ambayo Bwana amewakabidhi wanadamu mara nyingi ni chanzo cha majaribu makubwa. Kwa hiyo maelfu wanaongozwa katika kuendekeza dhambi zas tamaa zao za mwili ambazo zinathibitishwa katika mazoea ya kutokuwa na kiasi na maovu. {CHSw 15.1}

Miongoni mwa wahasiriwa wenye hali mbaya ya uhitaji na dhambi wanapatikana wengi ambao hapo awali walikuwa na mali. Watu wa tasnia, vituo na miito mbalimbali na vyeo mbalimbali katika maisha wameshindwa na uchafu wa dunia, kwa matumizi ya vileo vikali, kwa kujiingiza katika kuendekeza katika tamaa za mwili, wameanguka chini ya majaribu. Ingawa hawa walioanguka wanasisimua huruma yetu na kudai msaada wetu, je, uangalifu fulani haupaswi kutolewa pia kwa wale ambao bado hawajashukachini kwenye vilindi hivi, lakini ambao wanaiweka miguu yao kuelekea katika njia ile ile? Kuna maelfu ya watu wanaokalia nyadhifa za heshima na manufaa ambao wana tabia ambazo wanazibembeleza/wanaziendekeza, nazo zinamaanisha uharibifu kwa nafsi na mwili. Je, jitihada za dhati na bidii zaidi hazipaswi kufanywa ili kuwaelimisha? {CHSw 15.2}

Wahudumu wa Injili, wakuu wa nchi, waandishi, watu wenye mali na talanta, watu wenye uwezo mkubwa wa kibiashara na wenye uwezo na mamlaka kwa manufaa, wako katika hatari ya kutisha kwa sababu hawaoni umuhimu wa kuwa na kiasi thabiti katika mambo yote, **sio kwa njia finyu ya ukali au isiyo na mpangilio, bali kwa kuzingatia kusudi kuu la Mungu kwa wanadamu. Kama kanuni za kiasi cha kweli zingeweza kuletwa mbele yao kwa namna hiyo, kuna watu wengi wa tabaka la juu ambao wangetambua thamani yao na kuwakubali watu wanaoleta habari njema kwao kwa moyo wote.** {CHSw 15.3}

Utajiri Udumuo kwa Hazina ya Duniani

Kuna hatari nyingine ambayo tabaka za matajiri huoanikwa huko haswa, na hapa pia kuna uwanja wa kazi ya mmishenari wa tiba. Umati wa watu waliofanikiwa katika ulimwengu na ambao kamwe hawainami katika aina za kawaida za uovu, bado wanaletwa kwenye maangamizo kupitia kupenda utajiri. Wakimezwa katika hazina zao za kidunia, hawana

hisia kwa madai ya **Mungu** na mahitaji ya wanadamu wenzao. Badala ya kuona mali zao kama talanta ya kutumika kwa utukufu wa **Mungu** na kuinuliwakwa ubinadamu, wanaitazama kama ni njia ya kujifurahisha na kujitukuza wenyewe. Wanaongeza nyumba kwa nyumba na ardhi kwa ardhi, wanajaza nyumba zao kwa anasa (luxuries), huku kwenye mitaa kumejaa/kumezagaa uhitaji, na wote wanaowazunguka ni wanadamu katika taabu na uhalifu, katika magonjwa na kifo. Wale wanaotoa maisha yao kwa kujitumikia wenyewe wanasitawisha ndani yao wenyewe, sio sifa za **Mungu**, bali sifa za Shetani. {CHSw 16.1}

Wanadamu hawa wanahitaji Injili. Wanahitaji kugeuzwa macho yao kutoka kwenye ubatili wa vitu vya kimwili vya hapa duniani, ili kutazama thamani ya utajiri wa kudumu. Wanahitaji kujifunza furaha ya kutoa, baraka ya kuwa watenda kazi pamoja na **Mungu**. {CHSw 16.2}

Watu wa kundi hili mara nyingi ndio wagumu zaidi kuwafikia, lakini Kristo atafungua njia ambazo wanaweza kufikiwa. Hebu watendakazi wenye hekima zaidi, wanaoaminika zaidi, wenye matumaini zaidi, watafute roho hizi. Kwa hekima na busara iliyozaliwa na upendo wa **Mungu**, pamoja na ubora, uungwana, usafi wa moyo na adabu inayotokana peke yake na uwepo wa Kristo ndani ya roho, hebu na wafanye kazi kwa wale ambao, wametekewa na uzuri wa utajiri wa dunia, ili waweze kuona utukufu wa hazina ya mbinguni. Acha watenda kazi wajifunze Biblia pamoja nao, wakikazia Kweli takatifu hadi mioyoni mwao. Wasomeeni Maneno ya **Mungu**: “***Bali kwa Yeye ninyi mmepata kuwa katika Kristo Yesu, aliyefanywa kwetu hekima itokayo kwa Mungu, na haki, na utakatifu, na ukombozi. "Bwana asema hivi, Mwenye hekima asijisifu kwa sababu ya hekima yake, wala mwenye nguvu asijisifu kwa sababu ya uwezo wake, wala tajiri asijisifu kwa sababu ya utajiri wake; Mimi, ya kuwa Mimi Ndimi Bwana, nitendaye rehema, na hukumu, na haki, katika nchi; maana Mimi napendezwa na mambo hayo, asema BWANA.” "Ambaye katika Yeye tuna ukombozi wetu, msamaha ya dhambi, sawasawa na wingi wa neema Yake." Lakini Mungu Wangu atawajazeni kila mnachohitaji kwa kadiri ya utajiri Wake katika utukufu ndani ya Kristo Yesu***." **1 Wakorintho 1:30; Yeremia 9:23, 24; Waefeso 1:7; Wafilipi 4:19.** {CHSw 16.3}

Wito au Ombi kama hilo, linalofanywa katika Roho ya Kristo,

halitafikiriwa kuwa lisilofaa. Litagusa mioyo ya watu wengi katika madaraja ya juu. {CHSw 17.1}

Kwa jitihada zinazofanywa kwa hekima na upendo, matajiri wengi wanaweza kuamshwa na kutambua wajibu wao na kuwajibika kwao kwa **Mungu**. Inapowekwa wazi kwamba **Bwana** anawatarajia kama wawakilishi Wake kuwapa afueni wanadamu wanaoteseka, wengi wataitikia na watatoa uwezo/mali zao na huruma yao kwa ajili ya kunufaisha maskini. Wakati mawazo yao yanapovutwa hivyo mbali na masilahi yao ya kibinafsi, wengi wataongozwa kujisalimisha wenyewe kwa Kristo. Wakiwa na talanta zao za ushawishi na mali na uwezo wao wataungana kwa furaha katika kazi ya rehema na mmishenari mnyenyekevu ambaye alikuwa wakala wa **Mungu** katika uongofu wao. Kwa matumizi sahihi ya hazina yao ya kidunia watajiwekea "*hazina isiyopungua mbinguni, mahali ambapo mwivi hakaribii, wala nondo haharibu*." Watajiwekea hazina ambayo hekima hutoa, naam “utajiri udumuo na uadilifu.” -**Testimonies for the Church 6:254-258 (1900)** {CHSw 17.2}

JAMII ILIYOENDELEA KUDHOOFIKA NA KUHARIBIKIWA NA KWENDA CHINI

Hali ya sasa ya familia dhaifu ya ubinadamu iliwasilishwa mbele yangu. Kila kizazi kimekuwa kikizidi kudhoofika, na magonjwa ya kila aina yanaisumbua jamii ya wanadamu. Maelfu ya wanadamu maskini wenye ulemavu, wenye miili yenye ugonjwa, wenye mishipa ya fahamu iliyosukwa-sukwa, na wenye akili zenye huzuni wanaishi maisha ya huzuni kubwa. Nguvu ya Shetani juu ya jamii ya wanadamu inaongezeka. Kama Bwana asipokuja hivi karibuni na kuziharibu nguvu zake, dunia haitachukua muda kuwa bila watu. {CHSw 18.1}

Nilioneshwa kuwa nguvu ya Shetani inashinikizwa zaidi hasa kwa watu wa **Mungu**. Wengi waliwasilishwa mbele yangu katika hali ya mashaka, ya kukata tamaa. Udhaifu wa mwili huathiri akili. Adui mjanja na hodari huzifuatilia hatua zetu na hutumia nguvu na ustadi wake katika kujaribu kutuondoa kwenye njia sahihi. Na mara nyingi sana watu wa **Mungu** hawako kwenye kituo chao cha kesha kufanya ulinzi, kwa hivyo hawajui ujanja wake. Yeye hufanya kazi kwa namna itakayomficha vizuri

asionekane, na mara nyingi hutimiza kusudi lake. — **Testimonies for the Church 1:304 (1862).** {CHSw 18.2}

UKIUKAJI WA SHERIA ZA MWILI

[Christian Temperance and Bible Hygiene, 7-12 (1890).]

Hapo mwanzo mwanadamu alitoka mikononi mwa **Muumba** wake akiwa mkamilifu katika mpangilio, muundo na mzuri kwa umbo. Ukweli kwamba kwa miaka elfu sita mwanadamu ameweza kustahimili uzito unaoongezeka wa magonjwa, uhalifu na uovu ni ushahidi tosha wa nguvu ya uvumilivu aliyopewa tangu mwanzo wakati wa uumbaji. Na ingawa watu wa kabla ya gharika kwa ujumla walijitoa katika maisha ya dhambi bila vizuizi, ilichukua zaidi ya miaka elfu mbili kabla athari ya uvunjaji wa sheria za asili kuonekana kwa wazi. Kama Adamu asingelipewa uwezo mkubwa (nguvu kubwa) zaidi wa kimwili kuliko ule walio nao wanadamu sasa, kizazi cha wanadamu kingalikuwa kimeangamia kabisa muda mrefu uliopita. {CHSw 19.1}

Katika vizazi vilivyofuata tangu anguko, mwelekeo wa mwanadamu umekuwa daima wa kushuka chini. Maradhi yamerithishwa kutoka kwa wazazi kwenda kwa watoto, kizazi baada ya kizazi. Hata watoto wachanga katika utoto wao wanateseka kwa sababu ya dhambi za wazazi wao. … {CHSw 19.2}

Wazee wa imani kuanzia Adamu hadi Nuhu, isipokuwa wachache, waliishi karibu miaka elfu moja. Tangu wakati huo, wastani wa maisha ya mwanadamu umekuwa ukipungua. {CHSw 19.3}

Wakati wa ujio wa kwanza wa Kristo, jamii ya ubinadamu ilikuwa imeharibikiwa mno kiasi kwamba siyo tu wazee, bali hata vijana na watu wa makamo waliletwa kutoka kila mji kwenda kwa Mwokozi ili waponywe magonjwa yao. Wengi walibeba mzigo wa mateso yasiyoweza kuelezeka. {CHSw 19.4}

Kuvunjwa kwa sheria za mwili, pamoja na mateso yake na mauti ya mapema, kumeendelea kwa muda mrefu sana kiasi kwamba matokeo yake yamechukuliwa kama sehemu ya asili ya mwanadamu; lakini **Mungu** hakumuumba mwanadamu katika hali dhaifu namna hii. Hali hii

sio kazi ya majaliwa ya **Mungu** bali ya mwanadamu mwenyewe. Imeletwa na desturi mbaya—kwa kuvunja sheria ambazo **Mungu** aliziweka kuongoza maisha ya mwanadamu. Uasi wa kudumu dhidi ya sheria za asili ni uasi wa kudumu dhidi ya sheria ya **Mungu**. Kama wanadamu wangalitii daima sheria ya Amri Kumi, na kuyatekeleza maongozi yake maishani mwao, laana ya magonjwa yanayofurika ulimwenguni leo isingekuwapo…. {CHSw 19.5}

Wanadamu wanapochukua njia yoyote inayopoteza bure nguvu zao za uhai au inayoelemea akili zao gizani, wanatenda dhambi dhidi ya **Mungu**; hawamtukuzi katika miili na roho zao, ambavyo ni mali Yake. Lakini licha ya dharau hii ambayo mwanadamu amemletea **Mungu**, bado upendo Wake umeenea kwa wanadamu wote, Naye anaruhusu nuru ing'ae ili mwanadamu aone kwamba ili kuishi maisha kamilifu ni lazima atii sheria za asili zinazotawala uhai wake. Ni jambo lenye uzito kiasi gani, basi, kwa mwanadamu kutembea katika nuru hii, akitumia nguvu zake zote—za mwili na za akili—kwa utukufu wa **Mungu**! {CHSw 20.1}

Watu wa Mungu Kusimama Katika Utakatifu

Tupo katika dunia inayopinga haki na usafi wa tabia, na hasa ukuaji katika neema. Popote tunapotazama, tunaona unajisi, uchafu na upotovu, upungufu na dhambi. Haya yote yanapingana kabisa na kazi ambayo lazima ikamilishwe ndani yetu kabla ya kupokea karama ya kutokufa. Wateule wa **Mungu** ni lazima wasimame bila kuchafuliwa katikati ya maovu yanayozidi kuongezeka na kutokota katika siku hizi za mwisho. Miili yao ni lazima iwe mitakatifu, na roho zao safi. Ikiwa kazi hii itakamilishwa, sharti ianze mara moja, kwa bidii na kwa ufahamu. Roho wa **Mungu** anapaswa kuwa na udhibiti kamili, akiongoza kila tendo. {CHSw 20.2}

Matengenezo ya afya ni tawi moja la kazi kuu ya kuwaandaa watu kwa ajili ya kuja kwa Bwana. Yameunganishwa kwa karibu na ujumbe wa malaika wa tatu kama vile mkono ulivyo sehemu ya mwili. Sheria ya Amri Kumi imepuuzwa na mwanadamu; hata hivyo Bwana hatakuja kuwaadhibu wavunjaji wa sheria hiyo bila kwanza kuwapelekea ujumbe wa onyo. Wanadamu hawawezi kukiuka sheria za asili kwa kuridhisha tamaa zilizo potovu na tamaa za mwili bila pia kukiuka sheria ya **Mungu**.

Kwa hiyo ameiruhusu nuru ya matengenezo ya afya iangaze juu yetu, ili tutambue ubaya wa kuivunja sheria alizozisimamisha ndani ya miili yetu wenyewe. {CHSw 20.1}

Baba yetu wa mbinguni anaona hali ya kusikitisha ya wanadamu ambao wengi wao, kwa ujinga, wanapuuzia kanuni za afya. Ni kwa upendo na huruma kwa wanadamu ndipo anapofanya nuru ya matengenezo ya afya ing'ae. Yeye Anatangaza sheria Yake na adhabu zake, ili wote wajifunze kile kilicho kwa manufaa yao ya juu kabisa. Anatangaza wazi wazi sheria Yake, na kuifanya iwe dhahiri, kiasi kwamba inakuwa kama mji uliowekwa juu ya mlima. Viumbe vyote vyenye akili vinaweza kuuelewa ikiwa watataka. Hakuna mwingine anayeweza kuwajibika kuwa na hatia. {CHSw 21.1}

Upumbavu wa Ujinga

Kufafanua sheria za asili kwa uwazi, na kusisitiza utii wake, ni kazi inayofuatana na ujumbe wa malaika wa tatu. Ujinga sio kisingizio tena kwa kosa la sheria. Nuru inang'aa kwa uwazi, na hakuna anayetakiwa kubaki mjinga; kwa maana **Mungu** mkuu Mwenyewe Ndiye mwalimu wa mwanadamu. Wote wamefungwa kwa wajibu mtakatifu kabisa kushika falsafa ya Kweli na uzoefu halisi ambao **Mungu** sasa anawapatia kuhusu matengenezo ya afya. Mapenzi Yake ni kwamba mada hii izingatiwe, na akili za watu ziamshwe kwa bidii kuichunguza; kwa maana haiwezekani kwa wanaume na wanawake, wakiwa bado chini ya nguvu za mazoea ya dhambi, yanayoharibu afya na kudhoofisha akili, kufahamu na kuuthamini Ukweli mtakatifu. {CHSw 21.2}

Wale walio radhi kupata maarifa kuhusu athari za kujihusisha na tamaa mbaya dhidi ya afya, na wakaanza kazi ya matengenezo, hata kwa nia ya ubinafsi, kwa kufanya hivyo wanaweza kujipatia nafasi ambapo Ukweli wa Mungu unaweza kufikia mioyo yao. Na, kwa upande mwingine, wale walioguswa na kuwasilishwa kwa Ukweli wa Maandiko, wapo katika nafasi ambayo dhamiri yao inaweza kuamshwa juu ya somo la afya. Wanaona na kuhisi hitaji la kujitenga na mazoea na tamaa zilizowatawala kwa muda mrefu na kuwajeruhi. Wapo wengi ambao wangepokea Kweli za Neno la **Mungu**, kwa kuwa akili zao zimethibitishwa na ushahidi ulio wazi kabisa; lakini tamaa za kimwili,

zinapiga mayowe kwa ajili ya kuridhishwa, zinatawala akili, na wanaukataa Ukweli kwa sababu unapingana na tamaa zao za mwili. Fikira za wengi zimeshuka hadi kiwango cha chini sana kiasi kwamba **Mungu** hawezi kufanya kazi kwao wala pamoja nao. Mwelekeo wa mkondo wa mawazo yao lazima ubadilike, hisia zao za kimaadili lazima ziingizwe upya, kabla ya kuhisi madai ya **Mungu**. {CHSw 22.1}

Mtume Paulo anawasihi waumini wa kanisa, "***Basi, ndugu zangu, nawasihi, kwa huruma Zake Mungu, itoeni miili yenu iwe dhabihu iliyo hai, takatifu, ya kumpendeza Mungu, ndiyo ibada yenu yenye maana***" **Warumi 12:1**. Tamaa mbaya huutia unajisi mwili na kumfanya mwanadamu asiwe tayari kwa ibada ya kiroho. Yeye anayetunza nuru ambayo **Mungu** amempa kuhusu matengenezo ya afya, anakuwa na msaada wa muhimu katika kazi ya kutakaswa kwa njia ya Kweli, na kuandaliwa kwa ajili ya kutokufa. Lakini akipuuzia nuru hiyo na kuishi kwa kukiuka sheria za asili, lazima atalipa kwa adhabu; nguvu zake za kiroho zitalemewa na kupooza, na atawezaje kukamilisha utakatifu katika hofu ya **Mungu**? {CHSw 22.2}

Wanadamu wamelitia unajisi hekalu la roho, na **Mungu** anawaita waamke na kujitahidi kwa bidii yote kupata tena ubinadamu/utu wao uliotolewa na **Mungu**. Hakuna kitu kingine ila neema ya **Mungu** kinachoweza kushuhudia na kubadilisha moyo; kutoka Kwake peke yake ndipo watumwa wa mazoea wanaweza kupata nguvu ya kuvunja minyororo inayowafunga. Haiwezekani kwa mtu kuutoa mwili wake uwe dhabihu iliyo hai, takatifu, ikimpendeza **Mungu**, wakati akiendelea kujitumbukiza katika mazoea yanayompunguzia nguvu za kimwili, kiakili, na kimaadili. Tena mtume asema, "....*Wala msiifuatishe namna ya dunia hii; bali mgeuzwe kwa kufanywa upya nia zenu, mpate kujua hakika mapenzi ya Mungu yaliyo mema, ya kumpendeza, na ukamilifu.* **Warumi 12:2** {CHSw 22.3}

Kama Ilivyokuwa Katika Siku za Nuhu

Yesu, akiwa ameketi juu ya Mlima wa Mizeituni, aliwapa wanafunzi Wake maelekezo kuhusu ishara ambazo zingelitangulia kuja Kwake: ***Kwa maana kama vile ilivyokuwa siku za Nuhu, ndivyo kutakavyokuwa kuja kwake Mwana wa Adamu. Kwa kuwa kama vile siku zile zilizokuwa***

kabla ya Gharika watu walivyokuwa wakila, na kunywa, wakioa na kuolewa, hata siku ile aliyoingia Nuhu katika safina, wasitambue, hata Gharika ikaja, ikawachukua wote, ndivyo kutakavyokuwa kuja Kwake Mwana wa Adamu. Mathayo 24:37-39

Dhambi zilezile zilizouletea ulimwengu hukumu katika siku za Nuhu zipo hata katika siku zetu. Wanaume na wanawake sasa wamezidisha kula na kunywa kwao kiasi cha kuishia katika ulafi na ulevi. Dhambi hii iliyoenea—ya kufuata tamaa iliyopotoka ya kula na kunywa—iliamsha tamaa mbaya katika siku za Nuhu, na kusababisha ufisadi ulioenea kote. Ukatili na dhambi zilifika mbinguni. Uchafu huu wa maadili mwishowe ulifagiliwa mbali kutoka duniani kwa njia ya Gharika. {CHSw 23.1}

Dhambi hizo hizo za ulafi na ulevi zilipooza hisia za kimaadili za wakaaji wa Sodoma, kiasi kwamba uhalifu ukaonekana kama furaha na starehe na matamanio ya wanaume na wanawake wa mji ule waovu. Hivyo Kristo anaionya dunia: "*Na kadhalika, kama ilivyokuwa katika siku za Lutu, walikuwa wakila na kunywa, walikuwa wakinunua na kuuza, wakipanda na kujenga; lakini siku ile Lutu aliyotoka Sodoma kulinyesha moto na kibiriti kutoka mbinguni vikawaangamiza wote. Hivyo ndivyo itakavyokuwa siku ile atakayofunuliwa Mwana wa Adamu.* Luka 17:28-30 {CHSw 23.2}

Kristo ametuachia hapa somo muhimu sana. Yeye Anataka kutuonyesha hatari ya kuupa ulaji na unywaji kipaumbele cha kwanza maishani. Yeye Anawasilisha mbele yetu matokeo ya kulewa na tamaa isiyozuiliwa ya ulaji. Nguvu za maadili hudhoofika, kiasi kwamba dhambi haionekani tena kama dhambi. Uhalifu huchukuliwa kwa wepesi, na tamaa hutawala akili, hadi kanuni njema na misukumo ya wema kung'olewa kabisa, na Mungu anatukanwa. Yote haya ni matokeo ya ulaji na unywaji wa kupita kiasi. Hali hii hasa ndiyo ambayo Kristo alitangaza kuwa itakuwepo wakati wa kuja Kwake mara ya pili. {CHSw 24.1}

Mwokozi anatuonyesha lengo la juu zaidi la kulifanyia kazi kuliko tu swali la kula nini na kunywa nini, au kuvaa nini. Ulaji, unywaji na mavazi vimechukuliwa kupita kiasi, kiasi kwamba vinakuwa uhalifu. Haya ni miongoni mwa dhambi kuu za siku za mwisho, na ni alama ya kuja kwa Kristo kwa karibu. Muda, fedha na nguvu ambavyo ni mali ya Bwana, na

ambavyo ametukabidhi, vinapotezwa kwa anasa za mavazi na vyakula vya kifahari vya kutosheleza tamaa iliyo potovu, vinavyopunguza nguvu za uhai na kuleta mateso na kuoza. Haiwezekani kuwasilisha miili yetu kama dhabihu iliyo hai kwa **Mungu** wakati tunapoendelea kuijaza kwa uchafu, ufisadi na maradhi kwa kujiridhisha dhambi zetu wenyewe. Elimu yahitajika kuhusu namna ya kula, kunywa na kuvaa ili kuhifadhi afya. Maradhi ni matokeo ya kukiuka sheria za asili. Wajibu wetu wa kwanza—kwa **Mungu**, kwa nafsi zetu, na kwa wanadamu wenzetu—ni kuzitii sheria za **Mungu**. Sheria hizi zinajumuisha pia sheria za afya. {CHSw 24.2}

KAZI YA MATENGENEZO INAHITAJIKA

Tunaishi katikati ya "mlipuko wa ugonjwa wa uhalifu," ambapo watu wenye kufikiri, walio na busara, na wanaomcha **Mungu** kila mahali wanashtuka kwa tishio hilo. Upotovu unaoshamiri, kalamu ya kibinadamu haiwezi kuuelezea. Kila siku hufunua mambo mapya ya magomvi ya kisiasa, rushwa, na ulaghai. Kila siku hufunua rekodi inayohuzunisha moyo ya ukatili na uasi wa sheria, ripoti za kutojali mateso ya wanadamu, ukatili, udhalimu vinavyoleta uangamivu wa maisha ya mwanadamu. Kila siku inashuhudia kuongezeka miongoni mwa watu wenda wazimu, mauaji, na kujiua. Ni nani anayeweza kutilia shaka kwamba mawakala wa kishetani wanafanya kazi miongoni mwa wanadamu pamoja na kushughulika zaidi katika kuvuruga, kupotosha akili, na kuunajisi na kuuharibu mwili? {CHSw 25.1}

Na wakati ulimwengu ukiwa umejaa maovu haya, Injili mara nyingi huwasilishwa kwa namna ya kutojali sana kiasi cha kugusa moyo kidogo tu kwenye dhamiri au maisha ya wanadamu. Kila mahali kuna mioyo inayolilia kitu fulani ambacho haina. Wanatamani nguvu ambayo itawapa uwezo wa kushinda dhambi, nguvu ambayo itawakomboa toka katika utumwa wa uovu, nguvu ambayo itawapatia afya, uzima na amani. Wengi ambao hapo awali walijua nguvu ya Neno la **Mungu** wamekaa mahali ambapo **Mungu** hatambuliwi, na wanatamani uwepo wa Bwana. {CHSw 25.2}

Ulimwengu leo unahitaji kile ulichokihitaji miaka elfu mbili iliyopita—ufunuo wa Kristo. Kazi kubwa ya matengenezo inahitajika, na ni

kwa neema ya Kristo tu kwamba kazi ya urejeshwaji wa kimwili, kiakili na kiroho inaweza kukamilishwa. **—The Ministry of Healing, 142, 143 (1905).** {CHSw 25.3}

MANDHARI

Testomonies for the Church 7:271-272 (1902)

Ulimwengu hauko katika umoja, hakika umeteguka. Tunapotazama picha, mwonekano wa nje unaonekana wa kukatisha tamaa. Lakini Kristo anawakaribisha kwa sadikisho la matumaini wanaume na wanawake wote wanaotusababishia kukatishwa tamaa. Ndani yao Anaona sifa ambazo zitawawezesha kuchukua nafasi katika shamba Lake la mizabibu. Ikiwa wataendelea kuwa wanafunzi daima, kupitia majaliwa uongozi Wake atawafanya kuwa wanaume na wanawake wanaofaa kufanya kazi ambayo haiko nje ya uwezo wao; kupitia mwangaza wa Roho Mtakatifu, Yeye atawapa nguvu ya kutamka. {CHSw 26.1}

Sehemu nyingi kame, ambazo hazijafanyiwa kazi lazima zifanyiwe kazi na watu wapya ambao hawajazoea kazi. Mwangaza wa mtazamo wa Mwokozi juu ya ulimwengu utachochea ujasiri kwa watenda kazi wengi, ambao, ikiwa wataanza kwa unyenyekevu, na kuweka mioyo yao katika kazi hiyo, wataonekana watu sahihi kwa wakati na mahali sahihi. Kristo anaona taabu zote na kukata tamaa kwa ulimwengu, hali ambayo inaweza kuwalemea watendakazi wetu wenye uwezo mkubwa na uzito wa kukatisha tamaa kukubwa sana hata wasijue jinsi ya kuanza kazi ya kuongoza wanaume na wanawake katika mzunguko wa kwanza wa ngazi. Njia zao sahihi zina thamani ndogo. Wangeweza kusimama juu ya mzunguko wa chini wa ngazi, wakisema: "Njooni mahali tulipo." Lakini roho maskini hazijui wapi pa kuweka miguu yao. {CHSw 26.2}

Moyo wa Kristo unafurahishwa kwa kuwaona wale ambao ni masikini katika kila hali; Yeye huwatia moyo kwa mtazamo Wake wa wale wanaotendewa vibaya walio wapole; Yeye huwatia moyo na wale wanaoonekana kuwa na njaa kwa ajili ya haki na kwa wengi kushindwa kuanza. Huwakaribisha, kama ilivyokuwa, hali halisi ya mambo ambayo yangeweza kuwavunja moyo wachungaji wengi. Yeye husahihisha uchaji-Mungu wetu uliopotoka, akiwapa mzigo wa kazi kwa ajili ya masikini na

wahitaji katika maeneo magumu kwa wanaume na wanawake walio na mioyo inayoweza kuhisi kwa ajili ya wajinga na kwa ajili ya wale walio nje ya njia. Bwana anawafundisha watenda kazi hawa jinsi ya kukutana na wale anaowataka wasaidiwe. Watatiwa moyo waonapo milango inafunguliwa kwa ajili ya wao kuingia mahali ambapo wanaweza kufanya kazi ya umishenari wa tiba/tiba. Wanampa **Mungu** utukufu wote kwa kutojitumainia nafsi zao. Mikono yao inaweza kuwa inakwaruza na isiyo na ujuzi, lakini mioyo yao ni miepesi kuona huruma; wamejazwa na hamu ya dhati ya kufanya kitu ili kupunguza huzuni nyingi sana; na Kristo Yupo kwa ajili ya kuwasaidia. Yeye hufanya kazi kupitia wale wanaotambua rehema katika taabu, inayopatikana kwenye upotevu wa vitu vyote. Wakati Nuru ya ulimwengu inapopita, fursa na fadhili huonekana katika magumu yote, utaratibu katika machafuko, mafanikio na hekima ya **Mungu** katika yale ambayo huonekana kutowezekana. {CHSw 26.3}

Ndugu na dada zangu, katika huduma yenu muwakaribie watu-nendeni karibu na watu. Wainueni wale waliotupwa chini. Chukulia misiba kama baraka zilizojificha, na taabu kama rehema. Fanya kazi kwa namna ambayo italeta matumaini kusimama juu, mahali pa kukata tamaa. {CHSw 27.1}

Mungu, Chanzo cha Hekima na Nguvu

Ningemwambia kila mtendakazi: Nenda kwa imani ya unyenyekevu, na Bwana atakwenda nawe. Lakini kesheni katika maombi. Hii ndio sayansi ya kazi yako. Nguvu ni za **Mungu**. Fanyeni kazi kwa kumtegemea Yeye, mkikumbuka kwamba ninyi ni watenda kazi pamoja Naye. Yeye Ndiye Msaidizi wako. Nguvu zako zinatoka Kwake. Yeye atakuwa hekima yako, haki yako, utakaso wako na ukombozi wako. **-Testimonies for the Church 7:271, 272 (1902).** {CHSw 27.2}

DINI NA AFYA

[Christian Temperance and Bible Hygiene, 13, 14 (1890).]

Wazo linaloshikiliwa na baadhi kwamba hali ya mambo ya kiroho ni hatari kwa afya ni ujanja wa Shetani. Dini ya Biblia siyo tishio kwa afya ya mwili wala akili. Ushawishi wa Roho wa **Mungu** ndiyodawa bora kabisa kwa ugonjwa. Mbinguni kuna afya kamilifu, huko ni afya tupu; na kadiri

mtu anavyoruhusu mvuto wa mbinguni kupenya ndani yake, ndivyo ahueni ya mgonjwa mwenye imani inavyokuwa hakika zaidi. Kanuni za Kweli za Ukristo hufunua chanzo cha furaha isiyo na kipimo kwa wote. Dini ni chemchemi isiyokauka, ambako Mkristo anaweza kunywa kwa mapenzi yake bila kumaliza chemichemi. {CHSw 28.1}

Uhusiano uliopo kati ya akili na mwili ni wa karibu sana. Wakati kimoja kinaathiriwa, kingine huona huruma. Hali ya akili huathiri afya ya mfumo mzima wa mwili. Akili inapokuwa huru na yenye furaha kwa sababu ya ufahamu wa kutenda lililo jema na kwa kupata kuridhika katika kuwaletea wengine furaha, huzaa moyo wa shangwe unaorudi kuutia nguvu mwili wote, na kusababisha mzunguko wa damu kuwa wa rahisi zaidi na kuuratibu mwili mzima vyema. Baraka ya **Mungu** ni nguvu ya uponyaji, na wale wanaojitoa kwa wingi kuwabariki wengine watapokea baraka hiyo ya ajabu mioyoni na katika maisha yao yote. {CHSw 28.2}

Wakati wanadamu waliokuwa wamejizoesha tabia mbaya na matendo ya dhambi wanaponyenyekea chini ya nguvu ya Kweli ya Kiungu, matumizi ya Kweli hiyo moyoni hufufua nguvu za maadili zilizokuwa kana kwamba zimepooza. Mpokeaji hupokea ufahamu ulio imara na wenye uwazi zaidi kuliko alivyokuwa kabla ya kuunganisha nafsi yake kwenye Mwamba wa milele. Hata afya yake ya mwili huimarika kwa kutambua usalama wake ndani ya Kristo. Baraka ya maalumu ya **Mungu** inayomkalia mpokeaji, yenyewe ni afya na nguvu yenyewe. {CHSw 28.3}

Wale wanaotembea katika njia ya hekima na utakatifu hugundua kwamba...***utauwa hufaa kwa mambo yote; yaani, unayo ahadi ya uzima wa sasa, na ya ule utakaokuwapo baadaye***. **1 Timotheo 4:8** Wao wanaishi kwa furaha ya kuonja raha halisi za maisha, na hawasumbuki kwa majuto yasiyo na maana juu ya muda uliotumika vibaya, wala hawafikii misukosuko/mashaka ya huzuni kama vile mtu wa dunia anavyokuwa mara nyingi pale ambapo hawapati burudani fulani yenye msisimko. Utauwa au utumishi kwa **Mungu** haupingani na sheria za afya, bali unapatana nazo kikamilifu. Hofu ya Bwana, kumcha Mungu, ndio msingi wa ustawi wa kweli wa maisha yote. {CHSw 29.1}

UPENDO WA KRISTO NGUVU YENYE KUPONYA

Injili inapopokelewa katika uhalisia wa usafi na nguvu zake, ni tiba ya

magonjwa yanayotokana na dhambi. Jua la Haki huchomoza, “likiwa na uponyaji katika mbawa Zake.” Malaki 4:2. Sio kila ambacho ulimwengu huu unakitoa kinaweza kuponya moyo uliovunjika, au kutoa amani ya moyo, au kuondoa masumbufu, au kufukuza magonjwa. Umaarufu, akili nyingi, talanta—yote haya hayana uwezo wa kufurahisha moyo wenye huzuni au kurejesha maisha yaliyotumiwa vibaya. Uzima wa **Mungu** nafsini ndio tumaini pekee la mwanadamu. {CHSw 29.2}

Upendo ambao Kristo huutawanya mwilini mwote ni nguvu imleteayo mtu uhai. Kila sehemu muhimu—ubongo, moyo, na mishipa ya fahamu—pendo hilo huvigusa kwa uponyaji. Kwa pendo Lake, nguvu zote huamshwa ili zitende kazi. Pendo hili huweka huru roho kutoka kwenye hatia na huzuni, wasiwasi na masumbufu, ambavyo hukandamiza nguvu za uhai. Pamoja nao huu upendo, huja utulivu, kujitawala nafsi na amani. Unapandikiza ndani ya nafsi ya mtu furaha ambayo hakuna kitu duniani kinachoweza kuiharibu, —furaha katika Roho Mtakatifu, —iletayo afya- na kumpa mtu furaha ya uzima. **— The Ministry of Healing, 115 (1905).** {CHSw 29.3}

NAMNA YA KRISTO YA UPONYAJI

The Desire of Ages, 823-825 (1898)

Ulimwengu huu ni jumba kubwa la wagonjwa wa ukoma, lakini Kristo alikuja kuponya wagonjwa, kutangaza kuokolewa kutoka katika utumwa wa Shetani. Yeye Alikuwa afya na nguvu ndani Yake Mwenyewe. Aliweka uzima Wake ndani ya wagonjwa, wenye shida, waliopagawa na mapepo. Yeye Hakumfukuza yeyote aliyekuja kupata nguvu Yake ya kuponya. Alijua kwamba wale waliomwomba msaada walikuwa wamekuja na magonjwa; lakini hakukataa kuwaponya. Na pindi uweza wa Kristo ulipoingia ndani ya mioyo ya maskini hawa, walisadikishwa dhambi zao, na wengi waliponywa magonjwa yao ya kiroho, pamoja na maradhi ya mwili. Bado Injili ina nguvu ile ile, na kwa nini sisi leo tusishuhudie matokeo kama yale? {CHSw 30.1}

Kristo anasikia maumivu ya kila mwenye shida aumiaye. Wakati roho wachafu wanapochana mwili wa mwanadamu, Kristo anahisi laana hiyo. Wakati homa inapokuwa ikiwaka katika mkondo wa maisha, Yeye

anayasikia maumivu hayo. Naye Yuko tayari kuponya sasa kama wakati ule alipokuwa duniani katika mwili. Watumishi wa Kristo ndio wawakilishi Wake, mifereji ya kazi Zake. Yeye Anatamani kuonyesha uweza Wake wa kuponya kupitia hao. {CHSw 30.2}

Namna Mwokozi alivyoponya magonjwa mna fundisho kwa wanafunzi Wake. Katika tukio moja alipaka macho ya mtu kipofu kwa matope, na akamwambia, "***Nenda kanawe katika birika ya Siloamu, . . . Basi akaenda na kunawa; akarudi anaona***." **Yohana 9:7**. Uponyaji ule ungefanywa tu kwa uweza wa Mponyaji Mkuu Yule, lakini Kristo alitumia njia nyepesi ya asili. {CHSw 30.3}

Wakati hakuonekana akitumia tiba ya vidonge (drugs medication), aliruhusu matumizi ya tiba za asili nyepesi. Kwa wagonjwa wengi waliopokea uponyaji, Yesu alisema, "***Usitende dhambi tena, lisije likakupata jambo lililo baya zaidi.***" **Yohana 5:14**. Hivyo alifundisha kwamba ugonjwa ni matokeo ya kukiuka sheria za **Mungu**, zote mbili, yaani, za asili na za kiroho. Maumivu makubwa duniani yasingekuwepo ikiwa watu wangedumu kuishi kwa kupatana na mpango wa Mwumbaji…….{CHSw 30.4}

Mafundisho haya ni kwa ajili yetu. Kuna masharti ya kuzingatiwa na wote wanaotaka kuhifadhi afya. Lazima wote wajifunze masharti haya. Bwana hapendezwi na ujinga unaohusu sheria Zake, ziwe za asili au za kiroho. Tunapaswa tuwe watenda-kazi pamoja na **Mungu** kwa ajili ya kurejesha afya ya mwili na ya roho. {CHSw 31.1}

Na tunapaswa tufundishe wengine namna ya kuhifadhi na kurejesha afya. Kwa wagonjwa tunapaswa kutumia tiba ambayo **Mungu** ametoa katika vitu vya asili, na tunapaswa tuwaelekeze Kwake Yeye pekee awezaye kurejesha. Ni kazi yetu kuwapeleka wagonjwa na wenye mateso kwa Kristo katika mikono ya imani yetu. Tunapaswa tuwafundishe kumwamini Mponyaji Mkuu. Tunapaswa tushikilie ahadi Zake, na kuomba udhihirisho wa nguvu Zake. Kiini chenyewe cha Injili ni urejeshaji, na Mwokozi anatubidisha tuwatie moyo wagonjwa, wasio na tumaini, na wenye shida washikilie nguvu Zake. {CHSw 31.2}

Nguvu ya upendo ilikuwa katika kuponya kote kwa Kristo, na ni katika kushiriki upendo ule tu, kwa imani, ndipo tunapoweza kuwa nyezo za kazi

Yake. Ikiwa tunapuuza kujiunganisha na Kristo kwa mwunganiko wa kimbingu, mkondo wa nguvu iletayo uzima hauwezi kutiririka katika vijito vilivyojaa kutoka kwetu kwenda kwa watu. Kuna mahali ambapo hata Mwokozi hakuweza matendo mengi makuu kwa sababu ya kutokuamini kwao. Vivyo hivyo sasa pia, kutokuamini kunalitenganisha kanisa na Msaidizi wake wa kimbingu. Lina udhaifu wa kushindwa kushikilia Ukweli wa milele. Kwa kanisa kukosa imani, **Mungu** anafadhaishwa, na kupokonywa utukufu Wake. -**The Desire of Ages, 823-825 (1898)**. {CHSw 31.3}

DAKTARI MKRISTO KAMA MMISHENARI

[The Medical Missionary, Januari, 1891]

Wale ambao Kristo anaishi ndani ya mioyo yao watakuwa na upendo kwa roho ambazo Yeye Alikufa kwa ajili yao. Wale walio na upendo wa kweli Kwake watakuwa na shauku ya dhati ya kufanya wengine waelewe upendo Wake. {CHSw 32.1}

Ninahisi huzuni kuona wachache tu wenye mzigo wa kweli kwa wenzetu walioko gizani. Hebu pasiwepo na nafsi iliyoongoka kweli kweli yenye kukaa kama mvivu asiyejali kwenye shamba la Bwana. Mamlaka yote amepewa Kristo, mbinguni na duniani, na Yeye atawapa nguvu wafuasi Wake kwa kazi kuu ya kuvuta wanadamu Kwake. Yeye kwa wakati wote anasukuma vyombo vya kibinadamu katika njia zao alizoziweka mbinguni, kote duniani, akiahidi kuwa pamoja nao daima. Malaika wa mbinguni— “**elfu kumi mara elfu kumi, na elfu mara elfu**” (**Ufunuo 5:11**)—wametumwa kama wajumbe kwa dunia, kushirikiana na mawakala wa kibinadamu kwa ajili ya wokovu wa roho. Kwa nini imani yetu katika Ukweli mkubwa tunaousambaza haiwashi moto mkali katika madhabahu ya mioyo yetu? Kwa nini, nauliza, tukizingatia ukubwa wa Kweli hizi, si kila anayedai kuziamini ana juhudi/hamasa ya kimishenari, hamasa inayopaswa kuja kwa wote wanaoshirikiana na Mungu? {CHSw 32.2}

Nani Atakayesema, “Nitume Mimi”?

Kazi ya Kristo inapaswa kufanywa. Wale wanaoamini Ukweli wanapaswa kujitoa wakfu kwa Mungu. Huko ambako kwa sasa kuna

wachache wanaoshiriki katika kazi ya utume, kunapaswa kuwa na mamia. Ni nani atakayehisi umuhimu na ukubwa wa neema ya Kiungu kwa kazi hii? Ni nani atakakayejikana nafsi yake? Wakati Mwokozi anapowaita watendakazi, ni nani atakayesema, “Nipo hapa, nitume mimi”? {CHSw 32.3}

Kuna haja ya wamishenari wa ndani na wa maeneo ya ugenini. Kuna kazi iliyo karibu nasi ambayo kwa ajabu imepuuzwa na wengi. Wote waliyoonja “***Neno zuri la Mungu, na nguvu za zamani zijazo***” (**Waebrania 6:5**), wana kazi ya kufanya kwa wale walioko nyumbani kwao na miongoni mwa majirani zao. Injili ya wokovu lazima itangazwe kwa wengine. Kila mtu aliyehisi nguvu ya Mungu inayobadilisha anakuwa, kwa namna fulani, mmishenari. Kuna marafiki ambao anaweza kuzungumza nao kuhusu upendo wa Mungu. Anaweza kushuhudia mbele ya kanisa kuwa Bwana ni nani kwake, ya kuwa ni Mwokozi wake binafsi; na ushuhuda unaotolewa kwa unyenyekevu na usahili unaweza kuleta matokeo mazuri zaidi ya hotuba yenye maneno mengi. Kuna kazi kubwa pia inayopaswa kufanywa katika kuwatendea haki wote na kutembea kwa unyenyekevu mbele za Mungu. Wale wanaofanya kazi zilizo karibu nao wanapata uzoefu utakaoandaa wigo mpana zaidi wa kutumika. Lazima kuwe na uzoefu katika kazi ya umishenari wa nyumbani kama maandalizi kwa ajili ya kazi kwenye maeneo ya ugenini. {CHSw 33.1}

Huduma kwa Wagonjwa

Je, kazi ya Bwana itafanywa kwa namna gani? Tunawezaje kuzifikia roho zilizofichwa ndani ya giza totoro? Hofu/chuki lazima ishughulikiwe; dini iliyoharibika ni ngumu kuishughulikia. Njia na mbinu bora zaidi za kufanya kazi lazima zizingatiwe kwa maombi. Kuna njia ambazo milango mingi itafunguliwa kwa ajili ya umishenari. Kama muuguzi, anapaswa awe mwenye ufahamu mahiri katika kutoa huduma kwa wagonjwa, au kama ni daktari ajifunze jinsi ya kutibu magonjwa; na ikiwa anaongozwa na Roho ya Kristo ndani yake, kazi ya namna hii itamfaa inapofunguliwa mbele yake kwani atakuwa ni mtu mwenye kunufaisha wanadamu! {CHSw 33.2}

Kristo alikuwa Mwokozi wa dunia. Wakati wa maisha Yake duniani, wagonjwa na walioteswa walikuwa ni watu aliowahurumia kwa namna ya kipekee. Alipowatuma wanafunzi Wake, Aliwaagiza kwenda kuponya wagonjwa pamoja na kuhubiri Injili. Alipowatuma sabini, Aliwaamuru Kwenda kuponya wagonjwa, kisha kuhubiri kuwa ufalme wa Mungu ulikuwa umekaribia kwao. Afya yao ya kimwili ilipaswa kutunzwa kwanza, ili njia iweze kuandaliwa ya kuupokea Ukweli katika akili zao. {CHSw 33.3}

Mbinu ya Kristo ya Uinjilisti

Mwokozi alitumia muda na jitihada nyingi zaidi katika kuponya wagonjwa kuliko kufundisha tu. Agizo Lake la mwisho kwa wanafunzi Wake, wawakilishi Wake duniani, ilikuwa kuwawekea wagonjwa mikono ili wapone. Wakati Bwana atakaporudi, Atawapongeza wale waliotembelea wagonjwa na kuwasaidia waliyokuwa wahitaji. {CHSw 34.1}

Hisia za huruma za Mwokozi wetu zilielekezwa kwa wanadamu waliopotea na wanaoteseka. Ikiwa ungependa kuwa mfuasi Wake, inakupasa kupalilia huruma ya kujali. Kutokujali mateso ya binadamu kunapaswa kuondolewa na kuchukuliwa na shauku ya kweli kwa ajili ya maumivu ya wengine. Mjane, yatima, mgonjwa na aliye mahututi, daima watahitaji msaada. Hii ni fursa ya kueneza Injili—kumwinua Yesu aliye tumaini na faraja ya wanadamu wote. Wakati yule mwenye kuteseka anaposaidiwa dhidi ya mateso, na kuonyesha shauku ya kweli kwa walio na mateso, moyo hufunguka, na unaweza kumimina ndani yake zeri ya mbinguni. Ikiwa unamtazama Yesu na unachota kutoka Kwake maarifa, nguvu na neema, unaweza kueneza faraja Yake kwa wengine, kwa sababu Mfariji Yupo pamoja nawe. {CHSw 34.2}

Utakutana na chuki nyingi, shauku potofu nyingi, usongo bandia/feki na utauwa usiotakiwa, lakini nyumbani na katika maeneo ya ugenini, utapata mioyo mingi zaidi iliyokuwa ikijiandaa kwa ajili ya mbegu ya Kweli kuliko unavyodhani, na watapokea kwa furaha ujumbe wa Bwana unaowasilishwa mbele yao. {CHSw 34.3}

Lakini hakupaswi kuwepo na udanganyifu, maisha ya ndumilakuwili, unafiki, upotofu, katika maisha ya mtendakazi. Ingawa makosa, hata kama yanashikiliwa kwa dhati, ni hatari kwa mtu yeyote, unafiki katika

kazi ya ile Kweli ni jambo la kufisha zaidi-la kufisha. {CHSw 35.1}

Fanya Kazi kwa Bidii na Ari

Hatuwezi kuwa watazamaji wavivu katika matukio yanayochochea njia ya ujio wa pili wa Bwana. Inatupasa kuwa na bidii na shauku ya askari wa Kikristo. Kila mtu asiye upande wa Kristo, yupo kinyume Naye. ***Mtu asiye pamoja Nami yu kinyume Changu; na mtu asiyekusanya pamoja Nami hutapanya.*** **Mathayo 12:30.** Kutokuwa hai kunasajiliwa katika vitabu vya mbinguni kama upinzani dhidi ya kazi ya Kristo, kwa sababu kunazaa matunda sawa na yale ya uhasama ulio dhahiri. Mungu anawaita watendakazi walio hai. {CHSw 35.2}

Kadri macho yetu yanavyoona kwa uwazi vivutio vya dunia ya baadaye, ndivyo mioyo yetu itakavyo kuwa na kujali na wasiwasi zaidi kwa ajili ya wakaazi wa dunia hii kwa kina zaidi. Hatuwezi kuwa na mtazamo wa kibinafsi tu. Tunaishi katika wakati wa pambano mahususi kati ya nguvu za nuru na zile za giza. Songeni mbele; hebu nuru yenu na iangaze; ikisambaza miale yake kote ulimwenguni. Kristo na malaika wa mbinguni, wakishirikiana na mawakala wa kibinadamu, watawezesha sehemu za kazi ambazo hazijakamilika zifikie ukamilifu. Kutoshiriki sehemu yetu kwa sababu tunapenda starehe zetu, au tunataka kuepuka matatizo na uchovu, si kung'aa; na ni jambo la kutisha jinsi hatia hiyo ilivyo kubwa, na matokeo yake ya kutisha yalivyo! {CHSw 35.3}

Kuna wale ambao wanapaswa kujiandaa kuwa madaktari wamishenari na wauguzi wa Kikristo. Kisha milango itafunguliwa ndani ya familia za tabaka za juu pamoja na zile za maskini. Ushawishi wote tunaoweza kuuonyesha lazima utolewew akfu kwa ajili ya kazi hii. Kuanzia nyumbani utume unapaswa kutoa mwendelezo wa nuru iliyo hai, inayowaka, ambayo inaizunguka dunia, yaani inayotoa mwangwi wa sauti na mvuto: “***Na Roho na Bibi-arusi wasema, Njoo! Naye asikiaye na aseme, Njoo! Naye mwenye kiu na aje; na yeye atakaye, na ayatwae maji ya uzima bure”*** **Ufunuo wa Yohana 22:17”**. {CHSw 35.4}

MATOKEO YA TABIA MBAYA

Kuna nguvu ndogo sana ya maadili katika ulimwengu unaodai kuwa wa KiKristo. Mazoea mabaya yameingizwa, na sheria za kimwili na kimaadili zimepuuzwa mpaka kufikia hatua ya kuziweka sawa na viwango vya

chini vya kidunia kwa ujumla. Mazoea ambayo hupunguza kiwango cha afya ya kimwili hudhoofisha nguvu za kiakili na kimaadili. Kuendekeza kwa tamaa za mwili na zisizo za asili hupelekea kuwapo na ushawishi unaotawala kwenye neva za ubongo. Viungo vya wanyama vinaimarishwa, wakati maadili yanafadhaika. Haiwezekani kwa mtu asiye na kiasi kuwa MKristo, kwa kuwa nguvu zake za juu zinaletwa katika utumwa wa tamaa. **— Testimonies for the Church 3:51 (1871).** {CHSw 36.1}

ULIMWENGU HAUJAONYWA

Tunayo kazi kubwa mbele yetu, kazi ya mwisho ya kutoa ujumbe wa mwisho wa onyo la **Mungu** kwa ulimwengu wenye dhambi. Lakini tumefanya nini katika kutoa ujumbe huu? Angalia, nakusihi, katika maeneo mengi, mengi ambayo hayajawahi kufikiwa. Angalia watendakazi wetu wakikanyaga juu ya uwanja huo huo, karibu kila wakati na karibu nao kuna ulimwengu uliopuuzwa, uliolala katika uovu na ufisadi— ulimwengu ambao bado haujaonywa. Kwangu mimi hii ni picha mbaya. Je, ni kutokujali kubaya kiasi gani tunakoonyesha kwa mahitaji ya ulimwengu unaopotea na kuharibika! **— Testimonies for the Church 7:103 (1902).** {CHSw 36.2}

SEHEMU YA 2—MAMBO MUHIMU KWA AFYA

UFAHAMU WA KANUNI ZA MSINGI

[The Health Reformer, August, 1866, Vol. 1, no. 1.]

Wengi wamekuwa wakiniuliza, “Ni njia ipi nifuate ili kutunza afya yangu kwa usahihi?” Jibu langu ni hili: Acha kukiuka sheria za uhai wako; acha kuridhisha tamaa iliyopotoka; kula chakula rahisi; vaa kwa namna yenye afya, ambayo huhitaji unyenyekevu, staha na unyofu; fanya kazi kwa namna yenye afya; nawe hutaugua. {CHSw 37.1}

Kuwa mgonjwa ni dhambi, kwa kuwa magonjwa wote ni matokeo ya uvunjaji wa sheria. Wengi wanateseka kwa sababu ya uvunjaji wa sheria uliofanywa na wazazi wao. Hawawezi kulaumiwa kwa dhambi za wazazi wao; lakini ni wajibu wao kubaini ni wapi wazazi wao walikiuka sheria za uhai, na kwa njia hiyo wakawarithisha uzao wao urithi wa mateso; na katika pale ambapo tabia za wazazi wao zilikuwa mbaya, wanapaswa kubadilisha mwenendo wao na kwa kujizoeza kuishi mazoea sahihi, na waweke nafsi zao katika hali bora ya kiafya. {CHSw 37.2}

Wanaume na wanawake wanapaswa kujielimisha kuhusu falsafa ya afya. Akili za viumbe wenye kufikiri kwa hekima, zimefunikwa na giza kuhusu muundo wa miili yao na jinsi ya kuitunza katika hali ya afya. Kizazi cha sasa kimeweka matumaini ya miili yao kwa madaktari na roho

zao kwa wachungaji. Je, hawamlipi mchungaji vyema ili awasomee Biblia kwa niaba yao ili wao wasijisumbue? Na si jukumu lake kuwaambia kile wanachopaswa kuamini, na kutatua maswali yote yenye shaka ya theolojia bila uchunguzi wa moja kwa moja kwa upande wao? Na wanapougua, humuita daktari—huamini kila anachowaambia, na kumeza chochote anachowaandikia kama dawa; kwa kuwa je, hawamlipi ada kubwa na kwa ukarimu, na Je, sio kazi yake kufahamu maradhi yao na kujua dawa ya kuwaponya bila wao kujisumbua na jambo hilo? {CHSw 37.3}

Afya imeunganishwa kwa karibu sana na furaha yetu, kiasi kwamba hatuwezi kuwa na furaha bila afya. Maarifa ya kivitendo kuhusu sayansi ya uhai wa mwanadamu ni ya lazima ili kumtukuza Mungu katika miili yetu. Kwa hiyo, ni jambo la muhimu sana kwamba kati ya masomo yanayochaguliwa kwa ajili ya watoto, elimu ya mwili (fiziolojia) iwe nafasi ya kwanza. Ni wachache mno wanaofahamu chochote kuhusu muundo na kazi za miili yao na kuhusu sheria za asili! Wengi wanazungukazunguka bila maarifa, kama meli baharini bila dira au nanga; na la kusikitisha zaidi, hawana shauku ya kujifunza namna ya kuitunza miili yao katika hali ya afya na kuzuia maradhi. {CHSw 38.1}

Kujinyima au Kujikana nafsi Ni Jambo la Msingi

Kujifurahisha kwa tamaa za mwili kumewaharibu na kuwafanya wengi kuwa watumwa. Kujinyima na kuzuia tamaa za mwili ni jambo la lazima ili kuinua na kuimarisha hali bora ya afya na maadili, na kusafisha jamii iliyoharibika. Kila uvunjaji wa kanuni katika kula na kunywa hupunguza uwezo wa kutambua mambo, na kufanya akili isiweze kufahamu au kuthamini kwa usahihi mambo ya milele. Ni jambo la muhimu sana kwamba wanadamu wasiwe wajinga kuhusu matokeo ya ulafi. Kiasi katika mambo yote ni sharti kwa ajili ya afya na kwa ajili ya kukuza na kuendeleza tabia njema ya Kikristo. {CHSw 38.2}

Wale wavunjao sheria za Mungu katika miili yao, hawatachelewa kuvunja sheria ya Mungu iliyotamkwa kutoka Sinai (amri kumi). Wale ambao, baada ya kupata nuru, hawali na kunywa kwa kufuata kanuni bali kwa kushikwa na tamaa, hawatakuwa waaminifu kushikilia kanuni katika

mambo mengine pia. Mjadala juu ya matengenezo katika kula na kunywa utadhihirisha tabia na bila shaka utawafunua bila makosa wale wanaofanya “tumbo lao kuwa mungu wao.” {CHSw 39.1}

Wajibu wa Wazazi

Wazazi wanapaswa kuamka na kwa kumcha Mungu waulize, “Ni nini kilicho Kweli? Au Kweli ni nini” Wajibu mzito mno umewekwa juu yao. Wanapaswa kuwa wataalamu wa kivitendo wa fiziolojia, ili wajue tabia sahihi na zisizo sahihi za kimwili, na hivyo waweze kuwaelekeza watoto wao. Wengi wako ujingani na wasiojali kuhusu elimu ya kimwili na maadili ya watoto wao kama ilivyo katika ulimwengu wa wanyama. Na bado wanathubutu kubeba wajibu wa kuwa wazazi! {CHSw 39.2}

Kila mama anapaswa kufahamu sheria zinazoongoza maisha ya mwili. Anapaswa kuwafundisha watoto wake kwamba kujifurahisha kwa tamaa za mwili kunaleta hali isiyo ya kufisha katika mfumo wa mwili na kudhoofisha hisia zao za kimaadili. Wazazi wanapaswa kutafuta nuru na Kweli kama mtu atafutaye hazina zilizofichwa. Wajibu mtakatifu umetolewa kwa wazazi wa kutengeneza tabia za watoto wao tangu wakiwa wachanga. Wanapaswa kuwa walimu na pia waganga kwa watoto wao. Wanapaswa kufahamu mahitaji ya asili na sheria za asili. Kutii kwa makini sheria ambazo Mungu ameziweka ndani ya miili yetu kutaleta afya, na hakutakuwepo na uvunjaji wa kanuni kutakaowashawishi wagonjwa kumwita tabibu ili awarekebishie upya mambo tena , ‘kwa kubandika kiraka cha afya’. {CHSw 39.2}

Wengi hufikiri kwamba wana haki ya kuutendea mwili wao wapendavyo, lakini wanasahau kwamba miili yao si mali yao wenyewe. Muumba wao, aliyewaumba, anayo madai juu yao ambayo hawawezi kwa haki kuyatupilia mbali. Kila uvunjaji usio wa lazima wa sheria ambazo Mungu ameweka ndani ya miili yetu, kwa hakika ni uvunjaji wa sheria ya Mungu, na ni dhambi kubwa machoni pa Mbinguni sawasawa na kuvunja Amri Kumi. Ujinga juu ya jambo hili la muhimu ni dhambi; kwa sasa nuru inamulika juu yetu, na hatuna udhuru tusipoithamini nuru hiyo na kuwa na ufahamu sahihi kuhusu mambo haya, ambayo ni faida yetu kubwa zaidi kuyajua hapa duniani. {CHSw 40.1}

HEKIMA YA KAZI ZA MUNGU

Waongoze watu wajifunze udhihirisho wa pendo na hekima vya Mungu katika kazi za maumbile ya asili. Waongoze watu kujifunza maumbile yaliyoumbwa kwa jinsi ya ajabu, mfumo wa mwanadamu, na sheria ambazo zinauongoza. Wale ambao wanatambua ushahidi wa upendo wa Mungu, wanaoelewa mambo fulani yahusuyo hekima na manufaa ya sheria Zake, na matokeo ya utii, watafikia hatua ya kuzingatia wajibu na majukumu yao kutoka kwenye mtazamo tofauti kabisa. Badala ya wao kuona kwamba ushikaji wa sheria za afya ni kama kujitoa mhanga au kujikana nafsi, wataliona jambo hili kuwa ni baraka isiyo na kifani. **—The Ministry of Healing, 147 (1905).** {CHSw 40.2}

Kila mtendakazi wa injili anapaswa kuelewa kwamba uwasilishaji wa mafundisho ya kanuni za maisha bora yenye afya ni sehemu ya wito wa kazi yake aliyoteuliwa kuifanya. Kwenye kazi hii kuna hitaji kubwa, na ulimwengu uko tayari na wazi kwa ajili yake. **—The Ministry of Healing, 147 (1905).** {CHSw 40.3}

UDHIBITI MWILI

[The Review and Herald, December 1, 1896]

Uhai ni zawadi kutoka kwa Mungu. Tumepewa miili yetuili kuitumia katika huduma ya **Mungu**, Naye anataka tuithamini na kuitunza. Tumejaliwa uwezo wa kimwili pamoja na kiakili. Misukumo na tamaa zetu za mwili hukaa katika mwili, kwa hiyo hatupaswi kufanya jambo lolote litakalotia unajisi hii amana tuliyopewa. Miili yetu inapaswa kudumishwa katika hali bora iwezekanavyo kimwili, na iwe chini ya ushawishi wa kiroho ulio safi kabisa, ili tuweze kutumia vyema vipawa vyetu. Soma **1 Wakorintho 6:13.** {CHSw 41.1}

Matumizi mabaya ya mwili hupunguza muda ambao **Mungu** alikusudia utumike katika huduma Yake. Kwa kujiruhusu kuingia katika mazoea mabaya, kwa kukesha mpaka usiku wa manane, kwa kujiridhisha kwa tamaa ya kula zinazogharimu afya, tunaweka msingi wa udhaifu. Kwa kupuuza kufanya mazoezi ya mwili, kwa kuutumikisha mno mwili au akili, tunaharibu balansi/usawa wa mishipa ya fahamu. Wale wanaofupisha maisha yao kwa kupuuza sheria za asili ni wana hatia mbele za Mungu, kwa kuwa wanamnyang'anya **Mungu** kile kilichopaswa kutumika katika

huduma Yake takatifu. Hatuna haki ya kupuuza au kutumia vibaya mwili, akili, au nguvu tulizopewa, ambavyo vimekusudiwa kumtolea Mungu huduma iliyowekwa wakfu. {CHSw 41.2}

Wote wanapaswa kuwa na uelewa makini juu ya mwili wa mwanadamu, ili waudumishe katika hali inayofaa kwa kazi ya Bwana. Wale wanaojizoeza katika mambo yanayodhoofisha nguvu za mishipa ya fahamu (neva) na kupunguza nguvu ya mwili na akili, hujinyima ufanisi katika kazi ambayo Mungu amewakabidhi. Kwa upande mwingine, maisha safi na yenye afya ni ya manufaa makubwa kwa ukamilifu wa tabia ya Kikristo na kwa ukuaji wa uwezo wa mwili na akili. {CHSw 41.3}

Sheria ya kiasi lazima idhibiti maisha ya kila Mkristo. Mungu anapaswa awe katika mawazo yetu daima; utukufu Wake unapaswa kuwa daima mbele ya macho yetu. Ni lazima tujitenge na kila ushawishi unaoweza kuteka mawazo yetu na kutuondoa kwa Mungu. Tuna wajibu mtakatifu mbele za Mungu wa kudhibiti miili yetu, kutawala tamaa na hisia zetu, ili visiweze kutuondoa katika usafi wa moyo na utakatifu, wala kuondoa akili zetu kutoka katika kazi ambayo Mungu ametupatia. **Soma Warumi 12:1.** {CHSw 42.1}

KUZINGATIA MLO RAHISI

Ikiwa kuna wakati ambao chakula kilipaswa kuwa cha aina rahisi zaidi, ni sasa. Nyama haipaswi kuwekwa mbele ya watoto wetu. Ushawishi wake ni wa kusisimua na kuimarisha mazoea mabaya yanayohusu maadili, na ina tabia ya kuua nguvu za maadili. Nafaka na matunda yaliyotengenezwa bila mafuta ya wanyama (grease au mafuta mazito), na katika hali ya asili iwezekanavyo, yanapaswa kuwa chakula cha meza za wote wanaodai wanajiandaa kwa kubadilishwa kwenda mbinguni. Chakula, kinacholeta homa kwa udogo- kisichotiwa vitu vingi vya kusisimua mwili, kinasaidia zaidi tamaa za mwili kuweza kudhibitiwa kwa urahisi. kuridhisha utamu wa ladha hakupaswi kuzingatiwa bila kujali afya ya mwili, akili, au maadili. —**Testimonies for the Church 2:352 (1869).** {CHSw 42.2}

Kuendekeza mazoea mabaya ya maadili yaendayo chini, kutaongoza wengi kufunga macho yao katika nuru, kwani wanaogopa kuwa wataona dhambi ambazo hawako tayari kuziacha. Wote wanaweza kuona ikiwa

watafanya hivyo. Ikiwa watachagua giza badala ya nuru, uhalifu wao hautakuwa mdogo. Kwa nini wanaume na wanawake hawasomi, na kupata akili juu ya vitu hivi vinavyoathiri sana nguvu zao za kimwili, kiakili na za kimaadili? — **Testimonies for the Church 2:352 (1869).** {CHSw 42.3}

MMENUNULIWA NA MUNGU

Testomonies for the Church 2:354-359 (1869)

"Au hamjui ya kuwa mwili wenu ni hekalu la Roho Mtakatifu aliye ndani yenu, Mliyepewa na Mungu? Wala ninyi si mali yenu wenyewe; maana mlinunuliwa kwa thamani. Sasa basi, mtukuzeni Mungu katika miili yenu" 1 Wakorintho 6:19, 20. {CHSw 43.1}

Sisi sio mali yetu wenyewe. Tumenunuliwa kwa thamani kubwa, hata kudhihirishwa kwa mateso na kifo cha Mwana wa Mungu. Ikiwa tungeweza kuelewa hili, na kulitambua kikamilifu, tungepata hisia ya majukumu muhimu yaliyo juu yetu yanayotuhitaji kujiweka katika hali bora kabisa ya afya, ili tuweze kumpa Mungu huduma kamilifu. Lakini tunapochukua njia yoyote tu ambayo inapunguza nguvu zetu za mwili, au inadhofisha nguvu zetu, na kuleta ukungu akilini mwetu, basi hatumtukuzi katika miili na roho zetu ambazo ni Zake, bali tunafanya kosa kubwa mbele Zake. {CHSw 43.2}

Je! Yesu amejitoa kwa ajili yetu? Je! Gharama kubwa imelipwa ili kutukomboa? Je si hivyo basi, kwamba sisi sio mali yetu wenyewe? Je! Ni kweli kwamba nguvu zote za uhai wetu, miili yetu, roho zetu, vyote tulivyo navyo na tulivyo, ni mali ya Mungu? Kwa kweli ni hivyo. Na tunapogundua hili, ni wajibu wa kiasi gani unaotuangukia kujinyekekeza kwa Mungu ili Yeye Aweze kutuhifadhi katika hali hiyo ili tumtukuze Yeye hapa duniani kwa miili yetu na katika roho zetu ambazo ni Zake. {CHSw 43.3}

Thawabu ya Utakatifu

Tunaamini pasipo shaka kwamba Kristo anakuja hivi karibuni. Hii sio hekaya kwetu; ni jambo halisi. Hatuna shaka, wala hatukuwa na shaka kwa miaka, kwamba Mafundisho ya imani ambayo tunayo leo ni Ukweli wa leo na kwamba tunakaribia hukumu. Sisi tunajiandaa kukutana na Yeye ambaye, akisindikizwa na mkusanyiko wa malaika watakatifu,

atatokea katika mawingu kutoka mbinguni kuwapa waaminifu na wenye haki mguso wa mwisho wa kutokufa. Yeye Anapokuja, hatakujakutusafisha dhambi zetu na kuondoa mapungufu yetu, au kutuponya udhaifu wa hasira na tabia zetu. Ikiwa kazi hii imefanyika kwetu, basi itakuwa imemalizika kabla ya wakati huo. Wakati Bwana atakapokuja, wale walio watakatifu watakuwa watakatifu bado. Wale ambao wamehifadhi miili yao na roho zao katika utakatifu, katika utakaso na heshima, basi watapokea mguso huo wa mwisho wa kutokufa. Lakini wale ambao wasio waadilifu, wasiotakaswa, na wachafu watabaki hivyo milele. Hakuna kazi itakayofanyika kwao ili kuondoa mapungufu yao na kuwapa tabia takatifu. Msafishaji hataanza kuketi ili kufuatilia mchakato Wake wa kusafisha na kuondoa dhambi zao na ufisadi wao. Haya yote yanapaswa kufanyika katika kipindi hiki cha rehema au majaribio. Ni Sasa hivi ambapo kazi hii inapaswa kutimizwa kwetu kwenye karakana Yake hapa duniani. {CHSw 43.4}

Sasa tuko kwenye karakana ya Mungu. Wengi wetu ni mawe yasiyo laini kutoka kwenye machimbo. Lakini tunaposhikilia Ukweli wa Mungu, mvuto wake unatuathiri. Ukweli unatuinua, unatukamilisha na unatuondolea kila dhambi na kutostahili kwetu kwa aina yeyote. Hivyo tunaandaliwa kumwona Mfalme katika uzuri Wake na mwishowe kuungana na malaika wakamilifu wa mbinguni katika ufalme wa utukufu. Ni hapa ndiyo kazi hii inapaswa kutimizwa kwa ajili yetu, hapa ndiyo miili na roho zetu zinajitayarisha kuvalishwa kutokufa. {CHSw 44.1}

Kazi ya Utakaso

Tuko katika ulimwengu ambao unapingana na haki na usafi wa tabia, na ukuaji wa neema. Popote tunapoangalia tunaona ufisadi na unajisi, ulemavu na dhambi. Je! Ni kazi gani tunayopaswa kufanya kabla ya kuvishwa kutokufa? Ni kuhifadhi miili yetu kwa utakatifu, usafi wa roho, ili tuweze kusimama bila mawaa mahali ambapo pana uharibifu uliojaa na kutokota karibu nasi katika siku hizi za mwisho. Na ikiwa kazi hii haijamalizika tunahitajika kujihusisha nayo mara moja, kwa moyo wote

na kwa uelewa. Ubinafsi haupaswi kuja hapa kutushawishi. Roho wa Mungu anapaswa kuwa na udhibiti kamili juu yetu, akiwa mshawishi wa matendo yetu yote. Ikiwa tunapata tunaishikilia mbingu inavyotakiwa, na kushika nguvu inayotakiwa ya kutoka juu mbinguni, tutahisi ushawishi wa utakaso wa Roho wa Mungu juu ya mioyo yetu. {CHSw 44.2}

Wakati tumejaribu kuwasilisha matengenezo ya afya kwa ndugu na dada zetu, na tumezungumza nao juu ya umuhimu wa kula na kunywa na kufanya yote wanayofanya kwa utukufu wa Mungu, wengi kwa matendo yao wamesema: "Sio shuguli yako kunipangia kwamba nile hivi au vile. Chochote tutakachofanya ni sisi wenyewe tutakaobeba athari zake." Wapendwa, mmekosea sana. Sio nyinyi peke yenu tu mnaoumia mkienda njia isiyo sahihi. Jamii mnayoishi inabeba matokeo ya makosa yenu, kwa kiwango kikubwa, na vile vile ninyi wenyewe. {CHSw 45.1}

Ikiwa unateseka na kutokuwa na kiasi kwako kwa kula au kunywa, sisi ambao tuko karibu nawe au tunaohusika nawe tunashiriki nawe na tunaathiriwa na udhaifu wako pia. Tunalazimika kuteseka kwa sababu ya mwenendo wako mbaya. Ikiwa ipo hali inayopunguza nguvu zako za akili au mwili, wakati tupo katika jamii yako, nasi tunaathiriwa nayo. Ikiwa, badala ya kuwa mchangamfu wa roho, wewe ni mwenye huzuni, unatupa kwa wengine kivuli cha roho hiyo hiyo kwa wale wanaokuzunguka. Ikiwa tuna huzuni, sonona, na wenye matatizo nawe u katika hali nzuri kiafya, wewe utakuwa na akili zako shwari za kutuonyesha njia ya kutoka kwenye shimo hilo kwa kuzungumza maneno ya kutufariji. Lakini ikiwa ubongo wako umesumbuliwa sana na njia zako mbaya ya maisha kiasi kwamba huwezi kutupa ushauri mzuri, je! Hatupotezi na kupata hasara hapo? Je, Ushawishi wako hautuathiri sana? Tunaweza kuwa na kiwango kizuri cha kujiamini katika maamuzi yetu wenyewe, lakini tunataka kuwa na washauri; kwani "katika washauri wengi hufanya ushindi uwe wa hakika, na kuwe na wokovu." {CHSw 45.2}

Tunatamani mienendo yetu ionekane sawa na endelevu kwa wale tunaowapenda, na tunataka kutafuta ushauri wao na kuwa na uwezo wa kuwapa mashauri/mawazo yetu kwa uwazi. Lakini tutajali namna gani kuhusu uamuzi wako, ikiwa nguvu yako ya neva ya ubongo imechoshwa sana, na nguvu zimeondolewa kutoka kwa ubongo ili kushugulikia chakula kibaya kilichowekwa ndani ya tumbo lako, au hata kushugulikia

chakula kilichorundikana tumboni japokuwa kina afya? Kwanini tusumbuke na mashauri ya watu kama hawa? Wanaona kupitia mrundikano wa chakula kisichoyeyushwa matumboni mwao. Kwa hivyo mtindo wako wa maisha unatuathiri. Haiwezekani kwako wewe kufuata mwenendo wowote mbaya bila kusababisha wengine kuteseka. {CHSw 46.1}

Shindano la Mkristo

"Je! Hamjui, ya kuwa wale washindanao kwa kupiga mbio, hupiga mbio wote, lakini apokeaye tuzo ni mmoja? Pigeni mbio namna hiyo, ili mpate. Na kila ashindanaye katika michezo hujizuia katika yote; basi hao hufanya hivyo kusudi wapokee taji iharibikayo; bali sisi tupokee taji isiyoharibika. Hata mimi napiga mbio vivyo hivyo, si kama asitaye; napigana ngumi vivyo hivyo, si kama apigaye hewa; bali nautesa mwili wangu na kuutumikisha; isiwe, nikiisha kuwahubiri wengine, mwenyewe niwe mtu wa kukataliwa." 1 Wakorintho 9:24-27. Wale ambao walishiriki mbio ili kupata tuzo ambayo ilizingatiwa kuwa na heshima maalum walikuwa wenye kiasi katika mambo yote ili misuli yao, akili zao, na kila sehemu yao iwe katika hali nzuri zaidi kwa kukimbia. Ikiwa hawangekuwa na kiasi katika vitu vyote wasingekuwa na unyumbulifu huo ambao walipaswa kuwa nao kama wangekishi bila kiasi. Wakiwa na kiasi, wangeweza kukimbia mbio hizo kwa mafanikio zaidi; walikuwa na hakika zaidi ya kupokea taji. {CHSw 46.2}

Lakini pamoja na kujizuia kwao, - juhudi zao zote za kujipatia lishe bora ilikuwa katika hali nzuri, wale waliokimbia mbio za kidunia walikimbia kwa kujitosa tu Wangeweza kufanya kadri wawezavyo, na hata hivyo baada ya yote kutopokea tuzo ya heshima; kwani mwingine anaweza kuwa mbele yao hatua ndogo tu, na achukue tuzo. Ni mmoja tu aliyepokea tuzo. Lakini katika mbio za kuelekea mbinguni tunaweza sote kukimbia na wote kupata tuzo. Hakuna kutokuwa na uhakika, hakuna hatari ya kutoweza, katika suala hilo. Lazima tuvae neema za mbinguni, na, jicho kuelekezwa juu kwenye taji ya kutokufa, daima tuweke Mfano

huu mbele yetu. Yeye Alikuwa mtu wa huzuni na anayejua masikitiko. Maisha ya unyenyekevu, ya kujikana-nafsi ya Bwana wetu wa mbinguni tunapaswa kuyatilia maanani kila wakati. Halafu tunapotafuta kufanana Naye, tukikazia macho alama ya ushindi, tunaweza kukimbia mbio hii kwa hakika, tukijua kwamba ikiwa tutafanya vyema kwa kadiri tuwezavyo, hakika tutapata tuzo. {CHSw 47.1}

Watu wanaweza kujikana nafsi na kuwa na nidhamu ili kukimbia na kupata taji inayoharibika, ile ambayo ingeangamia kwa siku moja, na ambayo ilikuwa tu ishara ya heshima kutoka kwa wanadamu wanaokufa hapa. Lakini tunapaswa kukimbia mbio, ambayo mwisho wake ni taji la kutokufa na uzima wa milele. Ndio, inapita yote na uzito wa utukufu wa milele utatunukiwa kwetu kama tuzo wakati mbio zikiisha. "Sisi," anasema mtume, "***tunapokea taji isiyoharibika.***." {CHSw 47.2}

Na ikiwa wale walioshiriki katika mbio hizi hapa duniani ili kupata taji ya kidunia wanaweza kuwa na kiasi katika mambo yote, sisi Je, sisi ambao tunaona mbele yetu taji isiyoweza kuharibika, ya milele, uzani wa milele wa utukufu, na ambayo yanalingana na maisha ya Mungu? (milele) Tunapokuwa na motisha hii kuu mbele yetu, je! Hatuwezi "kukimbia kwa uvumilivu mbio iliyowekwa mbele yetu, tukimtazama Yesu aliye Mwanzilishi na Mkamilishaji wa imani yetu"? Yeye Ametuelekeza njia, na akaiwekea alama kote kwa nyayo Zake Mwenyewe. Ni njia ambayo Alisafiri, na tunaweza pia sisi kusafikiri, pamoja Naye, kupata uzoefu wa kukana nafsi na kuteseka, na kutembea katika njia hii iliyo na nyayo za damu Yake Mwenyewe. **[Testimonies for the Church 2:354-359 (1869).]** {CHSw 48.1}

ENDELEZA UWEZO

Usiridhike kwa kupenda kukifikia kiwango kilicho chini kabisa. Sisi hatujafikia vile tunavyoweza kuwa, au vile ambavyo tunapaswa kuwa kutokana na mapenzi ya Mungu. Mungu ametupa sisi uwezo wa kufikiri, nawe usikae bila kujishughulisha au utendaji fulani, au kupotoshwa kwa shughuli za kidunia na zenye maadili machafu na kuchukiza, ila uwezo wetu wa kufikiri uweze kuendelezwa kwa kiwango cha juu kabisa, kilichosafishwa, kilichotakaswa, kilichoboreshwa, na kutumika katika kuendeleza maslahi ya ufalme Wake Mungu. {CHSw 48.2}

Hakuna anayepaswa kukubali kuwa mashine tu, inayoendeshwa na akili ya mtu mwingine. Mungu ametupa uwezo, wa kufikiri na kutenda, na ni kwa kutenda kwa uangalifu, tukimtazama Yeye kwaajili ya hekima ndipo tutaweza kubeba mizigo. Simama katika haiba/hulka yako uliyopewa na Mungu. Usiwe kivuli cha mtu mwingine. Tarajia kwamba Bwana atafanya kazi ndani yako, kwako wewe na kupitia kwako. **—The Ministry of Healing, 498, 499 (1905)** {CHSw 48.1}

KIASI KATIKA MAMBO YOTE

[The Review and Herald, July 29, 1884]

Matengenezo ya afya ni sehemu muhimu ya ujumbe wa malaika wa tatu; na kama watu tunaokiri matengenezo haya, hatupaswi kurudi nyuma, bali tuendelee kusonga mbele daima. Ni jambo kubwa kupata uhakika wa afya kwa kujiweka katika uhusiano sahihi na sheria za uhai; na wengi hawajafanya hivi. Sehemu kubwa ya magonjwa na mateso yaliyomo miongoni mwetu ni matokeo ya kuvunja sheria za mwili, na ya asili na yameletwa juu ya watu binafsi kwa sababu ya mazoea yao mabaya. {CHSw 49.1}

Wazee wetu wameturithisha desturi na tamaa zinazojaza ulimwengu kwa maradhi. Dhambi za wazazi, kupitia tamaa ya hamu ya chakula iliyopotoka ya kula na kunywa, inawafikia watoto kwa nguvu ya kutisha hata kizazi cha tatu na cha nne. Ulaji mbaya wa vizazi vingi, mazoea ya ulafi na anasa kupita kiasi za kuendekeza tamaa za mwili, ndizo zinazojaza hali duni kwenye nyumba zetu, magereza yetu, na wagonjwa wa akili kwenye hospitali (vituo) za akili. Kukosa kiasi, kwa kunywa chai na kahawa, divai, bia, pombe (inayotokana na miwa), na pombe kali ya matunda (rum -mbege), na pia matumizi ya tumbaku, afyuni, na dawa (vilevi) nyingine za kulevya, umesababisha uharibifu mkubwa wa kakili na kimwili, na uharibifu huu unaendelea kuongezeka. {CHSw 49.2}

Je, maovu haya yameletwa juu ya wanadamu kwa mipangoya Mungu? La hasha; yapo kwa sababu watu wamekwenda kinyume cha mapenzi Yake, na bado wanaendelea kwa jeuri kupuuza sheria Zake. Kwa maneno ya mtume, nawasihi wale ambao macho yao hayajafungwa wala kupoozwa na mafundisho na desturi potovu, wale wanaotaka kumpa Mungu huduma bora zaidi kadiri ya uwezo wao: “***Basi, ndugu zangu,***

nawasihi, kwa huruma Zake Mungu, itoeni miili yenu iwe dhabihu iliyo hai, takatifu, ya kumpendeza Mungu, ndiyo ibada yenu yenye maana. Wala msiifuatishe namna ya dunia hii; bali mgeuzwe kwa kufanywa upya nia zenu, mpate kujua hakika mapenzi ya Mungu yaliyo mema, ya kumpendeza, na ukamilifu. **Warumi 12:1-2"** Hatuna haki ya kukiuka kwa ukaidi kanuni hata moja ya sheria za afya. Wakristo hawapaswi kufuata desturi na mazoea ya ulimwengu. {CHSw 49.3}

Historia ya Danieli imewekwa kwa ajili ya faida yetu. Yeye alichagua njia ambayo ingemfanya aonekane wa pekee katika Ikulu ya kifalme. Hakufuata mazoea ya washauri wa wa kifalme katika kula na kunywa, bali aliazimia moyoni mwake kwamba hatakula chakula cha kifalme wala kunywa divai zake. Azimio hili halikuwa la haraka wala la kuyumba, bali lilikuwa uamuzi uliofikiwa kwa hekima na kutekelezwa kwa uthabiti. Danieli alimpa Mungu heshima; na ahadi ikatimizwa kwake: "***Wale wanaoniheshimu nitawaheshimu***." **(1 Samweli 2:30).** Bwana alimpa "***maarifa na ujuzi katika elimu na hekima***," naye alikuwa na "***ufahamu katika maono yote, na ndoto***" **(Danieli 1:17**); hata akawa na hekima zaidi ya wote waliokuwa katika Ikulu ya kifalme, akawa mwenye hekima zaidi ya wachawi na waganga wote katika ufalme. {CHSw 50.1}

Wale wanaomtumikia Mungu kwa uaminifu na kweli watakuwa watu wa pekee, tofauti na ulimwengu, wametengwa na ulimwengu. Chakula chao kitakuwa kimeandaliwa siyo kwa kuhimiza ulafi au kuiridhisha ladha iliyopotoshwa, bali kwa ajili ya kuimarisha nguvu za kimwili, na hivyo kupata hali bora ya kiakili.... {CHSw 50.2}

Kujifurahisha kupita kiasi katika kula na kunywa ni dhambi. Baba yetu wa mbinguni ametupa baraka kuu ya matengenezo ya afya ili tumtukuze Yeye kwa kutii madai Aliyoweka juu yetu. Ni wajibu wa wale waliopokea nuru juu ya jambo hili muhimu kuonyesha shauku kubwa zaidi kwa ajili ya wale ambao bado wanateseka kwa kukosa maarifa. Wale wanaoutazamia ujio wa karibu wa Mwokozi wao wanapaswa kuwa wa mwisho kuonyesha kutojali katika kazi hii kubwa ya matengenezo. Maelewano na afya ya viungo vyote vya mwili na akili huzaa furaha; na kadiri nguvu za akili zinavyoinuliwa na kusafishwa, ndivyo furaha inavyokuwa safi na isiyochanganyika na uchafu. Maisha yasiyo na malengo ni mauti inayoishi. Akili inapaswa kukaa juu ya mada

zinazohusiana na maslahi yetu ya milele. Hili litaleta afya ya mwili na akili. {CHSw 50.3}

Imani yetu yataka tuinue bendera ya matengenezo, na uipeleke mbele hatua kwa hatua. Sharti la kukubalika kwetu mbele za Mungu ni kujitenga kwa vitendo na ulimwengu. Bwana anatuita sisi kama watu Wake, Kwa hiyo, Tokeni kati yao, Mkatengwe nao, asema Bwana, Msiguse kitu kilicho kichafu, ***Nami nitawakaribisha. Nitakuwa Baba kwenu, Nanyi mtakuwa Kwangu Wanangu wa kiume na wa kike, Nitakuwa Baba kwenu, Nanyi mtakuwa Kwangu Wanangu wa kiume na wa kike***. 2 **Wakorintho 6:17-18** {CHSw 51.1}

ULIMWENGU USIWE KIGEZO

Ulimwengu haupaswi kuwa kigezo kwetu. Ni fasheni kuendekeza uchu wa kula chakula cha kifahari na kichocheo kisicho cha asili, na hivyo kuimarisha tabia ya kinyama, na kudhoofisha ukuaji na ukuzaji wa nyanja za maadili. Hakuna kutiwa moyo kwa yeyote kati ya wana au binti za Adam kwamba wanaweza kuwa washindi katika vita vya Kikristo isipokuwa wataamua kujizuia katika mambo yote. Ikiwa watafanya hivi hawatapigana kama mtu anayepiga hewa. **—Testimonies for the Church 4:35 (1876).** {CHSw 51.1}

MAZOEZI YA MWILI

Testomonies for the Church 2:528-533 (1870)

Baraka nyingine ya thamani ni mazoezi sahihi. Kuna watu wengi wasio na nguvu, wasio na kazi ambao hawapendi shughuli za mwili au mazoezi kwa sababu yanawapa uchovu. Kwanini mazoezi yatawachosha? Sababu inayowachosha ni kwamba hawaimarishi misuli yao kwa kufanya mazoezi, kwa hivyo huwa na nguvu kidogo. Wanawake na wasichana walemavu wanafurahi zaidi kujishughulisha na kazi ndogondogo kama kushona, kushona sweta, kushona vitambaa vya mezani (tatting) au kutarizi, au kushona mapambo, kuliko kufanya kazi za kuchosha mwili. Ikiwa vilema wanataka kurudishaafya, hawapaswi kuacha mazoezi ya mwili; kwani kwa hilo wataongeza udhaifu wa misuli na unyonge. Huwezi kufunga mkono au ubane mkono wako mmoja na ubaki bila kazi, hata kwa wiki chache, na kisha uuachilie, na ukawa sawa, kwani utagundua

kuwa ni mdhaifu kuliko ule ambao umekuwa ukiutumia wakati ule mwingine ulipokuwa umefungwa. Kutokuwa na shughuli hutoa athari sawa kwenye mfumo mzima wa misuli. Damu haiwezi kuwa na nguvu kuweza kuondoa uchafu kama ambavyo ingekuwa katika mzunguko wa kazi yake unaosababishwa na mazoezi. {CHSw 52.1}

Kama hali ya hewa itaruhusu, wote wanaoweza kufanya mazoezi wanapaswa kutembea uwanjani kila siku, majira ya joto na majira ya baridi. Lakini mavazi yanapaswa kufaa kwa mazoezi, na miguu inapaswa kulindwa vizuri. Kutembea, hata iwe ni wakati wa msimu wa baridi, itakuwa faida zaidi kwa afya kuliko dawa yoyote ile madaktari wanayoweza kuagiza. Kwa wale ambao wanaweza kutembea, kutembea ni bora kuliko kuendesha farasi/gari. Misuli na mishipa ya damu huwezeshwa kutekeleza kazi yao vizuri. Kutakuwa na nguvu iliyoongezeka, ambayo ni muhimu sana kwa afya. Mapafu yatakuwa na utendaji-kazi inaohitajika, kwani haiwezekani kwenda nje katika hewa yenye nguvu na bora ya msimu wa baridi asubuhi bila kuchochea mapafu kufanya kazi yanavyotakiwa. {CHSw 52.2}

Utajiri na uvivu hufikiriwa na wengine kuwa baraka za kweli kweli. Lakini wakati watu wengine wamepata utajiri, au kuurithi bila kuutarajia, tabia zao za kufanya kazi zimevunjwa, hawashuguliki na chochote katika muda waliopewa, wanaishi maisha ya kivivu, na faida au manufaa yao yanaonekana yamekoma; wanakuwa wasio na utulivu, wenye wasiwasi, na wasio na furaha, na maisha yao hivi karibuni yatafikia mwisho. Wale ambao huwa na shughuli nyingi, na huenda kwa ucheshi kuyafanya majukumu yao ya kila siku, ndio wenye furaha na afya zaidi. Mapumziko na utulivu wa usiku huipa miili yao iliyochoka usingizi mzito.... {CHSw 53.1}

Mazoezi husaidia kazi ya umeng'enywaji wa chakula. Kutembea nje baada ya kula, nyoosha kichwa chako kwa kuinua shingo, rudisha nyuma mabega, na fanya mazoezi ya wastani, itakuwa faida kubwa. Akili itaelekezwa kutoka kwa ubinafsi na kwenda kwenye uzuri wa asili. kadri ambavyo utaweka umakini mdogo kwa tumbo baada ya kula, ndiyo itakuwa bora zaidi. Ikiwa una hofu ya kila wakati kwamba chakula chako kitakuumiza, hakika itakuwa hivyo. Sahau nafsi yako, na fikiria kitu cha kuchangamsha. {CHSw 53.2}

Magonjwa ya mafua na kikohozi (colds) na Hewa Safi

Wengi hufanyia kazi wazo potofu kwamba ikiwa wamepata mafua au kikohozi, basi ni lazima waachane na hewa ya njenz na waongeze kuongeza joto la chumba chao mpaka kiwe joto kupita kiasi (kwa kukoka moto au kuongeza joto la nyumba kwa kuwasha umeme au gesi kwenye nyumba ambazo zina vyombo hivi kwenye nyumba zao). Mfumo unaweza kuharibika, vitundu-hewa vya ngozi hufunikwa na taka (jasho nk), na viungo vya ndani vinakereka zaidi au kwa uchache kwa sababu damu imepata baridi na kumwagwa kwenye viungo. Kwa wakati huu ukilinganisha na mida yote, mapafu hayapaswi kunyimwa hewa safi na nzuri. Kama hewa safi inapaswa kuhitajika basi ni wakati sehemu yoyote ya mfumo wa mwili kama mapafu au tumbo umepata shida. Mazoezi yaliyofanyiwa maamuzi mazuri ya busara, huchochea damu juu ya viungo hivi na kuvipa ahueni. Mazoezi ya kasi, lakini sio ya kuumiza mwili, kwenye hewa nje na uchangamfu wa roho, yataboresha mzunguko wa damu, yakifanya ngozi inawiri/kung'aa, na kutuma damu iliyoimarishwa na hewa safi, hadi miisho ya viungo-mikono, nyayo na kichwa. Tumbo lenye magonjwa litapata unafuu kwa mazoezi. Madaktari mara kwa mara wanashauri watu wanaohisi kuumwa na wadhoofu kutembelea nchi za kigeni, kwenda kwenye chemchemi au kutembea baharini au kubanda mashua na kutalii nayo, ili kurejesha afya. Wakati ambapo, katika kesi tisa kati ya kumi, endapo wangekula kwa kiasi na kushiriki mazoezi ya afya na roho iliyochangamka, wangeweza kurudisha tena afya na kuokoa muda na pesa. Mazoezi, na matumizi huru na ya ukarimu na mengi ya hewa na jua, --- ni baraka ambazo Mbingu zimewapa wanadamu wote bure, zingetoa uhai na nguvu kwa watu wadhaifu waliokonda. {CHSw 53.3}

Kutojongea , Kutojishugulisha na Kutojishughulisha

Wale ambao hawatumii miguu yao kila siku watagundua udhaifu wakati watakapojaribu kufanya mazoezi. Mishipa ya damu na misuli haviko katika hali ya kufanya kazi yake na kuweka mwili wote ujongee kama hatua ya kiafya, kila kiungo katika mfumo hufanya kazi yake. Miguu huwa imara na yenye nguvu inapotumika. Mazoezi ya wastani kila siku yataipa uimara misuli ambayo bila mazoezi hutepeta nakudhoofika. Kwa kufanya mazoezi kila siku katika maeneo ya wazi yenye hewa ya

kutosha, ini, figo na mapafu pia vitakuwa imara katika kufanya kazi zao. Usaidie mwili wako kukuza uwezo wa nia, mapenzi na maamuzi, utakaoweza kukabili bamagonjwa ya mafua na kikohozi na kuweza kutoa nguvu kwa mfumo wa fahamu. Kwa muda mfupi utatambua manufaa ya mibaraka ya kufanya mazozezi na hewa safi ambayo huwezi kuishi bila kuwa nayo. Mapafu yako, yakikosa hewa yatakuwa kama mtu aliye na njaa ya chakula. Hakika, tunaweza kuishi kwa muda mrefu bila chakula, kuliko bila hewa, ambacho ndicho chakula MUNGU alichotoa kwa mapafu yetu. Hivyo usichukulie hewa kama adui yako, bali mbaraka wa thamani kutoka kwa MUNGU. **[Testimonies for the Church 2:528-533 (1870).]** {CHSw 54.1}

HEWA SAFI NA MWANGA WA JUA

(How to live, Part 4, pp. 55-62. Published in 1865)

Kwa hali yoyote ile, wagonjwa hawapaswi kunyimwa hewa safi na ya kutosha wakati hali ya hewa ni ya kupendeza. Mara nyingine vyumba vyao havijajengwa kwa namna inayoruhusu milango au madirisha kufunguliwa bila upepo kupiga moja kwa moja juu yao, na hivyo kuwasababishia magonjwa ya mafua na kikohozi. Katika hali kama hizo, milango na madirisha ya chumba cha karibu yafunguliwe, ili hewa safi na mpya iweze kuingia katika chumba cha mgonjwa. Hewa safi itakuwa na manufaa makubwa zaidi kwa wagonjwa kuliko dawa, na ni muhimu zaidi kwao kuliko chakula. Wataendelea vyema, na kupona haraka zaidi, wakiwa wamekosa chakula, kuliko wakiwa wamekosa hewa safi. {CHSw 55.1}

Wagonjwa wengi wamefungwa ndani kwa wiki kadhaa, na hata miezi, katika vyumba vilivyofungwa, bila mwanga na hewa safi yenye nguvu kutoka mbinguni, kana kwamba hewa ilikuwa adui wa kufisha, kumbe ilikuwa ndiyo dawa waliyoihitaji ili wapate kupona.... Hizi tiba za thamani ambazo Mbingu imezitoa bila malipo na bila gharama yoyote, zilipuuzwa kutupwa kando na kuhesabiwa si tu kama zisizo na maana, bali hata kama maadui hatari; wakati sumu zilizoagizwa kuchukuliwa na madaktari (Rx) zilimezwa kwa imani isiyo na shaka. {CHSw 55.2}

Maelfu wamekufa kwa kukosa maji safi na hewa safi, ambao wangeweza kuishi. Na maelfu ya wagonjwa waliodhoofika na kuwa

vilema, wanaojiona kuwa mzigo kwao na kwa wengine, hudhani kwamba maisha yao yanategemea kumeza dawa kutoka kwa madaktari. Wao hujilinda kila mara dhidi ya hewa na huepuka kutumia maji. Lakini baraka hizi ndizo hasa wanazohitaji ili wapate kupona. Kama wangeelimika, wakaacha kutegemea dawa, wakaizoeza miili yao kufanya mazoezi ya nje, wakaingiza hewa safi ndani ya nyumba zao wakati wa majira ya joto na wakati wa majira baridi, na wakatumia maji laini kwa kunywa na kuogea, wangeweza kuwa na afya na furaha kwa kiasi kikubwa badala ya kuishi maisha ya mateso yasiyoisha. {CHSw 55.3}

Afya ya Muuguzi Inapaswa Kuzingatiwa

Ni wajibu wa wahudumu na wauguzi kujitunza kwa namna ya pekee katika afya zao, hasa wanapohudumia wagonjwa wenye homa kali au kifua kikuu. Haitakiwi mtu mmoja afungwe muda wote katika chumba cha mgonjwa. Ni salama zaidi kuwa na wauguzi wawili au watatu wanaotegemeka na waliobobea kwa uelewa na wenye tahadhari, ili waweze kubadilishana jukumu la kuhudumia na kuzuia kuchoshwa na kufungiwa muda wote katika chumba cha mgonjwa. Kila mmoja wao anapaswa kupata fursa ya kufanya mazoezi kwenye hewa ya nje mara kwa mara kadiri iwezekanavyo. Hili ni jambo la maana sana kwa wale wanaohudumia wagonjwa, hasa ikiwa rafiki na ndugu wa mgonjwa bado wako lile kundi ambalo wanashikilia imani potofu kwamba hewa safi ikiruhusiwa kuingia chumbani italeta madhara, na hivyo hawataki madirisha kufunguliwa wala milango kufunguliwa. Katika hali hii, mgonjwa pamoja na wahudumu wanalazimishwa kupumua hewa yenye sumu siku baada ya siku kwa sababu ya ujinga usioweza kutolewa udhuru wa ndugu wa mgonjwa. {CHSw 56.1}

Kwa hali nyingi, wahudumu hawaelewi mahitaji ya mwili, wala hawajui uhusiano wa hewa safi na afya na kudumishwa kwa afya bora, au hatari kubwa ya kuingiza mwilini hewa chafu ya chumba cha mgonjwa. Hali hii huweka maisha ya mgonjwa hatarini, na pia wauguzi wako kwenye hatari ya kuambukizwa magonjwa, kupoteza afya, na hata pengine maisha..... {CHSw 56.2}

Chumba cha mgonjwa, ikiwezekana, kinapaswa kuwa na mzunguko wa hewa safi usiku na mchana. Hata hivyo, upepo usielekezwe moja kwa

moja kwa mgonjwa. Wakati homa kali inawaka, hakuna hatari kubwa ya kuugua magonjwa ya mafua na kikohozi (magonjwa ya mapafu). Lakini utunzaji endelevu unahitajika wakati wa dharura na pale homa inapopungua. Wakati huo mwili huhitaji nguvu za kuendeleza uhai. Ni lazima mgonjwa apate hewa safi na yenye kuimarisha mwili. Ikiwa hakuna njia nyingine, mgonjwa akibidi aondolewe chumbani na kuhamishiwa kwenye kitanda kingine, huku chumba, kitanda na mashuka vikisafishwa kwa uingizaji hewa safi. Ikiwa wale walio wazima wanahitaji baraka za mwanga na hewa safi, pamoja na kuishi kwa usafi ili wabaki na afya, basi wagonjwa huhitaji zaidi kutokana na udhaifu wao. {CHSw 56.3}

Baadhi ya nyumba zimepambwa samani za gharama kubwa zaidi ili kutosheleza fahari na kupokea wageni, badala ya kuzingatia faraja, kutokuwa na usumbufu na afya ya familia. Vyumba bora kabisa hubaki vimefungwa gizani, mwanga na hewa haviruhusiwi kuingia kwa hofu kwamba vitaharibu samani, kwa kusababisha rangi ya zulia kuchakaa, au kuharibu fremu za picha. Wakati wageni wanapokaa humo, wako katika hatari ya kuugua mapafu, mafua na kikohozi kwa sababu ya hewa nzito kama ya uvunguni iliyojaa humo. Sebule mahsusi kwa mapumziko ya wageni na vyumba vya kulala pia hufungwa vivyo hivyo kwa sababu hizo hizo. Na yeyote anayelala kwenye vitanda ambavyo havijawahi kuanikwa kwa mwanga na hewa safi, hufanya hivyo kwa gharama ya afya, na mara nyingi hata maisha yenyewe. {CHSw 57.1}

Vyumba ambavyo haviruhusu mwanga na hewa hujikusanyia unyevunyevu. Vitanda na mashuka pia hupata unyevunyevu, na hewa ya vyumba hivyo hubadilika kuwa yenye sumu kwa sababu haijasafishwa kwa mwanga na hewa safi….{CHSw 57.2}

Vyumba vya kulala hasa vinapaswa kuwa na uingizaji hewa wa kutosha inayozunguka, na hewa kuwaya afya kwa kuruhusu mwanga na hewa kuingia. Mapazia mazito kama ya plastick yale ya nje, yafunguliwe kwa masaa kadhaa kila siku, na pazia za ndani zifunguliwe, na vyumba viruhusiwe hewa kuzunguka kwa ukamilifu. Hakuna kitu kinachopaswa kuachwa hata kwa muda mfupi kitakachoharibu usafi wa anga hewa. {CHSw 57.3}

Vyumba vya kulala vinapaswa kuwa vikubwa na kupangwa kwa namna ya kuruhusu mzunguko wa hewa usiku na mchana. Wale ambao wamekuwa wakizuia hewa kuingia vyumbani mwao wanapaswa kuanza kubadilisha mwenendo wao mara moja. Waanze kuruhusu hewa kidogo kidogo na kuongeza mzunguko wake hadi waweze kuzoea katika majira yote ya mwaka, bila hatari ya kuugua magonjwa ya baridi kama vile mafua, kikohozi, mapafu nk. Mapafu ili yawe na afya, lazima yapate hewa safi. {CHSw 57.4}

Wale ambao hawajapata mzunguko wa kutosha wa hewa safi usiku, mara nyingi huamka wakiwa wamechoka na wakiwa na hali ya homa-homa, pasipo kujua chanzo. Mwili mzima unakuwa na kiu ya hewa safi yenye uhai, lakini haukupata. Watu wengi, wanapoinuka asubuhi, wangenufaika kwa kuoga kwa kitambaa kilicholoweshwa maji, au kuloeka mikono na uso katika bakuli la maji, ili kuondoa uchafu wa ngozi. Kisha nguo za kitandani zibadilishwe moja baada ya nyingine na kuanikwa hewani ili kila sehemu ya kitanda ipate hewa safi. Madirisha yafunguliwe, mapazia yafungwe kwa kamba, na kuruhusu hewa safi kuzunguka kwa masaa kadhaa, na ikiwezekana mchana mzima, katika vyumba vya kulala. Kwa njia hii, kitanda na mashuka vitapata hewa safi, na uvundo na uchafu wote wa chumba kuondolewa. {CHSw 58.1}

Miti ya kivuli na vichaka vilivyopandwa karibu mno na nyumba, kwa ukaribu na kwa wingi, ni hatari kiafya; kwa kuwa huzuia mzunguko wa hewa safi na kuzuia mwanga wa jua kuingia. Matokeo yake, unyevunyevu hukusanyika ndani ya nyumba. Hususani wakati wa mvua, vyumba vya kulala huwa na unyevunyevu, na wakaaji huathiriwa na ugonjwa wa misuli na viungo (rheumatism), maumivu ya neva(neuralgia), na maradhi ya mapafu ambayo mara nyingi huishia kuwa kifua kikuu. Miti mingi ya kivuli hutupa majani mengi, ambayo yasipotolewa mara moja, huoza na anga husumisha hewa. Lakini uwanja ulio na miti na vichaka vilivyopangwa kwa umbali kutoka kwenye nyumbani unaofaa, huleta hali ya furaha na kicheko kwa familia, na ukiwa unatunzwa vyema, hautakuwa hatari kwa afya. Ni vyema nyumba zijengwe, ikiwezekana, juu ya sehemu ya ardhi iliyo juu na kavu. Nyumba ikijengwa mahali ambapo maji hukusanyika kuizunguka, yakikaa kwa muda kisha kukauka, hutoa hewa chafu, iliyooza na yenye sumu ambayo huleta homa ya kutetemeka,

kuuma koo, maradhi ya mapafu na homa za kila aina (hii leo imeonekana ni maambukizo ya bakteria). {CHSw 58.2}

Wengi wamekuwa wakitarajia kwamba Mungu atawalinda wasipatwe na ugonjwa kwa sababu tu wamemuomba. Lakini Mungu hakusikiliza maombi yao, kwa kuwa imani yao haikukamilishwa kwa matendo. Mungu hatendi miujiza ya kuwalinda wasipatwe na maradhi wale wasiojitunza wenyewe, bali huendelea kuvunja kanuni za afya na hawafanyi jitihada za kuzuia ugonjwa. Tunapofanya yote tuwezayo kwa upande wetu ili tuwe na afya, ndipo tunaweza kutarajia matokeo ya baraka, na kwa imani kumwomba Mungu abariki jitihada zetu za kulinda afya. Hapo ndipo atakaposikiliza maombi yetu, ikiwa jina Lake linaweza kutukuzwa kwa njia hiyo. Lakini kila mmoja na afahamu kwamba ana kazi ya kufanya. Mungu hatatenda kwa njia ya kimiujiza ili kuhifadhi afya ya wale ambao, kwa kutojali na kupuuza kanuni za afya kwa kukosa umakini, wanajitwalia njia ya uhakika ya kujiletea maradhi. {CHSw 59.1}

UPUMUAJI WA KINA

Ili kuwa na damu nzuri au safi, ni lazima tupumue vizuri. Kuvuta pumzi yenye hewa safi kwa kina na kikamilifu, huyajaza mapafu kwa oksijeni, na kusafisha damu. Na kuipa damu rangi iliyo angavu na kuipa mkondo wa uzima kwenye kila sehemu ya mwili. Kupumua vizuri, kwa kuvuta hewa vyema na kauitoa, kunapunguza msongo wa mishipa, kwa kuituliza au kuibembeleza kwa namna fulani; hufanya mtu awe na hamu nzuri ya kula (bon appetite) na hufanya usagaji-chakula kuwa mkamilifu zaidi; na huleta usingizi wenye afya nzuri na wenye kuburudisha mwili. —**The Ministry of Healing, 272 (1905).** {CHSw 59.2}

USHIRIKINA KUHUSU HEWA YA USIKU

Wengi wamefundishwa tangu utoto kuwa hewa ya usiku ni mbaya kwa afya na hivyo ni lazima wasiingize kwenye vyumba vyao. Hujiumiza wao wenyewe kwa kufunga madirisha na milango yao ya vyumba vya kulala, ili kujikinga na hewa ya usiku ambayo wanasema ni hatari kwa afya. Katika hili wamedanganywa. Wakati wa baridi ya jioni inaweza kuwa muhimu kujilinda kutokana na ubaridi kwa mavazi ya ziada, lakini wanapaswa kuyapa mapafu yao hewa. Wengi wanaugua magonjwa kwa sababu wanakataa kupokea ndani ya vyumba vyao usiku, hewa safi ya

usiku. Hewa inayozunguka, iliyosheheni, na safi ya mbinguni ni moja wapo ya baraka tajiri zaidi tunazoweza kufurahia. **—Testimonies for the Church 2:527, 528 (1870).** {CHSw 59.3}

MVUTO WA HEWA SAFI

Hewa, hewa, fadhila ya thamani ya mbinguni ambayo wote wanaweza kuwa nayo, itakubariki kwa ushawishi wake utiao nguvu endapo hautakataa iingine ndani ya nyumba . Ikaribishe, kuza upendo kwa hii, nayo itathibitisha utulivu wa thamani kwa mishipa. Hewa lazima iwe katika mzunguko wa kila wakati ili iendelee kuwa safi. Ushawishi wa hewa safi, unaifanya damu izunguke kwa afya katika mfumo. Inaburudisha mwili na kuleta nguvu na afya, wakati huo huo ushawishi wake unahisiwa na akili, ukitoa umakini na utulivu. Hewa inasisimua hamu ya kula, na kusaidia mmeng'enyo wa chakula kuwa kamili zaidi, na kuleta usingizi mzuri na mtamu. **— Testimonies for the Church 1:702 (1870).** {CHSw 60.1}

USAFI WA KINA

[First published in How to Live, Part 4, pp. 54-61; reproduced in The Review and Herald, December 12, 1899.]

Wakati ugonjwa mkali unaposhambulia familia, ni muhimu sana kila mshiriki wa familia kutunza kwa makini usafi wa mwili na kuangalia lishe, ili kujilinda katika hali yenye afya, na hivyo kujilinda dhidi ya maradhi. Ni jambo la maana sana pia kwamba chumba cha mgonjwa, tangu mwanzo, kipatiwe hewa safi ya kutosha inayozunguka. Hii ni faida kwa mgonjwa, na pia ni hitaji kubwa kwa wale walio na afya njema ambao wanalazimika kukaa muda mrefu katika chumba cha mgonjwa... .....{CHSw 61.1}

Mateso mengi yangaliepukwa ikiwa wote wangetenda bidii kuzuia maradhi kwa kutii kwa ukali/uaminifu sheria za afya. Tabia kali/thabiti za usafi zinapaswa kushughulikiwa. Wengi, wakiwa na afya, hawajali kujitunza katika hali safi na yenye afya. Wanapuuzia usafi binafsi, na

hawajali kudumisha nguo zao katika hali safi. Uchafu hutoka daima kutoka kwenye mwili, kwa namna dhahiri au isiyoonekana, kupitia matundu ya ngozi; na iwapo uso wa ngozi hautunzwi katika hali yenye afya, mwili mzima hubebeshwa uchafu usiofaa. Iwapo nguo zinazovaliwa hazioshwi mara kwa mara na hazianikwi vizuri ili kupata hewa, huchafuka kwa sababu ya taka zinazotolewa na mwili kwa jasho linaloonekana na lisiloonekana. Na kama nguo hizo hazisafishwi mara kwa mara kutokana na uchafu huu, matundu ya ngozi hurudia kunyonya tena yale majimaji ya taka yaliyotolewa. Uchafu wa mwili, ukinyimwa njia ya kutolewa, hurudi ndani ya damu na kulazimishwa kubebwa na viungo vya ndani. Mfumo wa mwili, katika juhudi za kujiokoa dhidi ya sumu hizi, hutafuta kuikomboa miili yetu. Juhudi hii huzaa homa na kile kinachoitwa ugonjwa. Lakini hata katika hali hiyo, iwapo wagonjwa wangeisaidia asili (mwili) katika juhudi zake kwa kutumia maji safi na laini, mateso mengi yangaliepukwa. Lakini wengi, badala ya kufanya hivyo na kutafuta kuondoa sumu kutoka mwilini, huingiza sumu nyingine hatari zaidi ndani ya mwili, ili kuondoa sumu iliyokuwamo tayari. {CHSw 61.2}

Kama kila familia ingetambua faida kubwa za usafi wa kina, wangefanya bidii ya pekee kuondoa kila uchafu kutoka kwa miili yao na kutoka katika nyumba zao, na kuendeleza juhudi hizo hadi kwenye maeneo yanayowazunguka. Wengi huruhusu mabaki ya mimea iliyooza kubaki karibu na makazi yao. Hawatambui athari za mambo haya. Mara kwa mara, moshi wa sumu hutoka katika vitu hivi vinavyooza na kuleta sumu kwenye hewa. Kwa kuvuta pumzi ya hewa hii isiyo safi, damu huchafuka, mapafu huathirika, na mwili mzima huingia katika maradhi. Maradhi ya kila namna huweza kusababishwa na kuvuta pumzi ya hewa iliyochafuka na vitu hivi vinavyooza karibu na nyumba. {CHSw 62.1}

Familia nyingi zimepatwa na homa kali, baadhi ya wanakaya wakafariki, na wale waliobaki karibu wakamnung’unikia Muumba wao kwa sababu ya shida na majonzi ya msiba, kumbe chanzo cha magonjwa na mauti yote kilikuwa ni uzembe wao wenyewe. Uchafu uliokuwapo karibu na makazi yao uliwaletea magonjwa ya kuambukiza na mateso makubwa ambayo walimlaumu Mungu bila haki. Kila familia inayothamini afya inapaswa kusafisha nyumba na maeneo yao yote kutokana na vitu

vilivyooza. {CHSw 62.2}

Mungu aliagiza kwamba wana wa Israeli wasiruhusu uchafu wa aina yoyote katika miili yao au nguo zao. Yeyote aliyekuwa na uchafu wa mwili alitengwa nje ya kambi mpaka jioni, na kisha alitakiwa kuosha mwili na nguo zake kabla ya kuingia kambini. Mungu pia aliagiza kwamba kusiwe na uchafu wowote karibu na makazi yao hata kwa umbali fulani, ili asije Bwana akapita na kuona unajisi wao (Angalia Walawi 15, na 12). {CHSw 62.3}

Kuhusu usafi, Mungu hawatarajii watu Wake leo kuishi chini ya kiwango alichowataka Israeli wa kale. Kupuuzia usafi kunaleta magonjwa. Maradhi na vifo vya mapema haviji pasipo sababu. Homa kali zisizoshuka chini na maradhi mabaya yameenea katika ujirani, na miji iliyokuwa ikichukuliwa kuwa na afya njema, na wengine wamekufa, huku wengine wakibaki mifumo iliyovunjika kwa udhaifu, wakibebeshwa maradhi yanayolemaza maisha yote. Mara nyingi, maeneo yao wenyewe ya nje ya majumba yao, yalibeba chanzo cha uharibifu, yakitoa sumu yenye mauti hewani, ambayo familia na majirani waliivuta. Ulegevu na uzembe unaoshuhudiwa mara nyingine ni wa kishenzi/kinyama, na kutojua athari za mambo haya juu ya afya ni jambo la kushangaza. Maeneo kama haya yanapaswa kusafishwa, hasa wakati wa majira ya joto, kwa kutumia chokaa (lime), majivu, au kwa kuyazika kila siku kwenye udongo. {CHSw 63.1}

TUMIA CHAKULA RAHISI

Ili kumtolea Mungu huduma kamilifu, lazima uwe na ufahamu wa wazi kuhusiana na matakwa Yake. Unapaswa kutumia chakula rahisi zaidi, kilichoandaliwa kwa njia rahisi zaidi, kwamba neva nyeti za ubongo zenye afya zisidhoofishwe, kufa ganzi, au kupooza, na kufanya iwe vigumu kwako kutambua mambo matakatifu, na kuthamini upatanisho, damu itakasayo ya Kristo, kama ya thamani kubwa. —**Testimonies for the Church 2:46 (1868).** {CHSw 63.2}

TABIA ZA KIMWILI NA AFYA YA KIROHO

[The Review and Herald, January 25, 1881.]

Tabia ya Danieli imewasilishwa mbele ya ulimwengu kama mfano wa ajabu wa kile neema ya Mungu inaweza kufanya kwa wanadamu

walioanguka kwa asili na kupotoshwa na dhambi. Kumbukumbu ya maisha yake ya kiungwana na ya kujikana nafsi ni faraja kwa wanadamu wote. Kutoka kwake tunaweza kupata nguvu ya kushinda vishawishi kwa ujasiri na ubora, na kwa uthabiti pamoja na neema ya unyenyekevu, kusimama upande wa haki hata chini ya majaribu makali kabisa. {CHSw 64.1}

Uzoefu wa Danieli

Danieli angeweza kupata sababu inayokubalika ya kuacha tabia zake za unyenyekevu na kiasi; lakini kibali cha Mungu kilimfanya ajali kuliko upendeleo wa mfalme mwenye nguvu duniani—hata zaidi ya uhai wake mwenyewe. Kupitia mwenendo wake wa heshima na adabu, Danieli alipata kibali cha msimamizi, ofisa aliyesimamia vijana wa Kiebrania aitwaye Melzar, na Danieli akaomba wasile chakula cha mfalme wala kunywa divai yake. Melzar msimamizi aliogopa kuwa iwapo angekubali ombi hilo, angejipatia hasira ya mfalme na kuhatarisha uhai wake. Kama wengi wa siku hizi, alidhani kuwa lishe ya kiasi na rahisi ingewafanya vijana hawa waonekane dhaifu, wagonjwa, wenye ngozi iliyopauka na wasio na nguvu, na misuli isiyo na nguvu, ilhali vyakula vya anasa kutoka mezani pa kifalme vingewafanya waonekane wenye afya, wenye uso wenye rangi nzuri, na kuwapa nguvu za kimwili zilizopitiliza. {CHSw 64.2}

Lakini Danieli aliomba jambo hili lijaribiwe kwa siku kumi—vijana wa Kiebrania waruhusiwe kula chakula rahisi tu kwa muda huu mfupi, wakati wenzao walipokuwa wakila vyakula vya kifahari vya kifalme. Ombi hili hatimaye lilikubaliwa, na hapo Danieli akawa na hakika kuwa ushindi ulikuwa mikononi mwake. Ingawa alikuwa kijana mdogo, tayari alikuwa ameona madhara ya divai na maisha ya anasa juu ya afya ya mwili na akili. {CHSw 64.3}

Mwisho wa siku kumi, matokeo yalionekana kuwa kinyume kabisa cha matarajio ya msimamizi Melzar. Si katika mwonekano wa nje tu, bali pia katika nguvu za mwili na uthabiti wa akili, wale waliodumu katika tabia za kiasi walionekana bora kwa kiwango cha waziwazi kuliko wenzao

walioendekeza uchu wa chakula. Kwa sababu ya jaribio hili, Danieli na wenzake waliruhusiwa kuendelea na lishe yao rahisi katika kipindi chote cha mafunzo yao kwa ajili ya majukumu ya ufalme. {CHSw 65.1}

Bwana alipendezwa na uthabiti na kujinyima, kukjikana nafsi, kwa hawa vijana wa Kiebrania, na baraka Yake ikawafuata. Aliwapa “maarifa na ujuzi katika elimu na hekima; na Danieli alikuwa na ufahamu katika maono yote, na ndoto.” Mwisho wa miaka mitatu ya mafunzo, walipofanyiwa mtihani na mfalme juu ya uwezo wao na ujuzi wao, “hakuna aliyepatikana kuwa kama Danieli, Hanania, Mishaeli, na Azaria; kwa hiyo wakasimama mbele ya mfalme. Na katika kila jambo la hekima na ufahamu alilowauliza mfalme, aliwakuta bora mara kumi kuliko wachawi na waganga wote waliokuwako katika ufalme wake.” **(Danieli 1:17, 19, 20).** {CHSw 65.2}

Hapa kuna funzo kwa wote, lakini hasa kwa vijana. Utii mkali/madhubuti kwa matakwa ya Mungu huleta manufaa kwa afya ya mwili na akili. Ili kufikia kiwango cha juu cha maadili na uelewa wa kiakili, ni lazima kutafuta hekima na nguvu kutoka kwa Mungu, na kushika kwa unyoofu/ukali na kiasi katika desturi zote za maisha-katika mtindo wa maisha. Katika uzoefu wa Danieli na wenzake tuna mfano wa ushindi wa kanuni dhidi ya majaribu ya kuendekeza tamaa ya mwili. Hii inatuonyesha kwamba kwa kanuni za dini/Biblia, vijana wanaweza kushinda tamaa mbaya za mwili na kubaki waaminifu kwa matakwa ya Mungu, hata kama itawagharimu dhabihu kubwa. {CHSw 65.3}

Je, ingelikuwaje kama Danieli na wenzake wangefanya maridhiano na hao maafisa wa kipagani, na wakasalimu amri kwa shinikizo la wakati ule kwa kula na kunywa kama desturi ya Wababeli? Tukio moja tu la kugeuka kutoka kwenye kanuni lingalipunguza hisia zao za kutambua lililo sahihi na la haki na kuchukia lililo baya. Kujiridhisha kwa tamaa kungegharimu nguvu ya mwili, uwazi wa akili-akili mahiri, na nguvu ya kiroho. Hatua moja yenye makosa ingalileta hatua nyingine yenye makosa, hadi uhusiano wao na mbingu ukakatwa, nao wangezolewa (wangesombwa) na majaribu. {CHSw 66.1}

Maisha ya Danieli ni kielelezo kilichoongozwa na Roho wa Mungu cha kile kinachounda tabia iliyotakaswa. Utakaso wa Biblia unamhusu

mwanadamu mzima. Haiwezekani yeyote kufurahia baraka ya utakatifu huku akiwa na uchoyo, ubinafsi na ulafi. Watu wa namna hii hupiga mayowe ya vilio kwaajili ya mzigo wa udhaifu kwa sababu ya desturi mbaya za kula na kunywa, ambazo huvunja sheria za uhai na afya. Wengi hudhoofisha viungo vya mmeng'enyo kwa kutosheleza tamaa potovu. Uwezo wa mwili wa mwanadamu kustahimili dhuluma zinazowekwa juu yake ni wa ajabu; lakini desturi mbovu za mara kwa mara katika ulaji na unywaji kupita kiasi hudhoofisha kila utendaji wa mwili. Hebu wale walio dhaifu na wazingatie wangekuwaje kama wangeishi kwa kiasi na kuendeleza afya badala ya kuinyanyasa. Katika kuridhisha tamaa zilizopotoka za ulaji wa chakula na tamaa mbaya, hata Wakristo wanaodai kuwa wamejitakasa kwa Mungu huulemaza mwili, na hupunguza nguvu za mwili, akili na maadili. Wapo baadhi ya watu wanaofanya hivi, lakini bado wanadai kuwa wametakaswa kwa Mungu; lakini dai la namna hii halina msingi wowote. {CHSw 66.2}

Utakatifu Ni Kanuni Hai

Tunapaswa kuzingatia maneno ya mtume Paulo, ambapo anawasihi ndugu zake, kwa rehema za Mungu, waitoe miili yao "Iwe dhabihu iliyo hai, takatifu, ya kumpendeza Mungu." … Utakatifu siyo tu nadharia, au hisia ya mihemko, au maneno matupu, bali ni kanuni hai, inayotenda kazi, na kuingia katika maisha ya kila siku. Unahitaji kwamba tabia zetu za kula, kunywa, na kuvaa ziwe katika namna ya kuhakikisha utunzaji wa afya ya mwili, akili, na maadili, ili tuweze kumtolea Bwana miili yetu—siyo sadaka iliyoharibiwa na mazoea mabaya—bali "dhabihu iliyo hai, takatifu, ya kumpendeza Mungu." **(Warumi 12:1).** {CHSw 67.1}

Hebu yeyote anayekiri uchaji asidharau afya ya mwili, na kujidanganya mwenyewe kwamba kutokujizuia siyo dhambi na hakutaathiri hali yake ya kiroho (ukiroho wake). Kuna uhusiano wa karibu kati ya asili ya kimwili na ile ya kimaadili. Kiwango cha wema, uadilifu na kiadili kinapandishwa au kushushwa na mazoea ya kimwili. Ulaji upitao kiasi hata wa chakula bora unaweza kuleta hali ya uharibifu katika hisia za kimaadili. Na iwapo chakula chenyewe hakina afya, matokeo yake huwa mabaya zaidi. Kila tabia isiyochangia mwenendo mzuri wa kiafya katika mwili wa mwanadamu huangusha uwezo wa juu na wa heshima. Mazoea mabaya ya kula na kunywa husababisha makosa katika mawazo na matendo.

Kuendekeza na kuridhisha tamaa ya chakula huimarisha silika za kimwili za kinyama (animal propensities), na kuzipa nguvu juu ya uwezo wa akili na wa kiroho. {CHSw 67.2}

“Ziepukeni tamaa za mwili zipiganazo na roho” **(1 Petro 2:11)** ndilo Neno la mtume Petro. Wengi huchukulia onyo hili kuwa linawahusu waasherati tu; lakini maana yake ni pana zaidi. Linakataza kila kuendekeza tamaa ya mwili au shauku na tamaa mbaya kwa njia inayodhuru. Ni onyo lenye nguvu mno dhidi ya matumizi ya vichocheo na vilevi kama vile chai, kahawa, tumbaku, pombe, na morfini. Anasa hizi zinaweza kuhesabiwa miongoni mwa tamaa za mwili zinazoharibu tabia ya maadili. Kadiri mazoea haya mabaya yanavyoanza mapema ndivyo yanavyomfunga mtu kwa nguvu katika utumwa wa tamaa, na kwa hakika hushusha kiwango cha kiroho. {CHSw 67.3}

Mafundisho ya Biblia hayatakuwa na nguvu kubwa moyoni mwa wale ambao akili zao zimelala usingizi kwa sababu ya kuridhisha tamaa ya tumbo. Maelfu hujihatarisha, siyo tu kwa afya na maisha, bali hata kwa tumaini la uzima wa milele, kwa sababu hawataki kupiga vita matamanio yao yaliyopotoka. Mwanamke mmoja, ambaye kwa miaka mingi alidai kuwa ametakaswa, alisema wazi kwamba kama angepaswa kuchagua kati ya kuacha kiko ambayo alivutia tumbaku au mbingu, angesema: “Kwaheri mbingu; siwezi kuacha upendo wangu wa kifaa changu cha kuvutia tumbaku.” Sanamu hii ilikuwa imejikita moyoni mwake na kupata ukuu, huku Yesu akipewa nafasi ya pili. Wakati mwanamke huyu alidai kuwa ni wa Bwana kikamilifu! {CHSw 68.1}

Popote walipo, wale waliotakaswa kweli huinua kiwango cha maadili kwa kudumisha mazoea sahihi ya mwili, na, kama Danieli, kuwa mfano wa kiasi na kujinyima kwa wengine. Kila tamaa iliyo potovu hugeuka kuwa silaha ipiganayo na roho. Kila kitu kinachopingana na sheria za asili huzaa hali ya ugonjwa rohoni. Kuendekeza au kuridhisha tamaa ya chakula na vinywaji husababisha tumbo lenye maradhi ya kuvembewa kwaajili ya umeng’emaji chakula mbaya, ini lililokufa ganzi, ubongo uliotiwa giza, na hivyo kubadilisha roho na tabia ya mtu (kuwa mwenye hasira, au asiyejali mambo ya kiroho). Nguvu zilizodhoofika hivi ndizo zinazotolewa kwa Mungu—ambaye alikataa sadaka yoyote au dhabihu ya wanyama, isipokuwa ile isiyo na dosari. Ni wajibu wetu kuleta tamaa na

mazoea yetu ya maisha katika ulinganifu na sheria za asili. Kama miili inayotolewa juu ya madhabahu ya Kristo ingechunguzwa kwa makini kama vile dhabihu za Kiyahudi zilivyokuwa zikichunguzwa, ni nani, kati yetu tulio na mazoea ya sasa, angekubaliwa? {CHSw 68.2}

Ni kwa umakini kiasi gani Wakristo wanapaswa kudhibiti mazoea yao, ili kuhifadhi nguvu kamili ya kila kipawa kwa ajili ya huduma ya Kristo. Iwapo tutataka kutakaswa katika nafsi, mwili, na roho, sharti tuishi kwa kulingana na sheria ya Mungu. Moyo hauwezi kudumisha hali ya kujitoa kikamilifu kwa Mungu wakati tamaa za mwili na shauku za nafsi zinapopewa nafasi kwa hasara ya afya na maisha.... {CHSw 69.1}

Maonyo ya Paulo yaliyovuviwa kwa Roho Mtakatifu dhidi ya kupenda anasa yanasikika mpaka nyakati zetu.... Anayawasilisha kwetu kwa ajili ya kututia moyo tupate uhuru unaofurahiwa na wale waliotakaswa Kweli. "***Sasa, basi, hakuna hukumu ya adhabu juu yo walio katika Kristo Yesu, wasioenenda kwa kufuata mambo ya mwili, bali kwa kufuata Roho***." **(Warumi 8:1).** Anawaonya Wagalatia: "Basi nasema, Enendeni kwa Roho, wala hamtazitimiza kamwe tamaa za mwili. Kwa sababu mwili hutamani ukishindana na Roho, na Roho kushindana na mwili; kwa maana hizi zimepingana, hata hamwezi kufanya mnayotaka." **(Wagalatia 5:16, 17).** Anataja baadhi ya mifano ya tamaa za mwili—ibada ya sanamu, ulevi, na mambo yanayofanana na hayo. Baada ya kutaja mifano ya tunda la Roho, miongoni mwa ambayo ni kiasi, anaongeza: "***Na hao walio wa Kristo Yesu wameusulibisha mwili pamoja na mawazo yake mabaya na tamaa zake***." (Aya 24). {CHSw 69.2}

Leo hii, wako wengi miongoni mwa Wakristo wanaodai kuwa waaminifu, ambao wangeamua kwamba Danieli alikuwa mwenye kushikilia sana mambo madogo-madogo, na wangemsema kuwa ni mtu mwenye mawazo finyu na mwenye msimamo mkali. Wanachukulia mambo ya kula na kunywa kuwa si ya maana kubwa sana kiasi cha kuhitaji mtu kuwa na msimamo thabiti—msimamo unaoweza kuhusisha kupoteza manufaa yote ya kidunia. Lakini wale wanaotumia hoja kama hizo watagundua siku ya hukumu kwamba waligeuka kutoka kwa madai ya wazi ya Mungu na kuweka maoni yao wenyewe kuwa kiwango cha haki na kosa. Watagundua kwamba yale yaliyoonekana kuwa madogo machoni pao, hayakuhesabiwa kuwa madogo machoni pa Mungu.

Masharti Yake yanapaswa kutiiwa kwa utakatifu. Wale wanaokubali na kutii agizo au amri moja ya Bwana, kwa sababu inawafaa, huku wakikataa nyingine kwa sababu utekelezaji wake unahitaji kafara, wanashusha kiwango cha haki, na kwa mfano wao huwafanya wengine wadharau sheria takatifu ya Mungu. “Hivi ndivyo asemavyo Bwana” ndilo linapaswa kuwa kanuni yetu katika mambo yote. {CHSw 69.3}

KUTOTUMIA VYAKULA VYA NYAMA, SAMAKI nk

Je, watu wanaojiandaa kuwa watakatifu, safi, na kutakaswa, ili waweze kutambulishwa katika jamii ya malaika wa mbinguni, wataendelea kutoa uhai wa viumbe wa Mungu (kuua) na kuishi kwa nyama zao na kuzifurahia kama anasa/luxury? Kutokana na kile Bwana alichonionesha, utaratibu huu wa mambo utabadilishwa, na watu wa Mungu wa kipekee watakuwa na kiasi katika mambo yote. {CHSw 70.1}

Dhima ya kupata ugonjwa huongezeka mara kumi kwa kula nyama. Nguvu za kiakili, maadili, na nguvu za mwili zinapungua kwa mazoea ya matumizi vyakula vya nyama. Ulaji wa nyama unaharibu mfumo, hufunika akili,na kupunguza nguvu za utendaji wa kimaadili. Tunawaambia, wapendwa ndugu na dada, mwenendo wenu salama zaidi ni kuachana na nyama. **—Testimonies for the Church 2:63, 64 (1868).** {CHSw 70.2}

EPUKA ULAFI

Wengine hawana udhibiti juu ya matumbo yao (ulaji mbaya), lakini huendekeza ladha na uchu wa chakula hata ikibidi kuweka rehani afya. Matokeo yake ubongo unakuwa na ukungu, mawazo yao ni ya ulegevu, na wanashindwa kutimiza wawezalo ikiwa wangejikana na kujinyima. Hawa humnyang’anya Mungu nguvu za kimwili na kiakili ambazo zingeweza kutolewa kwa utumishi Wake ikiwa kiasi kingezingatiwa katika mambo yote. {CHSw 71.1}

Neno la Mungu linaiweka dhambi ya ulafi katika orodha moja na ulevi. Dhambi hii ilikuwa ya kuchukiza sana machoni pa Mungu hata akampa Musa maagizo kwamba mtoto ambaye hatajizuia na hamu ya kula, isipokuwa akajijazia chakula nde tumboni mwake kwa kila anachoweza

kutamani, basi aletwe na wazazi wake mbele ya watawala katika Israeli na kupigwa mawe hadi kufa. Hali ya mlafi ilionekana kutokuwa na matumaini. Mroho wa chakula angekuwa na manufaa kwa wengine na alikuwa laana kwake mwenyewe. Asingeweza mwenye kutegemeka kwa jambo lolote lile. Ushawishi wake ungekuwa unawachafua wengine, na ulimwengu ungekuwa bora zaidi pasipo kuwa na tabia kama hiyo; kwani kasoro zake za kutisha zingedumishwa na kuendelea kwa wengine. {CHSw 71.2}

Hakuna yoyote mwenye hisia ya uwajibikaji wake kwa Mungu atakayeruhusu mielekeo ya kinyama kuitawala akili. Wale wanaofanya hivi sio Wakristo, haijalishi ni wakina nani wna wana madai yaliyotukuka kiasi gani. Amri ya Kristo ni hii: “Iweni wakamilifu, kama Baba yenu wa mbinguni alivyo mkamilifu.” **Mathayo 5:48** Hapa anatuonesha kwamba tunaweza kuwa wakamilifu kwa upande wetu (duru yetu) kama vile Mungu alivyo kwa upande Wake. **—Testimonies for the Church 4:454, 455 (1880).** {CHSw 71.3}

MASOMO KUTOKA KWENYE UZOEFU WA YOHANA MBATIZAJI

[Testimonies fo the Church 3:61-63 (1871).]

Kwa miaka mingi Bwana amekuwa akiwaita watu kufanya matengenezo ya afya zao. Hili ni moja ya tawi kuu ya kazi kwa ajili ya maandalizi ya ujio wa Mwana wa Adamu. {CHSw 72.1}

Yohana Mbatizaji alifanya kazi akiwa na roho na nguvu za Eliya ili kuitayarisha njia ya Bwana na kuwageuza watu kwenye hekima ya wenye haki. Alikuwa mwakilishi wa wale wanaoishi katika siku hizi za mwisho ambao Mungu amewakabidhi Kweli takatifu ili waziwasilishe mbele ya watu ili kuandaa njia kwa ajili ya ujio wa mara ya pili wa Kristo. Yohana alikuwa mwanamatengenezo. Malaika Gabrieli, moja kwa moja kutoka mbinguni, alitoa hotuba juu ya matengenezo ya afya kwa ajili ya wazazi wa Yohana. Alisema kwamba hapaswi kunywa divai au kileo, na ili kwamba mtoto ajazwe na Roho Mtakatifu tangu kuzaliwa kwake. {CHSw 72.2}

Yohana alijitenga na marafiki, na kutoka katika anasa za maisha (luxuries of life). Usahili wa vazi lake-vazi lililosokotwa kwa singa za ngamia lilikuwa kemeo la kudumu dhidi ya tabia ya kujionyesha ya

makuhani wa Kiyahudi, na ya watu kwa ujumla. Chakula chake, kilichokuwa cha mboga-mboga (vegeterian diet) zaidi, nzige na asali ya mwituni ilikuwa kemeo dhidi ya tabia ya kuendekeza uchu wa chakula, na ulafi uliokuwa umetawala kila mahali. {CHSw 72.3}

Nabii Malaki anasema, ***Angalieni, nitawapelekea Eliya nabii, kabla haijaja siku ile ya BWANA, iliyo kuu na kuogofya. Naye ataigeuza mioyo ya baba iwaelekee watoto wao, na mioyo ya watoto iwaelekee baba zao, ili nisije nikaipiga dunia kwa laana Malaki 4:5-6.*** Hapa nabii anaeleza tabia ya kazi hiyo. Wale watakaotayarisha njia kwa ajili ya kuja kwa Kristo mara ya pili wanafananishwa na Eliya mwaminifu, kama vile Yohana alivyokuja katika roho ya Eliya ili kutayarisha njia kwa ajili ya ujio wa kwanza wa Kristo. Mada kuu ya matengenezo inapaswa kuchochewa, na akili ya watu inapaswa kuamshwa. Kiasi katika mambo yote kinapaswa kuunganishwa na ujumbe huo, ili kuwageuza watu wa Mungu kutoka katika ibada yao ya sanamu, ulafi wao, na ubadhirifu wao katika mavazi na mambo mengine. Kujikana nafsi, unyenyekevu, na kiasi kinachohitajika kwa mwenye haki, ambayeo Mungu huwaongoza na kuwabariki hasa, tabia ya kiasi inapaswa kuwasilishwa kwa watu na walinganishe na tabia mbayakufuja au ubaradhifu, tabia zinazoharibu afya za wale wanaoishi katika zama hizi mbovu. {CHSw 72.4}

Mungu amedhihirisha kwamba matengenezo juu ya afya yanahusiana kwa ukaribu na ujumbe wa malaika wa tatu kama vile mkono unavyohusiana na mwili. Hakuna mahali popote panapopatikana sababu kubwa ya kuzorota kimwili na kimaadili kama kupuuzwa kwa somo hili muhimu. Wale wanaojiingiza katika kuendekeza tamaa za ulaji na shauku mbaya, na kufumba macho yao juu ya nuru kwa kuhofu kuwa wataziona dhambi zao kwa uwazi na huku hawako tayari kuziacha, wana hatia mbele za Mungu. Yeyote anayegeuka kutoka kwenye nuru kwa mfano mmoja huufanya moyo wake kuwa mgumu kutojali nuru juu ya mambo mengine. Yeyote anayekiuka wajibu wa kimaadili katika suala la kula na kuvaa hutayarisha njia ya kukiuka madai ya Mungu kuhusiana na maslahi ya milele. {CHSw 73.1}

Miili yetu sio yetu wenyewe. Mungu ana madai juu yetu ya kutunza makao Yake aliyotupa (miili yetu). Yeye Ametupa sisi ili tutoe miili yetuili iwe dhabihu iliyo hai Kwake, takatifu na ya kupendeza mbele Zake. Miili

yetu ni Yake Mwenyezi Mungu, na ni Yeye Aliyeiumba, na tuna wajibu wa kuwa na akili mahiri kuhusiana na njia bora ya kuiihifadhi kutokana na uharibifu. Tukidhoofisha mwili kwa ajili ya kuridhisha anasa zetu wenyewe, na kwa kuendekeza uroho/ulafi, na kwa kuvaa kulingana na mitindo inayoharibu afya, ili kuendana na ulimwengu, tunakuwa maadui mbele za Mungu.... {CHSw 73.2}

Majaliwa yamekuwa yakiwaongoza watu wa Mungu kutoka kwenye mazoea ya tabia mbaya za ubaradhifu za ulimwengu, kuwa mbali na kuendekeza ulafi na tamaa, na kuweza kuchukua msimamo juu ya kujikana nafsi na kuwa na kiasi juu ya mambo yote. Watu ambao Mungu anawaongoza watakuwa wa kipekee. Hawatakuwa kama walimwengu. Lakini wakifuata miongozo ya Mungu watatimiza makusudi Yake, na watayatoa mapenzi yao ili kuongozwa na mapenzi Yake. Kristo atakaa moyoni. Hekalu la Mungu litakuwa takatifu. Mwili wako, asema mtume, ni hekalu la Roho Mtakatifu. Mungu hahitaji watoto Wake wajinyime/wajikane wenyewe kiasi cha kuumiza nguvu zao za kimwili. Yeye Anawahitaji kutii sheria ya asili, kuhifadhi afya ya kimwili. Njia ya asili ni njia anayoiweka, na ni pana ya kutosha kwa Mkristo yeyote. Mwenyezi Mungu, kwa mkono wa kifahari na uliojaa ukarimu, ametujalia fadhila nyingi na mbalimbali kwa ajili ya riziki zetu-kututegemeza, furaha na starehe. Lakini ili tufurahie hamu ya chakula ya asili au vitu ya asili, ambayo itahifadhi afya na kuongeza muda wa maisha, Yeye huzuia tamaa potofu. Anasema: Jihadharini; jizuieni, jinyimeni, kataeni, tamaa isiyo ya asili. Ikiwa tunajenga tamaa potofu, tunakiuka sheria za utu wetu na kuchukua jukumu la kuitendea miili yetu ubaya, kuitesa na kujiletea magonjwa wenyewe..... {CHSw 74.1}

Kujinyima au kujikana nafsi ni muhimu kwa dini ya dhati/kweli. Wale ambao hawajajifunza kujikana wenyewe wamepungukiwa na utauwa wa maana na wa vitendo. Hatuwezi kutarajia kitu kingine chochote isipokuwa kwamba madai ya dini yatakutana na mapenzi ya asili na maslahi ya kidunia. Kuna kazi kwa kila mtu katika shamba la mizabibu la Bwana. **[Testimonies for the Church 3:61-64 (1871).]** {CHSw 74.2}

UKARIMU NA UADILIFU KATIKA MAISHA YA NDOA

[Testimonies for the Church 2:380-383 (1868).]

Wale wanaodai kuwa Wakristo hawapaswi kuingia kwenye uhusiano wa ndoa mpaka jambo hilo limengatiwa kwa uangalifu na kwa maombi kutoka kwa msimamo ulioinuliwa ili kuona ikiwa Mungu anaweza kutukuzwa na muungano huo. Halafu wanapaswa kuzingatia vizuri matokeo ya kila upendeleo wa uhusiano wa ndoa, na kanuni iliyotakaswa inapaswa kuwa msingi wa kila tendo. Kabla ya kuongeza familia zao, wanapaswa kuzingatia ikiwa Mungu atatukuzwa au kudharauliwa kwa kuwaleta watoto ulimwenguni. Wanapaswa kutafuta kumtukuza Mungu kwa muungano wao tangu mwanzo, na kila mwaka wa maisha yao ya ndoa. Wanapaswa kuzingatia kwa utulivu ni mpango gani unaweza kufanywa kwa maslahi ya watoto wao. Hawana haki ya kuleta watoto ulimwenguni kuwa mzigo kwa wengine. Je! Wana biashara ambayo wanaweza kutegemea kuendeleza familia ili wasihitaji kuwa mzigo kwa wengine? Ikiwa hawajafanya hivyo, wanafanya uhalifu kwa kuwaleta watoto ulimwenguni kuteseka kwa kukosa utunzaji mzuri, chakula, na mavazi. Katika enzi hii ya kasi na rushwa, mambo haya hayazingatiwi. Tamaa na shauku inachukua mvuto na haitasalimu amri, japo udhaifu, taabu, na kifo ni matokeo ya utawala wake. Wanawake wanalazimika kuishi maisha ya shida, maumivu, na mateso kwa sababu ya tamaa zisizoweza kudhibitiwa za wanaume walio na jina la mume- kwa haki wangeweza kuitwa wanyama (brutes). Akina mama wanaburuzana na maisha mabaya, na watoto mikononi mwao karibu muda wote, wakijitahidi kwa kila njia kuweka mkate vinywani mwao na nguo mwilini mwao. Misiba hiyo iliyojilimbikiza imejaa ulimwenguni. {CHSw 75.1}

Shauku Kubwa Si Upendo

Kuna upendo mdogo tu wa kweli, usio na hila, wa kujitolea, na safi. Karama hii ya thamani yaani upendo ni ya nadra sana. Shauku inaitwa upendo. Wanawake wengi wapole, nyeti na wenye sifa njema wamekasirika sana, kwa sababu uhusiano wa ndoa ulimruhusu yule ambaye alimwita mume kuwa mkatili katika mahusiano yao. Upendo wake mume ulionekana kuwa wa chini sana hivi kwamba alichukizwa. {CHSw 76.1}

Familia nyingi sana zinaishi katika hali isiyo na furaha sana kwa sababu mume na baba huruhusu hisia za kinyama katika maumbile yake kutawala akili na maadili. Matokeo yake ni kwamba hisia za unyonge,

sonona na huzuni huja mara kwa mara, lakini ni nadra wanagundua kwamba haya ni matokeo ya mwenendo wao usiofaa. Tuko chini ya majukumu mazito kwa Mungu, ya kuweka usafi wa roho na ukamilifu wa mwili, ili tupate kuwa faida kwa wanadamu, na kumtolea Mungu huduma kamilifu. Mtume anatoa maneno haya ya onyo: *"Basi, dhambi isitawale ndani ya miili yenu ipatikanayo na mauti, hata mkazitii tamaa zake* Warumi 6:12*."* Anatuhimiza kuendelea kwa kutuambia kwamba ***"Na kila ashindanaye katika michezo hujizuia katika yote*** 1 Wakorintho 9:25.**"** Anawahimiza wote wanaojiita Wakristo kutoa miili yao ***"dhabihu iliyo hai, takatifu, inayokubalika mbele za Mungu Warumi 12:1."*** Anasema: "***bali nautesa mwili wangu na kuutumikisha; isiwe, nikiisha kuwahubiri wengine, mwenyewe niwe mtu wa kukataliwa."*** 1 Wakorintho 9:27. {CHSw 76.2}

Kumhudumia Mke

Ni kosa linafanywa kwa ujumla la kutoleta tofauti katika maisha ya mwanamke kabla ya kuzaliwa kwa watoto wake. Katika kipindi hiki muhimu kazi za mama zinapaswa kupunguzwa. Mabadiliko makubwa yanaendelea katika mfumo wake. Anahitaji kiwango kikubwa cha damu, na kwa hivyo ongezeko la chakula chenye lishe bora zaidi ili kutengeneza damu. Asipokuwa na chakula cha kutosha chenye lishe, hawezi kuhifadhi nguvu zake za mwili, na watoto watakuwa wameporwa nguvu. Mavazi yake pia yanahitaji umakini. Uangalizi unapaswa kuchukuliwa ili kulinda mwili kutoka kwa hisia ya baridi. Haipaswi kuita nguvu za uhai juu kwenye Ngozi ili kusambaza joto kwaajili ya uhaba wa nguo za kutosha. Ikiwa mama atanyimwa chakula kizuri na chenye lishe nzuri, atakosa wingi na ubora wa damu. Mzunguko wake utakuwa duni, na mtoto wake atakosa vitu hivyo hivyo. Kutakuwa na kutowezekana kwa watoto kupata chakula kinachofaa ambacho kinaweza kubadilishwa kuwa damu nzuri ili kulisha mfumo. Ustawi wa mama na mtoto hutegemea sana juu ya mavazi mazuri, yenye joto na usambazaji wa chakula chenye lishe. Baridi ya upepo wa ziada kwa uhai wa mama lazima uzingatiwe na kushugulikiwa. {CHSw 76.3}

Ni Muhimu Kudhibiti Hamu

Lakini, kwa upande mwingine, wazo kwamba wanawake, kwa sababu

ya hali yao maalum ya ujauzito, wanakuwa na hamu ya chakula fulani na hivyo wako hurukuruhusu hamu ya kula iachwe bila kuthibitiwa, ni kosa linatokana na mila, lakini sio busara. Hamu ya wanawake katika hali hii inaweza kuwa ya kutofautiana, inayobadilika-badilika na isiyojulikana kwamba atakuwa na hamu ya nini sasa au baadaye, na ngumu kutosheleza; na desturi hufikiria kwamba anaruhusiwa kuwa na chochote anachopenda hata kama ni cha kufikirika au cha kupikwa kwa mtindo fulani bandia (fancy), bila kufikiri kwa busara ikiwa chakula hicho kinaweza kutoa lishe kwa mwili wake na ukuaji wa mtoto wake ipasavyo. Chakula kinapaswa kuwa na lishe, lakini hakipaswi kuleta kusisimua mwili. Desturi inasema kwamba ikiwa anataka nyama, mboga mboga zenye siki kama achari, chakula kilichotiwa viungo (jifunze zaidi viungo gani ni vibaya kwa mwili), au mikate inayookwa na nyama au mabaki ya chakula, wacha apewe tu; hamu ya kula pekee ndiyo iwe mshauri. Hili ni kosa kubwa, na linaumiza sana. Madhara hayawezi kukadiriwa. Kama kuna kipindi ambacho lishe rahisi na utunzaji maalum juu ya ubora wa chakula kinacholiwa unahitajika, ni katika kipindi hiki muhimu cha ujauzito/kunyonyesha. {CHSw 77.1}

Wanawake ambao wana kanuni, na ambao wamefundishwa vizuri, hawataacha lishe rahisi mida hii kulinganisha na wakati mwingine wa Maisha yao. Watazingatia kuwa maisha mengine yanawategemea wao, na watakuwa waangalifu katika tabia zao zote, na haswa katika lishe. Hawapaswi kula chakula kisicho lishe bora mradi wajifurahishe tu, au kwa sababu tu kina ladha nzuri tu. Kuna washauri wengi mno walio tayari kuwashawishi wafanye mambo ambayo busara ingewaambia hawapaswi kuyafanya. {CHSw 78.1}

Watoto wenye magonjwa huzaliwa kwa sababu ya kuridhisha hamu ya kula kwa wazazi. Mfumo haukutaka aina ya chakula ambacho akili ilipenda. Kwa sababu kipo mawazoni tu basi ni lazima kiwe ndani ya tumbo, ni kosa kubwa, ambalo wanawake wa Kikristo wanapaswa kukataa. Mawazo ya kufikirika tu, hayapaswi kuruhusiwa kutawala mahitaji ya mfumo. Wale ambao huruhusu ladha itawale, watapata adhabu ya kukiuka sheria za maisha yao. Na jambo hilo haliishii hapa; watoto wao wasio na hatia pia watakuwa wale wanaougua. {CHSw 78.2}

Manzingira ya Kuvutia ni Muhimu

Uangalifu mkubwa unapaswa kutekelezwa ili kuwa na mazingira ya mama yenye kupendeza na ya kufurahisha. Mume na baba yuko chini ya jukumu maalum la kufanya yote kwa uwezo wake kupunguza mzigo wa mke na mama. Anapaswa kubeba, kadiri iwezekanavyo, mzigo wa hali yake. Anapaswa kuwa mtu mzuri, mwenye adabu, mkarimu, na mpole, na haswa kuwa mwangalifu kwa matakwa yake yote. **[Testimonies for the Church 2:380-383 (1868).]** {CHSw 78.3}

MASHAURI KUHUSU AKINA MAMA

[The Review and Herald, July 25, 1899]

Kila mwanamke anayetarajia kuwa mama, haijalishi mazingira yake, anapaswa kujitia moyo katika kujizoesha tabia ya kuwa na roho ya furaha na kuridhika kila mara, akijua kwamba kwa jitihada zake hizo atalipwa mara kumi katika afya ya mwili na pia katika tabia ya kimaadili ya mtoto wake. Wala hiyo siyo yote. Kwa kujizoesha, anaweza kuzoea kufikiri kwa furaha, na hivyo kuendeleza hali ya kimaisha ya furaha, akionyesha na kuakisi kwa wengine mwanga wa furaha ya roho yake kwa familia yake na kwa wale anaoshirikiana nao. {CHSw 79.1}

Kwa kiwango kikubwa sana afya yake ya mwili pia itaimarishwa. Nguvu mpya zitaingizwa katika chemchemi za maisha; damu haitatembea kwa uogigoi kama ingekuwa kwa hali ya huzuni na unyonge. Afya ya kiakili na kimaadili inaimarishwa na uchangamfu wa moyo wake. Nguvu ya mapenzi/kunia inaweza kushinda mawazo yenye kuathiri nafsi na kuwa kitulizo kikuu cha mishipa. Watoto ambao wamepungukiwa nguvu za uzima ambazo walizopaswa kurithi kutoka kwa wazazi wao wanapaswa kuangaliwa kwa uangalifu mkubwa. Kwa kushika kwa makini kanuni za asili yao, hali njema zaidi yaweza kuundwa. {CHSw 79.2}

Kuwalisha Watoto Wachanga

Kipindi ambacho mtoto mchanga hupokea chakula chake kutoka kwa mama yake ni cha muhimu na hatari. Mama wengi, wakati wa kunyonyesha watoto wao, huruhusiwa kufanya kazi nyingi mno, wakijichosha, na kuchemsha damu zao karibu na jiko la kupikia; na

watoto wao wameathirika sana, si tu kwa maziwa yenye joto mno kutoka kwa matiti ya mama, bali pia damu ya watoto hao imechafuliwa na lishe mbaya ya mama, iliyoleta homa kwenye mwili wake wote, na hivyo kuathiri chakula cha mtoto. Mtoto pia huathiriwa na hali ya akili ya mama. Iwapo mama hana furaha, anapoudhika kirahisi, akawa na hasira, na kutoa mlipuko wa ghadhabu, basi chakula (lishe) anachokipokea mtoto mchanga kutoka kwa mama yake huleta mwili kukereka kama ukuta wa tumbo au utumbo (inflamation), na mara nyingi husababisha tumbo kuuma, mshtuko wa misuli, kulia-lia (colicky stomach watoto hupewa crip water nk), na wakati mwingine kupelekea kifafa (degedege). {CHSw 79.3}

Tabia ya mtoto pia huathiriwa kwa namna moja au nyingine na hali ya lishe anayopewa na mama. Hivyo basi ni jambo la maana sana kwa mama, anapomnyonyesha mtoto wake, kudumisha hali ya furaha, akiwa na udhibiti kamili wa roho yake. Kwa kufanya hivyo, chakula cha mtoto hakitaharibika, na mwenendo wa utulivu na wa kujizuia wa mama katika kumtunza mtoto wake una mchango mkubwa katika kuunda akili ya mtoto. Ikiwa mtoto ni mwenye wasiwasi na kuchokozeka/kuudhika kwa urahisi, mtindo wa utulivu na usiokuwa wa haraka wa mama utakuwa na nguvu ya kumtuliza na kumrekebisha, na afya ya mtoto itaimarika sana. {CHSw 80.1}

Watoto wachanga wameumizwa sana kwa matunzo yasiyofaa. Wanapokuwa wakorofi, mara nyingi hupewa chakula cha kuwanyamazisha, ilhali mara nyingi, tatizo ni kwamba wamepewa chakula kingi kupita kiasi na kuwaumiza, na hiyo ndiyo sababu ya hali yao. Kuwapa chakula zaidi kulifanya mambo kuwa mabaya zaidi, kwa kuwa tumbo lilikuwa tayari limejaa mzigo wa kupita kiasi….{CHSw 80.2}

Mara nyingi mama hupanga kumaliza kiasi fulani cha kazi wakati wa mchana; na watoto wanapomsumbua, badala ya kuchukua muda wa kufuta huzuni zao ndogo na kuwaburudisha, hupewa kitu cha kula ili waache kuwasumbua. Hii huleta matokeo ya haraka ya utulivu, lakini baada ya muda huongeza tatizo. Matumbo ya watoto hulemezwa kwa chakula wakati hawana njaa hata kidogo, yaani hawakuhitaji chakula kabisa wakati huo. Kilichohitajika tu kilikuwa muda na umakini wa mtoto kwa mama. {CHSw 80.3}

KATAA UNAJISI WA TUMBAKU

[Spiritual Gifts 4a:126-128 (1864)]

Tumbaku, kwa namna yoyote itakavyotumika, huathiri mwili na kuujulisha kuwa mambo siyo sawa. Ni sumu ya polepole. Huathiri ubongo kwa kupunguza nguvu za ubongo kwa kuupooza na kuzima hisia, kiasi kwamba akili haiwezi kutambua kwa uwazi mambo ya kiroho, hasa ile Kweli ambayo ingeweza kuelekeza moyo kuacha tamaa hii chafu. Wale watumiaji wa tumbaku kwa namna yoyote ile hawako safi mbele za Mungu. Katika mazoea haya yaliyo chafu haiwezekani kwao kumtukuza Mungu katika miili yao na roho zao vilivyo mali Yake. Na wakati wanapojitia sumu hizi za taratibu na za hakika, ambazo zinaharibu afya na kushusha uwezo wa akili, Mungu hawezi kupendezwa nao. Anaweza kuwa na rehema kwao wanapojihusisha na tabia hii hatari pasipo kujua madhara yanayowapata; lakini mara jambo hili linapowekwa wazi mbele yao kupitia nuru ya Kweli, basi wanakuwa na hatia mbele za Mungu ikiwa wataendelea kuendekeza na kuridhisha tamaa hii mbaya. {CHSw 81.1}

Mungu aliwataka wana wa Israeli waishi kwa tabia za usafi wa hali ya juu. Katika hali yoyote ya uchafu hata kwa kiwango kidogo, walitakiwa wabaki nje ya kambi mpaka jioni, kisha waoge na kurudi kambini. Hakukuwa na mtumiaji wa tumbaku katika jeshi lile kubwa. Kama angekuwapo, angehitajika kuchagua aidha kubaki nje ya kambi au kuacha kutumia mmea huo mchafu usiohitajika kabisa. Na baada ya kusafisha kinywa chake kutokana na mabaki madogo kabisa ya uchafu huo, ndipo angeweza kuruhusiwa kuungana na kusanyiko la Israeli. {CHSw 81.2}

Unajisi wa Tumbaku Ni Chukizo kwa Mungu

Makuhani waliokuwa wakihudumu katika mambo matakatifu waliamriwa kuosha miguu na mikono yao kabla ya kuingia katika hema ya kukutania mbele za Mungu ili kumlilia Israeli kwa maombezi, wasije wakalitia unajisi Patakatifu. Kama makuhani wangaliingia Patakatifu wakiwa na midomo iliyotiwa unajisi kwa tumbaku, wangepata hatima ile ile ya Nadabu na Abihu. Na bado, watu wanaodai kuwa Wakristo hupiga magoti mbele za Mungu katika familia zao ili kusali, huku midomo yao ikiwa imenajisiwa kwa uchafu wa tumbaku... {CHSw 81.3}

Usafi wa Kipekee Wanaohitajika (usafi mkali)

Watu waliotengwa kwa kuwekewa mikono ili kuhudumu katika mambo matakatifu mara nyingi husimama mimbari wakiwa na midomo iliyotiwa unajisi, midomo yao ikiwa na madoa, na pumzi zao zikitia uchafu wa tumbaku. Hawa huzungumza na watu badala ya Kristo. Je, ibada ya namna hii inaweza kukubalika mbele za Mungu Mtakatifu, Yeye aliyewataka makuhani wa Israeli wafanye maandalizi maalumu kabla ya kuja mbele Zake, ili utakatifu Wake usiwateketeze kwa kumdharau, kama ilivyokuwa kwa Nadabu na Abihu? Watu kama hawa wanaweza kujua hakika kwamba Mungu mkuu wa Israeli bado ni Mungu wa usafi. Wakidai kumtumikia Mungu, kwa kweli wanatenda ibada ya sanamu, kwa kuwa tumbo lao limekuwa mungu wao. Tumbaku imekuwa sanamu wapendayo wanadamu. Kwa sababu ya tumbaku, kila jambo la juu na takatifu lazima lipige magoti kwa tumbaku kwani mapenzi ya watu yapo kwenye tumbaku. Wanakiri kumwabudu Mungu, ilhali wanavunja amri ya kwanza. Wana miungu mingine mbele za uso wa Bwana. “***Nendeni zenu, nendeni zenu, tokeni huko, msiguse kitu kichafu; tokeni kati yake; iweni safi ninyi mnaochukua vyombo vya BWANA***.” **(Isaya 52:11).** {CHSw 82.1}

Mungu anataka usafi wa moyo na usafi binafsi leo kama vile alivyotoa maagizo maalumu kwa wana wa Israeli. Ikiwa Mungu alikuwa makini sana katika kuwataka watu wa Israeli wawe safi hata walipokuwa safarini jangwani, wakiwa katika hewa ya nje muda mwingi, Je, sisi tunaokaa katika nyumba zilizofunikwa hatutakiwa kuzingatia jambo hili zaidi, kwani uchafu unaonekana zaidi na una madhara makubwa kwa afya ndani ya nyumba kuliko nje ya nyumba mahali ambapo kuna hewa bora inayozunguka? {CHSw 82.2}

MATUMIZI YA TUMBAKU KINYUME NA UTAUWA

[The Review and Herald, January 25, 1881.]

Nimewaona watu wakidai kufurahia baraka ya kuridhika kikamilifu, ilhali ni watumwa wa tumbaku, wakitema mate na kunajisi kila kitu kilicho karibu nao kwa ugoro; nikawaza: Je, mbingu ingeonekanaje ikiwa na watumiaji wa tumbaku ndani yake? Midomo iliyokuwa ikilitaja Jina la thamani la Kristo ilikuwa imenajisiwa kwa mate ya tumbaku, pumzi ilikuwa imechafuliwa kwa harufu yake chafu, na hata mashuka na nguo

zilikuwa zimenajisiwa; hivyo nafsi iliyopenda uchafu huu na kufurahia mazingira haya yenye sumu nayo pia ilipaswa kuwa imetia unajisi. Alama ya ndani iliwekwa wazi na kushuhudia kupitia matendo ya nje. {CHSw 83.1}

Wanaume wanaodai utauwa wanaitoa miili yao juu ya madhabahu ya Shetani, wakichoma uvumba wa tumbaku kwa heshima ya utukufu wake wa kishetani. Je, maneno haya yanaonekana makali? Lakini dhabihu lazima itolewe kwa mungu fulani. Kwa kuwa Mungu ni safi na mtakatifu, na hatakubali kitu chochote kilicho na unajisi kwa asili yake, Anakataa sadaka hii ghali, chafu, na isiyo takatifu; basi tunahitimisha kuwa Shetani ndiye anayejinasibu kwa heshima hiyo. {CHSw 83.2}

Mwanadamu Mali ya Kristo

Yesu alikufa kumkomboa mwanadamu kutoka kwenye mkono wa Shetani uliomshikilia mtu kwa nguvu. Yeye Alikuja kutuweka huru kwa damu ya dhabihu Yake ya upatanisho. Yule ambaye amekuwa mali ya Yesu Kristo, na ambaye mwili wake ni hekalu la Roho Mtakatifu, hatakuwa mtumwa wa desturi mbaya ya matumizi ya tumbaku. Nguvu zake ni mali ya Kristo, aliyemnunua kwa bei ya damu. Mali yake ni ya Bwana. Basi, atawezaje kuwa hana hatia anapotumia kila siku mali ya mtaji aliyoaminiwa na Bwana kuiridhisha tamaa isiyo na msingi wowote katika asili? {CHSw 83.3}

Matumizi Mabaya ya Fedha

Kiasi kikubwa mno cha mali kinapotezwa kila mwaka kwa anasa hii, ilhali roho zinapotea kwa kukosa Neno la uzima. Wakristo waliopokea nuru juu ya jambo hili, wanawezaje kuendelea kumwibia Mungu zaka na sadaka ambazo zinapaswa kutegemeza kazi ya Injili, huku wakitoa zaidi juu ya madhabahu ya tamaa ya uharibifu—kwa matumizi ya tumbaku—kuliko wanavyotoa kuwasaidia maskini au kuendeleza kazi ya Mungu? Ikiwa kweli wamesafishwa na kutakaswa, kila tamaa mbaya inayoumiza wanadamu itashindwa. Ndipo njia zote za matumizi ya bure zitageuzwa na kuelekezwa kwenye hazina ya Bwana, na Wakristo wataongoza kwa kujikana nafsi, kwa kujitoa dhabihu, na kwa kiasi. Hapo ndipo watakapokuwa nuru ya ulimwengu.... {CHSw 84.1}

Hisia za Asili Zimekufa Ganzi

Kwa mtumiaji wa tumbaku, kila kitu huonekana hakina ladha na hakina uhai bila anasa yake pendwa. Matumizi yake yameua hisia za kiasili za mwili na akili, na hivyo hajisikii kuguswa na uvuvio wa Roho wa Mungu. Kukikosekana kichocheo chake cha kawaida, hujawa na njaa na tamaa ya mwili na nafsi, sio njaa ya haki, sio njaa ya utakatifu, wala sio njaa ya uwepo wa Mungu, bali kwa sanamu yake anayoipenda. Katika kuridhisha tamaa mbaya na zenye madhara, Wakristo wa jina kila siku huzipooza nguvu zao, na hivyo hujifanya wasiwezi kumtukuza Mungu. {CHSw 84.2}

SUMU YA UDANGANYIFU

Tumbaku ni sumu ya aina ya udanganyifu wa hali ya juu na yenye uovu mwingi, ikianza kwa kuchochea mishipa ya mwili, kisha kuipooza. Ni hatari zaidi kwa sababu athari zake katika mwili huja taratibu, na mwanzoni hazionekani wazi. Wengi wameangamia kwa kuwa wahanga wa ushawishi huu wenye sumu. **— Spiritual Gifts 4a:128 (1864).** {CHSw 84.3}

KUJIEPUSHA NA DAWA ZENYE ATHARI MBAYA

Testomonies for the Church 3:569-570 (1875)

Watu wetu wanarudi nyuma kila wakati juu ya matengenezo ya afya. Shetani huona kuwa hawezi kuwa na nguvu ya udhibiti juu yao kama ambavyo angeweza ikiwa uchu wa chakula ungeendekezwa. Chini ya ushawishi wa chakula kisicho na afya dhamiri inapigwa na butwaa, inatekewa na kupumbazwa, akili inatiwa giza, na uwezekano wake wa kuona unapungua. Lakini kwa sababu dhamiri iliyovurugwa inafifia na kutohisi chochote, hatia ya mkosaji haipungui. {CHSw 85.1}

Shetani anavuruga na kuharibu akili na kuharibu roho kupitia majaribu yake ya hila. Je! Watu wetu wataona na kuhisi dhambi ya kuendekeza hamu mbaya? Je! Watatupilia mbali chai, kahawa, nyama, na vyakula vyote vya kusisimua, na kuwekeza mali iliyotumika kwa vitu hivi vinavyodhuru katika kueneza Ukweli? Vichocheo hivi kazi yake ni kudhuru tu, na bado tunaona kwamba idadi kubwa ya wale wanaodai kuwa Wakristo wanatumia tumbaku. Watu hawa watashutumu uovu wa

kukosa kiasi, na wakati wakisema dhidi ya matumizi ya vileo watatema sharubati ya tumbaku wanapotumia ugoro. Wakati hali nzuri ya akili inategemea hali ya kawaida ya nguvu muhimu, ni uangalifu mkubwa gani unapaswa kutekelezwa kwamba hakuna vichocheo au dawa za kulevya zinazopaswa kutumiwa. {CHSw 85.2}

Tumbaku ni sumu ya taratibu, inayodhuru kwa siri, na athari zake ni ngumu kusafishwa kutoka kwenye mfumo kuliko ile ya pombe. Ni nguvu gani ambayo mwathirika wa tumbaku anaweza kuwa nayo ili kubaki katika maendeleo ya ukosefu wa kiasi? Lazima kuwe na mapinduzi katika ulimwengu wetu juu ya mada ya tumbaku kabla ya shoka kuwekwa kwenye shina la mti. Tunasogeza mada ya vileo hivi kwa karibu zaidi. Chai na kahawa zinakuza hamu ya kula ambayo inakua kwa sababu ya vichocheo vikali, kama tumbaku na pombe. Na tunakuja karibu zaidi nyumbani, kwenye chakula cha kila siku, meza zinazotayarishwa mbele ya kaya za Kikristo. Je! Kujizuia na kiasi kunatekelezwa katika vitu vyote? Je! Matengenezo ambayo ni muhimu kwa afya na furaha hufanywa huko? Kila Mkristo wa Kweli atakuwa na udhibiti wa hamu yake ya chakula na tamaa za mwili. Isipokuwa tu yuko huru kutoka kwenye kifungo na utumwa wa hamu ya chakula hawezi kuwa mtumwa wa Kweli wa Kristo. Ni kwa kuendekeza hamu na tamaa ambavyo huufanya Ukweli kutokuwa na matokeo yoyote moyoni. Haiwezekani kwa roho na nguvu ya Ukweli kumtakasa mtu, nafsi, mwili, na roho, wakati anadhibitiwa na uchu wa chakula na tamaa-ulafi. **[Testimonies for the Church 3:569, 570 (1875).]** {CHSw 85.3}

KUJIKANA NAFSI NA MAOMBI

Wakati KRISTO alipokuwa amesumbuliwa vikali na majaribu, hakula kitu. Alijikabidhi Mwenyewe kwa MUNGU na kupitia maombi ya bidii na kujisalimilsha kamili katika mapenzi ya BABA Yake, alikuwa Mshindi. Wale wanaokiri Ukweli wa siku hizi za mwisho, kutoka katika tabaka zote za watu, lazima wamuige Yeye ambaye Ndiye Kielelezo kikuu katika maombi..... {CHSw 86.1}

Yesu aliitafuta kwa bidii nguvu kutoka kwa Baba Yake. Huyu Mwana wa Mungu aliona ni thamani kubwa zaidi, hata Kwake Mwenyewe

ushirika na Baba Yake, kuliko kuketi kwenye meza ya anasa/fahari zaidi. Ametupa uthibitisho kwamba maombi ni muhimu ili kupokea nguvu ya kupambana na nguvu za giza na kufanya kazi iliyokabidhiwa kwetu. Nguvu zetu wenyewe ni dhaifu lakini kile ambacho MUNGU anatoa ni kikuu na kitamfanya kila mtu ambaye anakipata awe zaidi ya mshindi. —**Testimonies for the Church 2:202, 203 (1869).** {CHSw 86.2}

ATHARI MBAYA ZA CHAI NA KAHAWA

Matumizi ya chai na kahawa pia huumiza mfumo wa mwili. Kwa kiwango fulani, chai huzalisha sumu. Inaingia kwenye mzunguko na polepole huharibu nguvu ya mwili na akili. Inachochea, inasisimua, na inaharakisha mwendo wa utaratibu wa kuishi, ikiulazimisha kuchukua hatua isiyo ya asili, na hivyo kumpa mnywaji wa chai hisia kwamba chai inamfanyia huduma nzuri, ikimpa nguvu. Hili ni kosa. Chai hutoa nguvu za neva na kuziacha dhaifu sana. Athari yake inapotoweka na utendaji ulioongezeka unaosababishwa na nguvu yake umepungua, basi matokeo ni nini? Unyong'onyevu na udhaifu unaolingana na uchangamfu bandia ulioletwa na chai. {CHSw 87.1}

Wakati mwili tayari umezidiwa na unahitaji kupumzika, matumizi ya chai huchochea asili kwa kusisimua mwili kufanya tendo lisilo la kawaida, lisilo la asili, na kwa hivyo hupunguza nguvu yake ya kutenda na uwezo wake wa kustahimili; na nguvu zake hukoma muda mrefu kabla ya muda Mbingu iliyopanga zikome. Chai ni sumu kwa mfumo. Wakristo wanapaswa kuachana nayo. {CHSw 87.2}

Athari ya kahawa ni sawa na chai, lakini athari kwenye mfumo huwa mbaya zaidi. Athari yake ni kusisimua, kwa kiwango tu ambacho huinuka juu zaidi ya wastani na msisimko huo utamalizika kushuka chini ya wastani na kumwacha mtu amechoka. Wanywaji wa chai na kahawa hubeba alama usoni mwao. Ngozi hugeuka kuwa rangi ya manjano na kuwa na mwonekano usio na uhai. Mng'ao wa afya hauonekani usoni mwao. {CHSw 87.3}

Chai na kahawa haziunawirishi mfumo wa mwili. Nafuu inayotokana nazo ni ya ghafla, kabla ya tumbo kuzimeng'enya. Hii inaonesha kuwa kile watumiaji wa vichocheo hivi huita nguvu inapokewa tu kwa kusisimua mishipa ya tumbo, inayopeleka mwasho katika ubongo, na hii

kwa upande mwingine inachochewa ili kuleta ongezeko la utendaji katika moyo na nguvu kwa muda mfupi katika mfumo mzima. Yote hii ni nguvu ya uwongo ambayo tu wabaya sana kwa kuwa nayo. Haitoi hata chembe ya nguvu ya asili. Athari ya pili ya kunywa chai ni maumivu ya kichwa, kukosa usingizi, mapigo ya moyo kwenda kasi, tatizo la mmeng'enyo wa chakula, kutetemeka kwa mishipa ya fahamu, na maovu mengine mengi. {CHSw 87.4}

Kujifurahisha Kusivyompendeza Mungu

"*Basi ndugu zangu, nawasihi, kwa huruma zake Mungu, itoeni miili yenu iwe dhabihu iliyo hai, takatifu, ya kumpendeza Mungu, ndiyoibada yenu yenye maana*." **Warumi 12:1.** Mungu anataka dhabihu iliyo hai, siyo iliyokufa au inayokufa. Tunapotambua mahitaji yaMungu, tutaona kwamba anatuhitaji tuwe na kiasi katika kila jambo. Mwisho wa uumbaji wetu ni kumtukuza Mungu katika miili na roho zetu, ambazo ni Zake. Tunawezaje kufanya hivyo wakati tunaendekeza uchu wa vilevi/kafeini kama tumbaku, chai na kahawa kwa maumivu ya nguvu za mwili na maadili? Mungu anataka tuitoe miili yetu kuwa dhabihu iliyo hai. Kisha wajibu umeamriwa kwetu kuhifadhi mwili huo katika hali bora kabisa ya afya, ili tuweze kuzingatia matakwa yake. "*Basi, mlapo, au mnywapo, au mtendapo neno lolote, fanyeni yote kwa utukufu wa Mungu*." **1 Wakorintho 10:31. [Testimonies for the Church 2:64, 65 (1868).]** {CHSw 88.1}

EPUKA MATUMIZI YA MADAWA YENYE SUMU

The Ministry of Healing 126, 127 (1905)

Mazoea ambayo yanaweka msingi wa idadi kubwa ya magonjwa na hata maovu ya kutisha ni utumiaji huru wa madawa yenye sumu (dawa za maduka ya dawa au zo zote zile zisizoendana na zile tiba nane sahili). Wengi wanaposhambuliwa na ugonjwa, hawataki kusumbuka kwa hali au mali kujua chanzo au mzizi wa ugonjwa wao. Wasiwasi wao mkuu upo katika kuyaondoa maumivu na usumbufu wanaopitia. Kwa hiyo hawa hukimbilia kwenye dawa za nostrum* ambazo sifa zake wanazijua kidogo tu, au humwomba daktari dawa fulani ya kukabiliana na matokeo ya makosa yake, lakini bila kufikiria kufanya mabadiliko katika mazoea yao yasiyofaa. Ikiwa kupona hakujaonekana mapema, dawa nyingine

inajaribiwa, na kisha nyingine. Hivyo uovu huzidi kuendelea. (nostrum*- over the counter medicines kama Panadol nk) {CHSw 89.1}

Madawa Hayatibu Ugonjwa

Watu wanatakiwa kufundishwa kuwa dawa hazitibu au kuponya magonjwa. Ni kweli kwamba nyakati fulani zinaleta nafuu ya muda mfupi, na mgonjwa huonekana kupata nafuu kama matokeo ya dawa hizo; hii ni kwa sababu maumbile ya asili yana nguvu hai ya kutosha kupambana na kuondoa sumu na kisha kurekebisha hali zilizosababisha ugonjwa huo. Afya inarejeshwa licha ya kutokuwa na dawa (kwa silimia themanini ukiruhusu mwili kufanya hivi). Lakini katika kesi nyingi za wagonjwa, dawa hubadilisha tu sura na eneo la ugonjwa huo. Mara nyingi athari ya sumu itokanayo na madawa kwa muda huonekana kama haipo, lakini matokeo hubakia kwenye mfumo na hufanya madhara makubwa katika kipindi fulani cha baadaye. {CHSw 89.2}

Kwa kutumia dawa zenye sumu (poisonous drugs), wengi hujiletea wenyewe magonjwa ya kudumu maishani mwao, na watu wengi wamepoteza maisha yao, ambao wangeweza kuokolewa kwa kutumia njia za asili za uponyaji. Sumu zilizomo katika dawa nyingi ziitwazo dawa huunda tabia na hamu ya kula ambayo inamaanisha uharibifu kwa roho na mwili. Nyingi ya dawa hizi maarufu za nostrum, zinazoitwa dawa za kaunta ambazo hazihitaji maagizo au maelekezo ya tiba toka kwa daktari unapotaka kununua (non-Prescription drugs-Rx) na hata baadhi ya dawa zinazotolewa na waganga (za famasia zinazoitwa dawa za magharibi au za wazungu), hushiriki katika kuweka msingi wa tabia ya uraibu wa vileo, wa bangi, uraibu wa mofini, ambazo ni laana mbaya sana kwa jamii. {CHSw 89.3}

Nguvu Irejeshayo ya Asili

Tumaini pekee la mambo yaliyo bora ni katika kuwaelimisha watu kanuni sahihi. Hebu matabibu wawafundishe watu kwamba nguvu za urejeshwaji hazipo katika madawa, bali katika asili. Ugonjwa ni juhudi ya maumbile ya asili ya kuuweka mfumo huru kutoka kwenye hali iliyosababishwa na ukiukaji wa sheria za afya. Pale mtu anapopatwa na ugonjwa, sababu ya kuja kwa huo ugonjwa inapaswa kutambuliwa-kueleweka. Tabia mbaya yafaa zibadilishwe au sababu ya ugonjwa kuja.

Mazoea mabaya yarekebishwe. Kisha mwili unapaswa kusaidiwa katika juhudi zake za kuondoa uchafu na kuweka upya hali sahihi katika mfumo..... {CHSw 90.1}

Tiba Asili

Hewa safi, mwanga wa jua, kuwa na kiasi, pumziko, kufanya mazoezi, chakula kinachofaa, matumizi ya maji, kumtumaini Mungu na uweza Wake—hizi ndizo tiba za kweli. Kila mtu apaswa kuwa na maarifa ya maumbile ya asili yaletayo uponyaji na jinsi ya kuyatumia (hebu azifahamu tiba nane rahisi na kuzitumia, ikiwemo usafi, roho ya shukrani, mtazamo wa maisha, na kuhudumia watu). Ni muhimu pia kuelewa kanuni zinazohusika katika tiba ya wagonjwa na kuwa na uzoefu wa vitendo utakaomwezesha mtu kutumia ujuzi huo kwa njia ifaayo. [MHsw 127.2; HU Aya ya 9] {CHSw 90.2}

Matumizi ya tiba za asili yanahitaji kiasi kikubwa cha uangalifu na jitihada, mambo ambayo wengi hawako tayari kuyafanyia kazi. Mchakato wa asili wa uponyaji na kuujenga mwili tena pale ulipoharibika ni wa taratibu ila una uhakika, na kwa wale wasio na subira, huona mambo yanaenda polepole sana kwao. Kusalimisha vile vitu vinavyoendekezwa au kujifurahisha navyo kunahitaji kujitoa kafara. Lakini mwishowe itagunduliwa kwamba asili, isipozuiwa, hufanya kazi yake kwa busara na kwa ubora. Wale wanaodumu katika kuzitii sheria zake watavuna thawabu katika afya zao za mwili na akili... **[The Ministry of Healing, 126, 127 (1905).]** {CHSw 90.3}

UVAAJI MZURI

The Ministry of Healing, 288-294 (1905)

Katika mambo yote, mavazi yanapaswa kuwa yenye afya. “Zaidi ya mambo yote,” Mungu anatamani tuwe “katika afya”—afya ya mwili na nafsi. Nasi tunapaswa kuwa watenda kazi pamoja Naye Bwana kwa afya ya roho na mwili pia. Yote mawili yanaboreshwa kwa mavazi yenye afya.... {CHSw 91.1}

Adui wa mema yote ndiye aliyechochea uvumbuzi wa mitindo inayobadilika kila kukicha. Yeye hupenda chochote kile ambacho kinaleta

huzuni na fedheha kwa Mungu kwa kuleta taabu na uharibifu kwa wanadamu. Moja ya njia ambayo yeye hufanikisha lengo lake hili kwa ufanisi zaidi ni mada ya mitindo ambayo inadhoofisha mwili na kudhoofisha akili na kuidhalilisha roho pia. {CHSw 91.2}

Wanawake wanakabiliwa na magonjwa mazito, na mateso yao huongezeka zaidi kwaajili ya aina ya mavazi yao. Badala ya kuhifadhi afya zao kwa ajili ya dharura ambazo huwa changamoto kubwa za kukabiliana nazo na ambazo hakika zitakuja, wao kwa mazoea yao mabaya mara nyingi hudhabihu si afya tu bali uhai, na kuwaachia watoto wao urithi wa misiba/ole katika mwili/katiba ulioharibika, mazoea potovu, na mawazo bandia kuhusu maisha. {CHSw 91.3}

Mojawapo ya vitu vyenye upotevu na ubaya katika mitindo ni sketi inayofagia Barabara. Inazoa uchafu wa njiani, haileti faraja kuivaa, inabughudi, inaumiza afya—yote haya na mengine zaidi ni ya kweli kuhusu hizi sketi zinazoburuza chini. Imepitiliza kwa namna mbili, kwanza kitambaa kikubwa kinatumika kuishona na kisha kuchanika na kuharibika kwa sababu ya urefu wake. Na mtu yeyote ambaye amemwona mwanamke katika sketi hii inayoburuza au kufagia barabara, akiwa na vifurushi vingi mikononi mwake na akijaribu kupanda au kushuka ngazi, au kuingia kwenye gari la abiria kwenye usafiri wa umma kama daladala au matatu, na jinsi anavyopita katikati ya umati wa watu, au hata kutembea wakati mvua inanyesha au kwenye barabara ya matope, hahitaji kuvaa hii sketi au ahitaji ushahidi mwingine kuona jinsi usumbufu, bughuda na kukosa raha kwa huyu mama kulivyo. {CHSw 91.4}

Uovu mwingine mkubwa ni uvaaji wa sketi ambayo uzito wake wote unahimiliwa na kiuno na makalio. Gauni hili ni zito, nalo hukandamiza viungo vya ndani, na kuviburuta chini, na hivyo kusababisha udhaifu wa tumbo na kuleta hisia ya udhaifu na kumfanya mvaaji kuinama, jambo ambalo hukandamiza zaidi mapafu, na kufanya upumuaji sahihi kuwa mgumu zaidi. {CHSw 91.5}

Katika miaka ya hivi majuzi, hatari zinazotokana na mgandamizo wa kiuno zimejadiliwa kikamilifu kiasi kwamba ni wachache sana wanaweza kuzivaa na kusema hawajui, naam, wanaweza kuwa wajinga kuhusu hizi

sketi; lakini nguvu ya mtindo ni kubwa sana hivi kwamba uovu huu unazidi kuendelea. Kwa kitendo hiki, wanawake na wasichana wadogo wengi hujiletea madhara yasiyoelezeka. Ni muhimu kwa afya kwamba kifua kiwe na nafasi ya kutanuka hadi kufikia kiwango chake kamili cha utanukaji wakati wa kuvuta hewa na kutoa nje hewa, ili mapafu yawezeshwe kuchukua kwa ukamilifu hewa inayovutwa ili kuingia ndani ya mapafu kupitia mdomo na pua. Wakati mapafu yamezuiwa kutanuka inavyopaswa, kiasi cha oksijeni kinachopokelewa ndani ya mwili hupunguzwa na kuwa kidogo (ujazo mdogo). Damu hailishwi kwa jinsi ipasavyo, na taka-mwili na dutu zenye sumu ambazo zinapaswa kutupwa nje kwa kupitia mapafu au ngozi, huhifadhiwa ndani ya mwili. Mbali na hayo mzunguko wa damu unazorota na kuwa na changamoto, na viungo vya ndani vinakuwa vimebanwa sana na kusongamana mahali ambapo kwa kawaida sio nafasi yake, na hivyo haviwezi kufanya kazi yake ipasavyo. {CHSw 92.1}

Corset au nguo ya ndani iliyo kama vest inayobinya kifua na tumbo, haisaidii kufanya umbo au shepu ya mtu iwe nzuri (google corset au tight lacing). Moja ya vipengele vikuu katika uzuri wa kimwili ni ulinganifu, uwiano au usawa wa sehemu za mwili, yaani kushoto na kulia kwenye umbo la mtu viwe na mlingano au mfanano (symmetry), upande mmoja usiwe mkubwa kuliko mwingine. Na kielelezo sahihi cha ukuaji wa kimwili au urembo, kinaweza kupatikana, ila sio katika takwimu zinazoonyeshwa na madisaina wa nguo za fasheni huko Ufaransa - French modistes, bali katika umbo la mwanadamu linalokuzwa kulingana na sheria za Mungu katika asili. Mungu Ndiye Mwasisi wa uzuri au urembo wowote halisi, yaani ulio wa kweli, na tunapopatana na ukamilifu Wake ndipo tunapokuwa tumekaribia na kiwango cha urembo au uzuri wa kweli. {CHSw 92.2}

Uovu mwingine ambao desturi inakuza ni ugawaji usio sawa wa vipande vya nguo, yaani, wakati baadhi ya viungo vya mwili vimefunikwa kwa nguo zaidi yainavyotakiwa, viungo vingine havijavikwa kabisa, au vimevikwa kwa udogo. Miguu na mikono iko mbali na viungo muhimu kama vile moyo, na mapafu, na inapaswa kulindwa hasa kutokana na baridi kwa kuwekewa nguo za kutosha (mbali na moyo ikimaanisha vigumu zaidi kufikiwa na damu, virutubisho, oksijeni nk ukilinganisha na

viungo karibu na moyo). Haiwezekani kuwa na afya wakati viungo vilivyo mbali na moyo vinakuwa na ubaridi; kwa maana ikiwa kuna damu kidogo ndani ya hivi viungo, kutakuwa na damu nyingi katika sehemu nyingine za mwili. Afya kamili inahitaji mzunguko wa damu mkamilifu; lakini hii haiwezekani wakati kuna nguo mara tatu au nne zaidi juu ya viungo muhimu, na hakuna nguo yoyote inayofunika miguu na mikono na kichwa (kwa wale wanaoishi sehemu zenye baridi, usivae nguo nyingi kwenye sehemu ya joto pia). {CHSw 92.3}

Wanawake wengi wana wasiwasi, uchovu na masumbufu kwa sababu wanajinyima hewa safi ambayo ingetengeneza damu safi, na kufanya utembeaji wa damu kwenye mishipa usiwe na uhuru na hivyo kuingia kwenye hatari katika kuleta uhai, afya, na nguvu zake. Wanawake wengi wamethibitishwa kuwa walemavu wakati ambapo wangeweza kufurahia afya, na wengi wamekufa kwaajili ya magonjwa ya mishipa ya fahamu na kifua kikuu (consumption) na magonjwa mengine wakati wangeweza kuishi maisha marefu ambayo walipangiwa kuwa nayo kama tu wangevaa kulingana na kanuni za afya na kufanya mazoezi kwa uhuru katika hewa ya wazi, nje ya jengo. {CHSw 93.1}

Ili kupata mavazi yenye afya zaidi, mahitaji ya kila sehemu ya mwili lazima yafanyiwe utafiti kwa uangalifu. Hali ya hewa mahali ulipo, mazingira, hali ya afya, umri, na kazi, vyote hivi lazima vizingatiwe kwani vinachangia sehemu kubwa. Kila kipande cha vazi kinapaswa kutosha sehemu kinapovaliwa kwa urahisi, ili kisizuie mzunguko wa damu kuwa kamili, au mtu asishindwe kupumua kwa uhuru kama mwanadamu alivyoumbwa kupumua kwa asili. Kila kipande cha vazi kinachovaliwa kinapaswa kisibane hivi kwamba wakati mikono imeinuliwa mavazi yatainuliwa pia, bila ya kuzuiwa au kupasuka. {CHSw 93.2}

Wanawake walio katika hali duni ya afya wanaweza kujifanyia mengi ili kujisaidia wenyewe, kwa kuvaa kwa busara na kufanya mazoezi. Wakiwa wamevalia kwa jinsi inavyofaa kwa ajili ya kufurahia mazingira ya nje, hebu wafanye mazoezi kwenye hewa wazi, nje ya jengo, wakichukua tahadhari mwanzoni, lakini wakiendelea kuongeza kiasi cha mazoezi kadri wanavyoweza kustahimili. Kwa kufuata mwenendo huu, wengi wanaweza kurejesha afya yao tena na kuishi kwa afya, na kuendelea kushiriki katika kazi za ulimwengu huu. **[The Ministry of Healing, 288-**

294 (1905).] {CHSw 93.3}

NGUVU YA DHAMIRI-KUNIA

Nguvu ya dhamiri ya mtu haithaminiwi kama vile inavyopaswa (nia, kunuia, kuazimia). Hebu nia ya mtu iwekwe kwenye utendaji, iamshwe na kuelekezwa kwa usahihi, nayo itaimarisha mwili mzima kwa nguvu na kuwa msaada wa ajabu kwa mwili mzima katika kudumisha afya. Dhamiri ya mtu ni nguvu pia katika kukabiliana na magonjwa. Dhamiri au nia ya mtu, vikishughulishwa katika mwelekeo sahihi, vitadhibiti mawazo na kuwa njia yenye nguvu kwenye kuzuia na kushinda ugonjwa wa kiakili na kimwili. Kwa kushughulisha uwezo wa dhamiri (nia/kunuia) katika kujiweka katika kuhusiana na maisha kwa jinsi inayofaa, wagonjwa wanaweza kufanya mengi ili kushirikiana na jitihada za daktari kwa ajili ya kupona kwao. Kuna maelfu ya watu ambao watapona na hivyo kurudisha afya zao kwenye ubora, ikiwa tu watania kufanya hivyo. Bwana hataki wanadamu waugue. Yeye Atamani wawe na afya njema na furaha, na wanapaswa kunuia kwenye akili zao kuwa wazima. Mara nyingi wagonjwa ambao wamelemaa, wanaweza kupinga magonjwa kwa kukataa kujisalimisha chini ya magonjwa na kupinga maisha ya kukaa bila kuushughulisha mwili kwa namna yoyote (yaani wasitulie katika hali ya kutofanya kazi). Wakiinuka juu ya maumivu na uchungu wao, na wakazane kujihusisha na kazi muhimu inayoendana na uwezo wao. Kwa kazi kama hiyo na utumiaji wa hewa kwa uhuru, na mwanga wa jua, watu wengi waliodhoofika wanaweza kupata afya na nguvu. **—The Ministry of Healing, 246 (1905).** {CHSw 94.1}

SHUGHULI INAYOFAA

Kutokuwa na shughuli ya kufanya au mazoezi ndio laana kuu ambayo inaweza kuwapata wagonjwa wengi na watu ambao wanaweza kuwa na vilema. Shughuli nyepesi inayofaa, ikiwa haishughulishi mwili na akili kwa kupita kiasi, ina mvuto unaoleta matokeo yenye furaha kwa mwili na akili. Huimarisha misuli, huboresha mzunguko wa damu, na humridhisha mgonjwa kwa kutambua kwamba yeye si mtu asiye na thamani kabisa katika ulimwengu huu wenye shughuli nyingi. Aweza kujishughulisha na kufanya mazoezi ingawa mwanzoni ataanza kuwa udogo, baada ya muda atagundua kwamba nguvu zake zinaongezeka, na kiwango cha

kazi zinazofanywa huzidi kuongezeka kwa kadiri nguvu zake zinavyoendelea kuongezeka. **—The Ministry of Healing, 240 (1905).** {CHSw 94.2}

KUTAWALA FIKIRA

Testomonies for the Church 2:522-526 (1870)

Katika uumbaji wa mwanadamu Bwana Mungu alipanga kwamba anapaswa kuwa mwenye kujishughulisha, mwenye utendaji hai na mwenye manufaa. Walakini wengi wanaishi katika ulimwengu huu kama mashine zisizo na faida, kana kwamba ni wafu. Hawaangazii njia za wengine, nao si mbaraka kwa yoyote. Wanaishi tu kuwaletea wengine mizigo. Kwa kadiri ushawishi wao upande wa wema unavyohusika, wao ni kama sufuri tu; lakini wanashinikiza uzito upande usiofaa. Kwa kuchunguza maisha yao kwa ukaribu sana, ni kwa nadra sana utapata wamehusika na tendo la ukarimu usio na ubinafsi. Wanapokufa, kumbukumbu zao hufa nao. Majina yao hufutika haraka sana; kwani hayawezi kuishi, hata katika mapenzi mazuri ya marafiki zao, kwa njia ya wema wa kweli na matendo mema. Kwa watu kama hao maisha yamekuwa bahati mbaya. Hawakuwa mawakili waaminifu. Wamesahau kuwa Muumba wao ana madai juu yao na kwamba Aliwaumba kuwa watu hai katika kutenda mema na katika kuwabariki wengine kwa mivuto yao. Masilahi ya ubinafsi huvutia akili ao na huwaongoza kumsahau Mungu na kusudi la Muumba wao. {CHSw 95.1}

Wote wanaokiri kuwa wafuasi wa Yesu wanapaswa kujua kwamba jukumu liko juu yao kuhifadhi miili yao katika hali bora ya afya, ili akili zao ziwe wazi kuelewa vitu vya mbinguni. Akili inahitaji kudhibitiwa, kwani ina ushawishi mkubwa juu ya afya. Fikra mara nyingi hupotosha, na zikiendekezwa, huleta aina kali za ugonjwa kwa kuathiri. Wengi hufa kwa magonjwa ambayo ni ya kufikiria tu….{CHSw 95.2}

Wengine wanaogopa sana hewa kiasi kwamba wanajigubika nguo nyingi vichwani na miilini mwao hadi waonekane kama miili yenye sanda za mafarao wa misri waliokuwa wanawekwa kwenye makaburi yao ya mapiramidi (mummies). Wanakaa ndani ya nyumba, kwa ujumla hawafanyi kazi, wakiogopa watajichosha na kuugua ikiwa watafanya mazoezi iwe ndani au nje kwenye hewa safi. Wangeweza kuchukua

mazoezi ya kawaida katika hewa ya wazi kila siku ya kupendeza, ikiwa wangedhani tu hivyo. Kuendelea kutokuwa na mazoezi ni moja wapo ya sababu kubwa za kudhoofika kwa mwili na udhaifu wa akili. Wengi ni wagonjwa ambao wanapaswa kuwa na afya nzuri sana na kwa hivyo wanamiliki baraka moja tajiri zaidi ambayo wangeweza kufurahia. {CHSw 95.3}

Nimeonyeshwa kuwa wengi ambao ni dhaifu, na wanaolalamika kila wakati, hawana hali mbaya sana kama wanavyofikiria. Baadhi yao wana nia ya nguvu, ambayo, ikitumika katika mwelekeo sahihi, itakuwa njia yenye nguvu kabisa katika kudhibiti mawazo na hivyo kuzuia magonjwa. Lakini mara kwa mara mapenzi huelekezwa katika upande usio sahihi na kwa ukaidi hukataa kujisalimisha kutenda kwa hekima. Yale mapenzi/nia ndiyo yanayofanya maamuzi. Watu wanakuwa vilema na dhaifu, na umakini wa watu wadhaifu watu wanapewa, hata bila kujali maoni au maamuzi ya watu wengine. {CHSw 96.1}

Nimeonyeshwa akina mama ambao wanatawaliwa na mawazo ya ugonjwa, ushawishi wake pia huwa juu ya mume na watoto. Madirisha lazima yafungwe kwa sababu mama anahisi baridi. Kama yeye anahisi baridi hata kidogo tu, na anabadilisha mavazi yake, na hapo anafikiria watoto wake lazima pia wafanyiwe vivyo hivyo, na kwa hivyo familia nzima hudhoofu katika nguvu ya mwili. Wote wameathiriwa na akili moja, wameathiriwa kimwili na kiakili kupitia mawazo magonjwa ya mwanamke mmoja, ambaye anajiona ni kigezo au kipimo cha familia nzima. Mwili umevikwa kulingana na mambo ya mawazoni ya kufikirika tu ya ‘ugonjwa’ na hushindiliwa juu yake na manguo mengi ambayo hudhoofisha mfumo wa mwili. Ngozi haiwezi kutekeleza kazi yake; tabia aliyojifunza mtu ya kukwepa hewa ya nje na kuepuka mazoezi, hufunga vitundu vyake. Vijitundu hivyo vidogo ambavyo mwili hupumua, - hufanya kuwe na ugumu wa kutoa uchafu kupitia vitundu hivyo. Mzigo wa kazi hutupwa kwenye ini, mapafu, figo, nk, na hivi viungo vya ndani vinalazimika kufanya kazi ya ngozi. {CHSw 96.2}

Kwa hivyo watu hujiletea magonjwa kwa mazoea yao mbaya; Walakini, mbele ya nuru na maarifa, wanazingatia mwenendo wao wenyewe. Wanawaza hivi: 'Je! Hatujajaribu jambo hili? Na je, hatulielewi hili kwa uzoefu?’ Lakini uzoefu wa mtu ambaye mafikra yake ni makosa

haupaswi kuwa na uzito sana kwa mtu yeyote. {CHSw 97.1}

Msimu unaohofiwa zaidi na mtu anayeenda kati ya wadhoofu hawa ni msimu wa baridi na barafu. Ni majira ya baridi kweli kweli, siyo nje tu, lakini ndani, kwa wale ambao wanalazimika kuishi katika nyumba moja na kulala katika chumba kimoja. Waathiriwa hawa kwa mawazo yenye ugonjwa hujifungia wenyewe ndani ya nyumba na kufunga madirisha, kwa kufikiri hewa iliyomo ya nje huathiri mapafu yao na vichwa vyao. Fikra zao zinafanya kazi ya ziada ya mambo ya kufikirika; wanatarajia kupata magonjwa ya baridi kama mafua au kikohozi, na basi watakuwa nayo. Hakuna idadi ya hoja na kupembua mambo inayoweza kuwafanya watu waamini kwamba hawaelewi falsafa ya jambo zima. Je! Hawajathibitisha? Watabishana. Ni kweli kwamba wamethibitisha upande mmoja wa swali, - kwa kuendelea katika msimamo wao wenyewe, - na bado wanapata magonjwa ya baridi kama kikohozi na mafua ikiwa mwili umepata hewa kidogo tu. Mwili wao unakuwa teke teke kama watoto wachanga, hawawezi kuvumilia chochote; ila bado kuishi, na wanaendelea kufunga madirisha na milango yao, kukota moto kwa bidii karibu na jiko, wa kufurahiya shida yao. Hakika wamethibitisha kwamba mwenendo wao haujawasaidia wapone, lakini umeongeza shida zao. Kwa nini asi hawataruhusu busara kushawishi maamuzi yao na kudhibiti mawazo yao ya kufikirika-? Kwa nini sasa usijaribu njia tofauti, na kwa njia ya busara upate mazoezi na hewa nje ya jengo, badala ya kukaa ndani ya nyumba siku hadi siku, kama kifungu cha bidhaa kavu kuliko kiumbe hai? **[Testimonies for the Church 2:522-525, (1870).]** {CHSw 97.2}

KIASI KATIKA KUJISHUGHULISHA NA KAZI

Ili kupata pesa kidogo, wengi hupanga kwa makusudi masuala yao ya kibiashara ili yaweze kuleta kazi ngumu kwa wale wanaofanya kazi nje, na kwa familia zao nyumbani. Mfupa, misuli, na ubongo hulemewa kwa kiasi kikubwa; kazi kubwa ya kufanywa iko mbele yao na kisingizio ni kwamba, lazima waitimize yote tu ambayo wanaweza kufanya au kutakuwa na hasara, kitu fulani kitapotea. Kila kitu lazima kiokolewe, acha matokeo yawe yatakavyokuwa. {CHSw 98.1}

Je! Hilo limeleta faida gani? Labda wameweza kuhifadhi riba na

kuiongeza. Lakini, kwa upande mwingine, Je, wamepoteza nini? Mitaji yao ya afya, ambayo ni muhimu kwa masikini na vile vile tajiri, imekuwa ikipungua kwa kasi. Mama na watoto wamechota rasimu ya afya mara kwa mara kwenye mfuko wao wa afya na nguvu, wakidhani kuwa matumizi mabaya sana hayawezi kumaliza mtaji wao, hadi watakaposhangaa mwishowe kukuta nguvu ya maisha imechoka. Hawana chochote cha kuteka wakati wa dharura. Utamu na furaha ya maisha vinatiwa uchungu na maumivu makali na hata mtu kukosa usingizi. Nguvu zote za mwili na akili zimepiotea. Mume na baba, ambao, kwa kutafuta faida, walifanya mpangilio usiofaa wa biashara yao, inaweza kuwa na idhini kamili ya mke na mama, kwa sababu hiyo, wanaweza kumzika mama na mtoto mmoja au zaidi. Afya na maisha vilitolewa kwa upendo wa pesa. "Kwa maana kupenda fedha ni shina la mabaya yote; ambayo wakati wengine walitamani, wamepotoka kwa imani, na kujichoma kwa huzuni nyingi."—**Testimonies for the Church 1:478 (1865).** {CHSw 98.2}

KIASI KATIKA KAZI

[Christian Temperance and Bible Hygiene, 64-66 (1890).]

Kukosa kiasi katika kula na kunywa, ukosefu wa kiasi katika kazi, ukosefu wa kiasi karibia katika karibu kila jambo, unapatikana kila upande. Wale wanaojitahidi sana kukamilisha kazi fulani kwa muda maalumu, na kuendelea kufanya kazi ilhali akili yao inawaambia wanapaswa kupumzika, daima hawapati faida-huwa hawanufaiki. Wanaishi kwa kukopa mtaji wao wa afya. Wale ambao wanafilisi nguvu zao kwa kutumia nguvu muhimu za mwili ambazo zitahitajika baadaye. Na wakati nguvu walizoitumia kiholela zinapohitajika, wanashindwa kwa kuwa zinakuwa hazipo. Nguvu za mwili zimeisha, akili zinashindwa kufanya kazi ipasavyo. Wanatambua kuwa wamepata hasara, lakini hawaelewi ni nini hasa kimetokea. Wakati wao wa hitaji umekuja, lakini rasilimali zao za mwili zina uchovu. Kila mtu anayekiuka sheria za afya lazima atapitia mateso kwa kiwango kikubwa au kidogo. Mungu ametupa nguvu za asili za mwili, ambazo zitahitajika katika vipindi tofauti vya maisha yetu. Ikiwa tutachosha nguvu hizi kiholela tu kwa kazi ya kupita kiasi, tutapoteza kwa wakati fulani. Ufanisi wetu utapungua, na labda hata maisha yetu yenyewe yatateketea. {CHSw 99.1}

Kwa kawaida, kazi ya siku haipaswi kuendelea hadi jioni. Ikiwa saa zote za mwanga wa jua zimetumika vyema, kazi inayoongezwa hadi jioni ni ile inayozidi ya kipimo tu, na mfumo wa mwili unaoteswa au kuhenyeshwa, utapata madhara kutokana na mzigo uliowekwa. Nimeonyeshwa kwamba wale wanaofanya hivi mara nyingi hupoteza zaidi, kuliko kile wanachopata, kwani nguvu zao zimeisha na uchovu umewapata nao wanaendelea kufanya kazi wakiwa na msisimko wa neva. Huenda wasitambue madhara mara moja, lakini kwa hakika wanaharibu msingi wa mwili wao. {CHSw 99.2}

hebu wazazi watenge muda wa jioni kwa ajili familia zao. Wapumzishe akili na masumbufu na wasiwasi unaotokana na shughuli za mchana. Mume na baba angefaidika sana iwapo angeweka kanuni ya kutoiharibu furaha ya familia yake kwa kuwaletea matatizo ya kibarua au biashara yake, nyumbani, kisha kuendelea kufadhaika, kufadhaika na kuwa na wasiwasi. Huenda akahitaji ushauri wa mke wake katika mambo magumu, na wote wawili wanaweza kupata faraja katika matatizo yao kwa kuunganisha nguvu zao katika kuomba hekima kutoka kwa Mungu; lakini kuiweka akili kutulia tu katika mambo ya biashara kila wakati kutaharibu afya ya akili na mwili. {CHSw 100.1}

Hebu tumieni muda wa jioni kwa furaha kadri inavyowezekana. Ifanye nyumba kuwa mahali pa furaha, adabu, uungwani, staha, uchangamfu na upendo. Hii itafanya watoto watoto wavutiwe. Iwapo wazazi watakuwa wakibeba wasiwasi kila wakati, wakikopa shida za keshoye, wakiudhika-udhika na kutafuta makosa katika kila jambo, watoto pia watashiriki roho ile ile ya kutoridhika na migongano, na nyumbani patakuwa mahali penye huzuni zaidi duniani. Watoto watapata furaha zaidi miongoni wanapokuwa na watu baki, miongoni mwa marafiki wasiowajibika, au mitaani kuliko nyumbani. Yote haya yanaweza kuepukika iwapo kila jambo lingelifanywa kwa kiasi, na uvumilivu ukapaliliwa-ukakuzwa. Udhibiti wa nafsi wa kila mshiriki wa familia utafanya nyumba kuwa paradiso. Fanya vyumba vyako kuvutia kadri inavyowezekana. Hebu watoto wapaone nyumbani kuwa mahali pa kuvutia zaidi duniani. Wazungushie watoto maadili na hisia zitakazowafanya wasitafute marafiki wa mitaani, wala kufikiria maeneo ya uovu pasipokuwa na mshtuko wa hofu. Iwapo maisha ya nyumbani yatakuwa kama

yanavyopaswa kuwa, tabia zinazoundwa pale zitakuwa kinga thabiti dhidi ya mashambulio ya majaribu pale vijana watakapokuwa wanatoka katika hifadhi ya nyumbani na kuingia katika dunia. {CHSw 100.2}

UTARATIBU NA USAFI-Order and Cleanliness

[The Review and Herald, June 10, 1902]

Utaratibu ni sheria ya kwanza ya mbinguni, na Bwana anataka watu Wake waonyeshe katika nyumba zao mfano wa utaratibu na maelewano yanayokuwepo katika nyua ya mbinguni. Ukweli hauwezi kuweka miguu yake nyeti katika njia yenye uchafu au najisi. Ukweli haufanyi wanaume na wanawake kuwa watu wasio waungwana, wasio na staha au adabu, wagumu, wasio nadhifu au wasio na mpangilio. Badala yake, huwainua wote wanaoukubali, hadi kiwango cha juu. Chini ya ushawishi wa **Kristo**, kazi ya kurekebishwa, kusafishwa na kufanyiwa maboresho ya daima, huendelea. {CHSw 101.1}

Maagizo maalumu yalitolewa kwa majeshi ya Israeli kwamba kila kitu kilichokuwa ndani ya mazingira yao na kuzunguka hema zao kinapaswa kuwa safi na katika mpangilio, ili malaika wa Bwana, anapopita katika kambi, asione uchafu wao. Je, Bwana angeweza kuwa na umakini katika kuyaona mambo haya? Ndio; kwa kuwa Ukweli umeelezwa kwamba, iwapo angeona uchafu miongoni mwao, basi asingeweza kuendelea safari na majeshi yao kwenda vitani. {CHSw 101.2}

Yeye ambaye alibainisha kabisa kwamba wana wa Israeli wahifadhi tabia ya usafi, hataruhusu chochote kisicho safi katika nyumba za watu Wake leo. Mungu hapendezwi na hali yoyote ya uchafu. Tunawezaje kumkaribisha Yeye nyumbani mwetu isipokuwa kila kitu kipo katika hali nadhifu, kimepangwa vyema, na kipo safi na hakina unajisi? {CHSw 101.3}

Alama ya Nje ya Utakatifu wa Ndani

Waumini wanapaswa kufundishwa kwamba hata kama wao ni maskini, hawapaswi kuwa wachafu, wasio nadhifu au wasio na mpangilio katika mwili wao au katika nyumba zao. Msaada lazima utolewe kwa wale wanaoonekana kuwa hawana ufahamu wa maana na umuhimu wa usafi. Wanapasa kufundishwa kwamba wale wanaopaswa kumwakilisha Mungu Mtakatifu aliye juu lazima wahifadhi roho zao safi na zisiwe na

doa, na kwamba utakatifu huu lazima uendelee pia kwa mavazi yao na kila kitu kilicho ndani ya makazi yao, ili malaika watakaohudumu waone kwamba Ukweli umeleta mabadiliko katika maisha, ukiutakasa moyo na kuboresha ladha zao. Wale ambao, baada ya kupokea Ukweli, hawafanyi mabadiliko yoyote katika maneno au tabia, mavazi au mazingira yao, wanaishi kwa ajili yao wenyewe, na sio kwa ajili ya Kristo. Hawajazaliwa upya katika Kristo Yesu kwa ajili ya utakatifu na usafi. {CHSw 101.4}

Baadhi wanaonekana kutokuwa nadhifu na wasafi katika kuzingatia mpangilio wa mwili. Wanahitaji kuongozwa na Roho Mtakatifu ili kujiandaa kwa ajili ya mbingu safi na takatifu. Mungu alitangaza kwamba wakati watoto wa Israeli walipofika mlima Sinai ili kusikiliza tangazo la sheria, walipaswa kufika wakiwa na miili safi na nguo safi. Leo, watu Wake wanapaswa kumheshimu kwa tabia ya utaratibu makini katika unadhifu na usafi. {CHSw 102.1}

Wakristo watahukumiwa kwa matunda wanayozaa. Mtoto wa kweli wa Mungu atakuwa safi na nadhifu. Wakati tunapaswa kujilinda dhidi ya mapambo yasiyo na maana au kujionyesha, hatupaswi kwa namna yoyote kuwa watu wasiojali au wazembe na kujiachilia katika kuzingatia sura ya nje. Kila kitu kilicho karibu na mwili wetu na nyumba zetu kinapaswa kuwa safi na cha kuvutia. Vijana wanapaswa kufundishwa umuhimu wa kuonyesha sura isiyo na kitu cha kukosoa, mwonekano unaomheshimu **Mungu** na Ukweli. {CHSw 102.2}

Mfano wa Mama

Mavazi ya mama yanapaswa kuwa rahisi, lakini nadhifu na yenye ladha nzuri. Mama anayevaa nguo zilizochanika au zisizo safi au zisizo nadhifu, ambaye anadhani kila nguo ni nzuri vya kutosha kuvaa nyumbani bila kujali kuwa zimechafuka au kuchakaa na kuchanika kiasi gani, anatoa mfano kwa watoto wake ambao utawahimiza kuwa watu wasio nadhifu na wasiopanga mambo vizuri. Zaidi ya hayo, mama huyo hupoteza ushawishi wake juu yao. Watoto hawawezi kuepuka kuona tofauti kati ya mwonekano wakena watu wanaovaa vizuri; na heshima yao kwake hupungua. Uwe mama wa kuvutia, si kwa kuvaa nguo zilizo na mapambo mengi na lesi nyingi, bali kwa kuvaa nguo safi na zinazokaa vizuri mwilini.

Ruhusu mwonekano wako uwe funzo la utaratibu, unadhifu na usafi. Huwezi kumudu kupoteza heshima ya watoto wako. {CHSw 102.3}

Tangu utotoni, watoto wanapaswa kufundishwa mafunzo ya usafi wa moyo. Akina Mama hawawezi kuanza mapema sana kujaza akili ya watoto mawazo safi na matakatifu. Njia moja ya kufanya hivyo ni kuweka kila kitu kilicho karibu nao kuwa safi na kisicho na unajisi. Akina mama, ikiwa mnataka mawazo ya watoto wenu yawe safi, hebu mazingira yao yawe safi. Hebu vyumba vyao vya kulala viwe safi na vya kupendeza. Wafundisheni kutunza mavazi yao. Kila mtoto awe na mahali pake pa kutunza mavazi yake. Wazazi wachache sana ni maskini mno kiasi kwamba hawawezi kumudu kuweka sanduku kubwa lililo na rundo la rafu na kufunikwa kwa mvuto kwa madhumuni haya. {CHSw 103.1}

Kufundisha kweli za Kiroho

Kufundisha watoto tabia ya utaratibu-mpangilio (order) kutachukua muda fulani kila siku; lakini muda huu haupotei. Baadaye, mama atalipwa kwa thawabu kuwa zaidi kuliko jitihada zake alizoziweka, katika mwelekeo huu. {CHSw 103.2}

Hakikisha watoto wanaoga kila siku, kisha wasuguliwe miili yao hadi ing'ae (soma dry brushing). Waambie kuwa **Mungu** hapendi kuona watoto Wake wakiwa na miili isiyo safi na nguo zilizochafuka. Kisha endelea mbele zaidi, kwa kuwaelezeakuhusu usafi wa ndani ya moyo. Ruhusu jitihada zako za kudumu ziweze kuinua na kuboreshawatoto wako. {CHSw 103.3}

Tunaishi katika siku za mwisho. Hivi karibuni Kristo atakuja kuwapeleka watu Wake katika makao Anayoyatayarisha kwa ajili yao. Lakini hakuna kitu chochote najisi am ambacho kitaingia katika makao hayo. Mbingu ni safi na takatifu, na wale wanaopita kwenye lango la Mji wa Mungu lazimawawe wamevaa kwa usafi wa ndani na nje hapa. {CHSw 103.4}

KUOGA MARA KWA MARA

Watu wenye afya njema hawapaswi kupuuza kuoga. Kwa vyovyote vile wanapaswa kuoga mara nyingi -zaidi ya mara mbili kwa wiki. Wale ambao hawana afya wana uchafu kwenye damu, na ngozi zao hazina afya njema. Wingi wa vinyweleo, au matundu madogo, ambayo

huuwezesha mwili kupumua, huziba na kujaa uchafu. Ngozi inahitaji kusafishwa kwa uangalifu na kwa kina, ili vinyweleo vifanye kazi yake ya kutoa taka mwili; kwa hiyo watu dhaifu ambao ni wagonjwa kwa hakika wanahitaji faida na baraka za kuoga mara nyingi zaidi ya mara mbili kwa wiki, na ni muhimu kuoga hata mara nyingi zaidi. Ikiwa mtu ni mgonjwa au mzima, kupumua ni rahisi zaidi ikiwa ataoga. Kwa kufanya hivyo misuli huwa huru zaidi kunyumbulika, akili na mwili hutiwa nguvu, kisha akili inafanywa kuwa angavu, na kila kiungo kinakuwa hai. Kuoga hupoozesha/hutuliza mishipa. Husaidia kutoa jasho mwilini, huharakisha mzunguko wa damu, huzuia kuziba auvikwazo katika mfumo, na husaidia figo pamoja na mfumo wa mkojo. Kuoga husaidia utumbo, tumbo, na ini, kwa kuvipatia nguvu na maisha mapya. Pia husaidia mmeng'enyo wa chakula, na badala ya mfumo kuwa dhaifu huimarishwa. Badala ya kuongeza uwezekano wa kupata magonjwa yanayokuja na baridi kama mafua na kikohozi, uogaji mzuri, hukinzana na magonjwa ya baridi kwa sababu mzunguko wa damu na viungo vya mfumo wa nyumba ya uzazi (uterine) ambayo mara nyingi yana mkazo, hupata nafuu; kwa kuwa damu husambaa kuelekea juu ya ngozi, mtiririko rahisi zaidi na wa kawaida wa damu kupitia mishipa yote ya damu hupatikana (wale wa nchi za joto wanahitaji kuoga hata mara mbili kwa siku nk). —**Testimonies for the Church 3:70, 71 (1871).** {CHSw 104.1}

NAMNA YA KUDHIBITI MATAMANIO YETU KWA BUSARA

(HOW TO PRESERVE AND SENSIBILITIES)

Testomonies for the Church 3:50-52 (1871)

Mungu alimuumba mwanadamu kwa daraja la chini kidogo kuliko malaika na kumpa sifa ambazo, zikitumiwa ipasavyo, zitamfanya awe baraka kwa ulimwengu na kumfanya aangaze utukufu kwa Mpaji. Lakini ingawa ameumbwa kwa mfano wa Mungu, mwanadamu, kupitia kutokuwa na kiasi, amekiuka kanuni na sheria ya Mungu katika asili yake ya kimwili. Kutokuwa na kiasi kwa namna yoyote ile huharibu viungo vya utambuzi na hivyo kudhoofisha nguvu ya neva na ubongo kiasi kwamba mambo ya milele hayathaminiwi, bali yanawekwa kwenye kiwango sawa na yale ya kawaida. Nguvu za juu za akili, ziliumbwa kwa madhumuni yaliyoinuliwa, huletwa katika utumwa wa tamaa mbaya za mwili. Ikiwa

mazoea yetu ya kimwili si sawa, nguvu zetu za akili na maadili (roho) haziwezi kuwa na nguvu; Kwa maana uhusiano mkubwa unaohurumiana upo kati ya mwili na maadili. Mtume Petro alielewa jambo hilo na akapaza sauti yake ya onyo kwa ndugu zake: "***Wapenzi, nawasihi kama wapitaji na wasafiri, ziepukeni tamaa za mwili zipiganazo na roho*** 1 Petro 2:11." {CHSw 105.1}

Wale ambao wamekuwa na nuru juu ya mambo ya kula na kuvaa kwa urahisi katika utii wa sheria za kimwili na za kimaadili, na ambao wanaiacha nuru inayoonesha wajibu wao, watakwepa wajibu katika mambo mengine. Wakizinyamazisha dhamiri zao ili kuepuka msalaba ambao itawabidi kuuchukua ili kupatana na sheria ya asili, wao, ili kuepuka lawama, watakiuka Amri Kumi. Kuna uamuzi wa kukusudia wa kutokuwa tayari na wengine kuvumilia msalaba na kudharau aibu. Wengine watachekwa kutokana na kanuni zao. Kufuatisha ulimwengu kunazidi kupata msingi kati ya watu wa Mungu, wanaodai kuwa wasafiri na wageni, wakingojea na kutazama kutokea kwa Bwana. Kuna wengi miongoni mwa wanaodai kuwa washika Sabato huko New York ambao wamefunga ndoa kwa uthabiti zaidi na mitindo na tamaa za kiulimwengu kuliko walivyo na miili yenye afya, akili timamu, au mioyo iliyotakaswa. {CHSw 105.2}

Bwana, kwa Ukweli ulio karibu na wazi kwa siku hizi za mwisho, anawatenganisha watu kutoka katika ulimwengu na kuwatakasa kwa ajili Yake Mwenyewe. Kiburi na mitindo isiyo ya afya, upendo wa kujionesha, upendo wa kukubalika—yote haya lazima yaachwe na ulimwengu ikiwa tungefanywa upya katika ujuzi sawa na mfano Wake Yeye Mwenyewe aliyetuumba. "***Maana neema ya Mungu iwaokoayo wanadamu wote imefunuliwa; nayo yatufundisha kukataa ubaya na tamaa za kidunia; tupate kuishi kwa kiasi, na haki, na utauwa, katika ulimwengu huu wa sasa; tukilitazamia tumaini lenye baraka na mafunuo ya utukufu wa Kristo Yesu, Mungu mkuu na Mwokozi wetu; ambaye alijitoa nafsi Yake kwa ajili yetu, ili atukomboe na maasi yote, na kujisafishia watu wawe milki Yake Mwenyewe, wale walio na juhudi katika matendo mema***." Tito 2:11-14. [Testimonies for the Church 3:50-52 (1871).] {CHSw 106.1}

KWA NDUGU

Malaika alisema: "Jiepusheni na tamaa za mwili zinazopigana na roho." Umejikwaa katika matengenezo ya afya. Kwako inaonekana kuwa ni kiambatanisho kisichohitajika kwenye Ukweli. Siyo hivyo; ni sehemu ya Ukweli. Hapa kuna kazi mbele yako ambayo itazidi kukukaribia na kuwa ngumu zaidi kuliko kitu chochote ambacho kimepata kukujia. Wakati unasitasita na kusimama nyuma, ukishindwa kushikilia baraka ambayo ni fursa/upendeleo wako kuipokea, unapata hasara. **—Testimonies for the Church 1:546 (1890).** {CHSw 106.2}

SEHEMU YA 3—LISHE NA AFYA

UHUSIANO WA LISHE NA AFYA NA MAADILI

[Christian Temperance and Bible Hygiene, 41-53 (1890)]

Kuna fursa moja tu maishani ya kuokolewa tuliyopewa; na swali tunalopaswa kujiuliza kila mmoja wetu ni, “Je, nawezaje kutumia nguvu zangu ili zitoe faida kubwa zaidi? Nawezaje kufanya vyema zaidi kwa ajili ya utukufu wa Mungu na manufaa ya wanadamu wenzangu?” kwani maisha yana thamani, pale tu yanapotumika kufanikisha malengo haya. {CHSw 107.1}

Kujiendeleza wenyewe ni Wajibu (Self development is a duty)

Wajibu wetu wa kwanza kwa Mungu na kwa binadamu ni ule wa kujiendeleza wenyewe (self development). Kila kitivo ambacho Muumba ametupa kinapaswa kufanyiwa mazoezi na kukuzwa hadi kiwango cha juu cha ukamilifu, ili tuweze kufanya mema mengi zaidi tunayoweza. Hivyo basi, wakati unaotumika kwa ajili ya kudumisha, kusimika na kuimarisha afya ya mwili na akili ni wakati unaotumika vizuri. Hatuwezi kumruhusu mtu yeyote kupunguza au kudhoofisha kazi yoyote ya mwili au akili na kisha awe mbilikimo katika mambo hayo. Kadiri tunavyofanya hivi, hakika ndivyo tunavyopaswa kubeba matokeo yake. {CHSw 107.2}

Kila mtu ana nafasi, kwa kiwango kikubwa, ya kuamua kuwa chochote anachotaka kuwa. Baraka za uzima huu, pamoja na zile za kutokufa, zipo katika uamuzi wake. Anaweza kujenga tabia yenye thamani thabiti, akipata nguvu mpya kila hatua. Anaweza kuendelea kusonga mbele siku hadi siku katika maarifa na hekima, akifahamu furaha mpya kadri anavyoendelea, akiongeza fadhila kwa fadhila, neema kwa neema. Vipaji vyake vitakua Kadiri zinavyotumika; kadiri hekima inavyoongezeka, ndivyo uwezo wake wa kupata uelewa utakavyoongezeka. Akili yake, maarifa, na fadhila vitakua na kuimarika, vikiwa na uwiano bora zaidi. {CHSw 107.3}

Kwa upande mwingine, anaweza kuruhusu nguvu zake kuharibika kwa kutotumika, au kugeuzwa vibaya kwa tabia mbaya, ukosefu wa udhibiti binafsi, au udhaifu wa kimaadili na kidini. Njia yake basi inajielekeza chini; ni mtu asiyetii sheria za Mungu na sheria za afya. Tamaa humushinda vita; tamaa za mwili humvutia. Ni rahisi kwake kuruhusu nguvu za uovu, ambazo daima zipo hai, kumburuta nyuma, kuliko kupigania dhidi yake, na kusonga mbele. Ufisadi, magonjwa, na kifo hufuata. Hii ndiyo historia ya maisha mengi ambayo yangekuwa na manufaa katika kazi ya Mungu na wanadamu. {CHSw 108.1}

Jaribu Kupitia Tamaa ya Kula

Moja ya majaribu makuu ambayo mwanadamu huyapitia ni katika jambo la tamaa ya kula. Hapo mwanzo, Bwana alimwumba mwanadamu

akiwa mnyoofu. Aliumbwa akiwa na akili timamu na iliyo sawia kabisa, ukubwa na nguvu za viungo vyote vya mwili wake vikiwa vimeendelezwa kikamilifu kwa usawa na uwiano. Lakini kwa ushawishi mbaya ya adui Shetani mwerevu, vivuio/amri ya Mungu ilidharauwa, na sheria za asili zikatekeleza adhabu yake kamili. {CHSw 108.2}

Adamu na Hawa waliruhusiwa kula matunda ya miti yote katika bustani ya Edeni isipokuwa mti mmoja tu. Bwana aliwaambia wale watu wawili watakatifu katika Bustani ya Edeni: “Siku mtakapokula matunda ya mti wa ujuzi wa mema na mabaya, hakika mtakufa.” Hawa alidanganywa na nyoka, akasadikishwa kwamba Mungu hatatimiza Alichosema. Akala, na akidhani kwamba amepata msisimko mpya wa maisha yaliyo ya juu zaidi, akampelekea mumewe lile tunda. Nyoka alikuwa amesema hamtakufa, na kwa kuwa hakupata madhara yoyote katika kula lile tunda—hakuna kililoashiria mauti—bali badala yake alihisi msisimko wa raha naye akadhani kuwa ni hisia ambazo malaika huzipata. Uzoefu huo ulisimama kinyume na amri ya wazi ya Yehova, lakini Adamu naye akakubali kushawishiwa na mtego huo. {CHSw 108.3}

Hali hii hujitokeza mara nyingi hata katika ulimwengu wa kidini. Amri zilizo wazi za Mungu huvunjwa; na kwa kuwa “***hukumu juu ya tendo baya haitekelezwi upesi, mioyo ya wanadamu huthibitishwa ndani yao ili kutenda mabaya***. (**Mhubiri 8:11**). Hata mbele ya amri zilizo wazi kabisa za Mungu, wanaume na wanawake hufuata mielekeo yao wenyewe, kisha hudiriki kuomba juu ya jambo hilo, wakijaribu kumbembeleza Mungu awaruhusu waende kinyume na mapenzi Yake yaliyo dhahiri. Shetani hujiunga na watu wa namna hiyo, kama alivyofanya kwa Hawa huko Edeni, na huwatia mawazo yake. Wanapopata msisimko fulani wa mawazo, hulipokea wazo hilo kama ndio uzoefu wa ajabu kutoka kwa Bwana. Lakini uzoefu wa kweli daima utakuwa katika ulinganifu na sheria za asili na sheria za Mungu; wakati ambapo uzoefu wa uongo husimama kinyume na sheria za uhai na maagizo ya Yehova. {CHSw 109.1}

Uchu wa Chakula Uliwatawala Watu wa Kabla ya Gharika

Tangu kuanguka kwa mwanadamu katika jaribu la tamaa ya kula, wanadamu wamezidi kujitafutia raha binafsi na kuendekeza mapenzi yao,

hata afya ikatolewa dhabihu juu ya madhabahu ya ulafi wa chakula. Wakaaji wa dunia ya kabla ya gharika hawakuwa na kiasi katika kula na kunywa. Walitaka kula nyama, ingawa wakati huo Mungu alikuwa hajawapa ruhusa ya kula chakula cha nyama. Walikula na kunywa mpaka tamaa yao potovu ya ulafi haikujua mipaka, wakawa waovu kiasi kwamba Mungu hakuweza kuvumilia tena. Kikombe cha uovu wao kilijaa kabisa, naye akaisafisha dunia kutokana na uchafu wake wa kimaadili kwa gharika. {CHSw 109.2}

Kutojizuia Baada ya Gharika

Baada ya gharika, wanadamu walipozidi kuongezeka juu ya uso wa dunia, tena walimsahau Mungu na kuharibu njia zao mbele Zake. Kutojizuia katika kila namna kuliongezeka, hata dunia yote karibu ikakabidhiwa chini ya utawala wa kukosa kiasi, hivyo wakawa watumwa wa kutotawala nafsi zao. Miji mizima ilifutwa kutoka katika uso wa dunia kwa sababu ya uhalifu wa kudhalilisha na maovu ya kuchukiza yaliyoiweka kama doa juu ya shamba zuri la kazi ya uumbaji wa Mungu. Kuridhisha tamaa zisizo za asili kuliwasukuma kwenye dhambi zilizoharibu Sodoma na Gomora. Mungu anahusisha kuanguka kwa Babeli na ulafi wake na ulevi. Kujitumbukiza katika tamaa ya chakula na tamaa za mwili kulikuwa msingi wa dhambi zao zote. {CHSw 110.1}

Uzoefu wa Esau

Esau alitamani sana chakula fulani, na kwa kuwa alikuwa amezoea sana kujiendekeza, hakuhisi haja ya kujizuia dhidi ya sahani hiyo ya chakula ya kuvutia aliyokuwa akiitamani. Aliruhusu mawazo yake yaendelee kutafakari juu yake mpaka tamaa ya chakula iliposhinda hoja na ikamtawala. Alifikiri kuwa angepata shida kubwa, usumbufu na hata kufa, asipopata hicho chakula. Kadiri alivyokifikiria zaidi, ndivyo tamaa yake ilivyozidi kuimarika, hata uzaliwa wake wa kwanza ukapoteza thamani na utakatifu machoni pake, naye akauuza kwa supu ya dengu. Alijidanganya kwamba angeweza kuuachilia uzaliwa wake wake wakati wowote na kuununua tena kwa hiari yake mwenyewe pale atakapoamua; lakini alipojaribu kuurudisha, hata kwa dhabihu kubwa, hakufaulu. Ndipo alipojutia kwa uchungu sana upumbavu na wenda-wazimu wake, ila

ilikuwa ni kazi bure tu. Aliidharau baraka hiyo, na Bwana akaiondoa kwake milele. {CHSw 110.2}

Israeli Wakaitamani Sufuria za Nyama za Misri

Wakati Mungu wa Israeli alipowatoa watu Wake Misri, Aliwazuia kwa kiasi kikubwa nyama, bali Akawapa mkate kutoka mbinguni na maji kutoka kwenye mwamba mgumu. Lakini hawakuridhika kwa hayo. Walichukia chakula walichopewa na wakatamani kurudi Misri walikoweza kukaa karibu na sufuria za nyama. Walipendelea kuteseka katika utumwa, nahata kufa, badala ya kutokuwa na nyama. Mungu alikubali tamaa yao, akawapa nyama, na akawaacha wale hadi ulafi wao ulipozalisha tauni, ambapo wengi wao wakafa. {CHSw 111.1}

Mfano baada ya mfano unaweza kutolewa ili kuonyesha matokeo ya kufuga au kulea ulafi wa chakula. Ilionekana jambo dogo kwa wazazi wetu wa kwanza kuvunja amri ya Mungu katika tendo moja tu—kula tunda la mti uliokuwa wapendeza kwa macho na unafaa kwa chakula—lakini tendo hilo moja liliharibu uaminifu wao kwa Mungu na kufungua lango kwa gharika ya hatia na majonzi yaliyofunika ulimwengu mzima mpaka leo. {CHSw 111.2}

Kukosa Kiasi na Uhalifu

Uhalifu na maradhi vimeongezeka kadiri ya vizazi vinavyopita. Kutokujizuia katika kula na kunywa, na kujifurahisha kwa anasa zenye maadili ya kwenda chini, imepooza nguvu za vitivo bora na vya juu zaidi vya mwanadamu. Akili yenye hekima, badala ya kuwa mtawala, amekuwa mtumwa wa tamaa ya chakula kwa kiwango cha kutisha. Tamaa inayoongezeka kwa vyakula vya anasa imepewa nafasi, hadi imekuwa desturi na fasheni kurundika kwa kadri inavyowezekana kila aina ya vitafunio na mapochopocho tumboni. Hasa katika sherehe na karamu za anasa, tamaa ya kula huendekezwa kwa uhuru bila kizuizi chochote. Karamu kubwa na chakula cha usiku, wakati masaa yameenda sana vyakula vyenye kalori nyingi sana (vyakula tajiri, keki, vyakula vya kukaanga, vyakula vya kusindika na kukobolewa), vikijumuisha nyama zilizo na viungo vikali, michuzi mizito, mikate, mikate ya tambi, barafu au

aiskrimu, chai, kahawa, na mengineyo. Si jambo la kushangaza kwamba kwa aina hii ya lishe, watu wanakuwa na ngozi isiyo na afya na kuteseka kwa maumivu makubwa yasiyoelezeka kwa sababu ya kuvembewa kwa tumbo (dyspepsia). {CHSw 111.3}

(Especially at parties of pleasure is the appetite indulged with but little restraint. Rich dinners and late suppers are served, consisting of highly seasoned meats, with rich sauces, cakes, pies, ices, tea, coffee, etc. No wonder that with such a diet people have sallow complexions and suffer untold agonies from dyspepsia.)

Katika kila ukiukaji wa sheria za uzima, uumbaji wa Mungu, yaani mwili wa mwanadamu hutangaza malalamiko na upinzani wake. mwilil unaweza kubeba dhuluma au unyanyasaji kwa muda mrefu kwa kadri iwezekanavyo, lakini hatimaye kisasi huja, na huathiri akili pamoja na mwili. Wala haiishii kwa mhalifu mwenyewe; matokeo ya anasa zake huonekana kwa kizazi kinachofuata, na hivyo uovu huu hupitishwa toka kizazi hadi kizazi, kwa mlafi na kwa watoto na wajukuu wake. {CHSw 112.1}

Vijana Wetu Wanakosa Kiasi-Kutawala nafsi

Vijana wa leo ni kioo cha jamii ya baadaye; na tukiwatazama, tunaweza kutarajia nini kwa maisha yajayo? Wengi wao hupenda anasa na hukwepa kazi. Wanakosa ujasiri wa kimaadili wa kujikana nafsi na kuitikia madai ya wajibu. Wanajitawala nafsi kwa udogo sana, husisimka na kukasirika kwa tukio dogo kabisa. Wengi, katika kila kizazi na kila hali ya maisha, hawana kanuni wala dhamiri; na kwa tabia zao za uvivu na za ubaradhifu wa mali, wanajitosa au kukimbilia katika uovu na kuharibiku jamii, kiasi kwamba ulimwengu wetu unakuwa kama Sodoma ya pili. Kama tamaa ya chakula, na tamaa zingine za mwili na mihemko ingekuwa chini ya udhibiti wa akili na dini, jamii ingeonekana tofauti sana. Mungu hakuumba hali ya taabu kama hii iwepo; imeletwa na uvunjaji mkubwa wa sheria za asili. {CHSw 112.2}

Tabia huundwa kwa kiwango kikubwa katika miaka ya mwanzo. Tabia zinazoanzishwa hapo ndizo zenye nguvu zaidi kuliko hata vipawa vya asili katika kumfanya mtu awe hodari au mbilikimo/dhaifu kiakili; kwa kuwa na vipawa bora kabisa, vikichanganywa na tabia mbaya, vinaweza kupotoshwa na kudhoofishwa. Kadiri mtu anavyoanza mapema mazoea mabaya, ndivyo yanavyoshika mizizi kwa nguvu zaidi na kumfanya awe mtumwa wa hizo tabia, na kwa hakika zaidi kushusha kiwango chake

cha kiroho. Kwa upande mwingine, iwapo tabia sahihi, za wema na safi zitajengwa katika ujana, kwa kawaida zitauongoza mwelekeo wa maisha ya mtu. Mara nyingi, itagundulika kuwa wale wanaomcha Mungu na kuheshimu mema na yale yaliyo sahihi katika utu uzima, walijifunza somo hilo kabla ulimwengu muda kupatikana wa kuweka chapa ya dhambi moyoni mwao. Wale walio watu wa makamo, kwa kawaida ni wagumu kama mwamba katika kuathiriwa, kwa kuguswa moyo na mambo mapya; lakini vijana ni rahisi kuguswa moyo. Ujana ndio wakati wa kujipatia maarifa kwa ajili ya matumizi ya kila siku maishani; ndipo tabia nzuri huweza kuundwa kwa urahisi. Ni wakati wa kuweka misingi ya mazoea mema, kupata na kushikilia nguvu ya kujidhibiti. Ujana ndio wakati wa kupanda mbegu, na mbegu zipandwazo ndizo zitakazoamua mavuno, sio kwa maisha haya tu, bali pia kwa maisha yajayo. {CHSw 112.3}

Wajibu wa Wazazi

Wazazi wanapaswa kufanya lengo lao la kwanza na kuu kuwa ni kujielimisha kwa uelewa sahihi kuhusu namna ipasavyo ya kushughulika na watoto wao, ili waweze kuwahakikishia akili timamu katika miili yenye afya njema. Kanuni za kiasi zinapaswa kutekelezwa kwa kila kipengele cha maisha ya nyumbani. Kujikana nafsi kunapaswa kufundishwa kwa watoto na kufanyizwa kwao, kadiri inavyowezekana, tangu utotoni. Wafundishe watoto wadogo kwamba wanapaswa kula ili waishi, na wala sio kuishi ili wale; kwamba tamaa ya chakula lazima iwe chini ya udhibiti wa mapenzi, na mapenzi lazima yaongozwe na busara tulivu na akili mahiri. {CHSw 113.1}

Iwapo wazazi wamewarithisha watoto wao mielekeo itakayofanya kazi ya kuwaelimisha wawe na kiasi makini sana (ukali) na kukuza mazoea safi, ya wema na maadili kuwa kazi ngumu zaidi, basi ni jukumu lenye uzito kiasi gani walilo nalo wazazi hao kupinga ushawishi huo kwa kila njia iliyo ndani ya uwezo wao! Kwa bidii na kwa moyo wa dhati jinsi gani wanapaswa kujitahidi kutimiza

wajibu wao kwa watoto wao waliokwishadhurika tayari kwa mielekeo iliyo migumu kubadilisha! Wazazi wamekabidhiwa amana takatifu ya kulinda hali ya mwili na ya maadili ya watoto wao. Wale wanaokidhi matamanio ya watoto ya ulafi na tamaa za mwili, na wala hawawafundishi kudhibiti hasira na tamaa zao, wanaweza baadaye kuona, katika mvutaji sigara na mnywaji pombe aliyefungwa minyororo, ambaye hisia zake zimedumaa na kupooza na midomo yake inatoa uongo, matusi na kufuru, kosa la kutisha walilolifanya. {CHSw 113.2}

Haiwezekani kwa wale wanaoruhusu tamaa ya chakula kuwatawala kufikia ukamilifu wa Kikristo. Hisia za kimaadili za watoto wenu haziwezi kuamshwa kwa urahisi ikiwa hamkuwa waangalifu katika kuchagua chakula chao. Mama wengi huandaa meza iliyo na mtego kwa familia zao. Nyama, siagi, jibini, jamii za keki, vitumbua na mapochopocho mengine ya unga mweupe kama donuts na crossant (pastries), vyakula vyenye pilipili kama vile achari nk (seasoned foods), na vile vilivyochachushwa kwa viungo na vikolezo vingine (condiments) huliwa kwa uhuru na wakubwa kwa wadogo. Vitu hivi hufanya kazi ya kuharibu tumbo, kuchochea mishipa ya fahamu, na kudhoofisha akili. Viungo vya kutengeneza damu haviwezi kubadili vitu hivi viwe damu njema. Mafuta yaliyopikwa kwenye chakula huyafanya yasiwe rahisi kumeng'enywa na mwili (grease). Athari ya jibini ni kuleta madhara. Mkate wa unga uliokobolewa hauna lishe kamili inayopatikana katika mkate wa ngano isiyokobolewa. Matumizi yake ya kawaida hayatauweka mwili katika hali bora ya afya. Viungo mwanzoni huukera ukuta nyeti wa tumbo, ila hatimaye huharibu unyeti wa asili wa ukuta huu wa tumbo ulio nyeti. Damu hupata joto la juu, tamaa za kimwili na za kinyama huamshwa, wakati huo huo nguvu za kimaadili na kiakili hudhoofishwa na watu huwa watumwa wa tamaa za mwili zinazoelekea chini-(tamaa za chini ni tamaa za mwili, hasira, ulafi, tamaa ya fedha nk). {CHSw 114.1}

Mama anapaswa kujifunza kuandaa chakula rahisi kinacholeta lishe bora kwa familia yake. Mungu amemtunukia mwanadamu njia tele za kuridhisha hamu ya chakula isiyopotoshwa. Ameweka mbele yake mazao ya nchi—aina nyingi tele za vyakula vinavyopendeza na vyenye ladha na kuupa mfumo virutubisho. Katika vyakula hivi, Baba yetu wa mbinguni Mwenye fadhili anasema tunaweza kula kwa uhuru. Matunda, nafaka na mboga-mboga, yanapoandaliwa kwa urahisi bila viungo vyenye ukali na mafuta ya grisi ya kila namna, yakichanganywa na maziwa au krimu, yanatengeneza chakula chenye afya bora zaidi. Vyakula hivi huupa mwili nguvu za kustahimili na kuimarisha akili kuwa na umahiri na yenye nguvu, mambo ambayo hayapatikani kutoka kwenye lishe zenye kuchochea mwili. {CHSw 114.2}

Uovu wa Ulaji wa Nyama

Wale wanaotumia nyama kwa wingi au kwa uhuru mkubwa, mara zote hawana akili isiyo na ukungu, au wazi kikamilifu wala akili inayochangamka, kwa kuwa ulaji wa nyama hupelekea mwili kuwa mzito na hufisha hisia za kipekee za akili. Uwezekano wa kupata magonjwa huongezeka kwa ulaji wa nyama. Hatusiti kusema kwamba nyama sio jambo la lazima ili kudumisha afya na nguvu. {CHSw 115.1}

Wale wanaoishi kwa kiwango kikubwa kwa kula nyama hawawezi kuepuka kula nyama iliyo na maradhi kwa namna moja au nyingine. Mara nyingi, mchakato wa kuandaa wanyama kwa ajili ya sokoni husababisha hali isiyo ya kiafya. Wakiwa wamefungwa mbali na mwanga na hewa safi, huku wakivuta hewa chafu ya mazizi machafu, miili yao yote hujaa uchafu; na nyama hiyo inapoliwa na binadamu, huichafua damu na kusababisha maradhi. Iwapo mtu tayari ana damu iliyo na uchafu, hali hiyo ya maradhi huzidishwa sana. Lakini ni wachache wanaoweza kuamini kwamba ni nyama waliyoila ndiyo imechafulia damu yao na kuwa chanzo cha mateso yao. Wengi hufa kwa maradhi yanayotokana kabisa na ulaji wa nyama, wakati chanzo halisi hakishukiwi kabisa na wao wenyewe au

wengine. Baadhi hawahisi mara moja athari zake, lakini jambo hili si ushahidi kwamba nyama haiwadhuru. Inaweza kuwa ikiharibu mwili kwa hakika hatua kwa hatua, ijapokuwa mhanga hajitambui kwa wakati huo. {CHSw 115.2}

Nguruwe—ijapokuwa ni mojawapo ya vyakula vinavyotumiwa sana, ni miongoni mwa vyakula vyenye madhara makubwa. Mungu hakuwakataza Waebrania kula nyama ya nguruwe kwa ajili ya kuonyesha mamlaka Yake tu, bali kwa sababu si chakula kinachofaa kwa mwanadamu. Mungu hakumwumba nguruwe ili kuliwa kwa hali yoyote ile. Haiwezekani nyama ya kiumbe yeyote iwe yenye afya ikiwa uchafu ndio makazi yake ya asili, na kama chakula chake ni kila kitu kichukizacho. {CHSw 116.1}

Sio kusudi kuu la mwanadamu kuridhisha tamaa ya matamanio ya kula. Ni kweli kuna mahitaji ya mwili yanayopaswa kutimizwa; lakini je, kwa sababu hiyo mwanadamu lazima atawaliwe na tamaa ya chakula? Je, watu wanaotafuta kuwa watakatifu, safi, walioboreshwa, ili waingizwe katika jamii ya malaika wa mbinguni, wataendelea kuua viumbe vya Mungu na kufurahia nyama yao kama anasa? Kulingana na yale ambayo Bwana amenionyesha, hali hii itabadilika, na watu wa Mungu walio wa pekee watajizoeza kiasi katika mambo yote. {CHSw 116.2}

Maandalizi Sahihi ya Chakula ni Wajibu

Kuna kundi la watu wanaoonekana kudhani kwamba vyakula vyote ni sawa; kwamba chochote kinachotupwa tumboni ili kulijaza tumbo, kitatosha kama chakula kilichoandaliwa kwa akili na umakini. Lakini ni jambo la maana tufurahie chakula tunachokula. Tukishindwa kufanya hivyo, na tukalazimika kula kwa mazoea tu, basi tunakosa kupata lishe inayofaa. Miili yetu hujengwa kutokana na kile tunachokula; na ili tupate tishu zenye ubora, ni lazima tupate aina sahihi ya chakula, na kiandaliwe kwa ustadi unaokidhi mahitaji ya mwili. Ni

wajibu wa kidini kwa wale wanaopika, kujifunza namna ya kuandaa chakula chenye afya kwa namna mbalimbali, ili kiwe kitamu na chenye afya. Upishi usiofaa unadhoofisha nguvu za maisha za maelfu ya watu. Wengi hupoteza roho zao kwa sababu hii kuliko wanavyotambua. Upishi mbaya unavuruga mwili na kuleta maradhi. Katika hali hiyo ya mwili na akili, mambo ya kiroho hayawezi kutambulika kwa urahisi. {CHSw 116.3}

Baadhi hawaoni kwamba ni wajibu wa kidini kuandaa chakula kwa usahihi; kwa hiyo hawajishughulishi katika kujifunza. Wanauacha mkate ushinde kabla ya kuokwa na unakuwa na ugwadu, na baking soda inayowekwa ili kuondoa uchachu unaoongezwa kufidia uzembe wa mpishi, huufanya usifae kabisa kwa tumbo la binadamu. Tunahitaji kufikiria na umakini ili kutengeneza mkate mzuri. Lakini ipo dini zaidi katika mkate mzuri kuliko wengi wanavyodhani. Chakula kinaweza kuandaliwa kwa urahisi na kwa afya, lakini ni ustadi pekee unaokifanya kiwe na ladha na chenye lishe. Ili kujifunza kupika, wanawake wanapaswa kusoma na kujifunza, kisha kwa uvumilivu kutekeleza kile wanachojifunza kwa vitendo. Watu wanateseka kwa sababu hawataki kuchukua jukumu hili. Watu kama hao mimi nawaambia kuwa ni wakati wanu, kuamsha nguvu zenu zilizolala na kujipatia maarifa. Msifikiri kuwa muda unaotumika kupata ufahamu na uzoefu kamili wa kuandaa chakula chenye afya na kitamu ni muda uliopotea bure. Haidhuru mmekuwa na uzoefu wa muda mrefu katika kupika, iwapo bado mna jukumu la familia, ni wajibu wenu kujifunza namna ya kuwatunza wanafamilia wenu ipasavyo. Ikiwa ni lazima, nendeni kwa mpishi mzuri na mjifunze chini yake, mpaka mtakapokuwa madada au akina mama mliobobea kikamilifu katika sanaa ya upishi. {CHSw 117.1}

Ulaji Mbaya huharibu Afya

Njia isiyo sahihi ya kula au kunywa huharibu afya, na pamoja na hayo huharibu utamu wa maisha. Lo, ni mara ngapi chakula kizuri, kama kinavyoitwa, 1 kimenunuliwa kwa gharama ya usingizi na pumziko la utulivu! (kifo) Maelfu, kwa kuendekeza hamu

iliyopotoka, wamejiletea homa au ugonjwa mkali mwingine ulioishia katika kifo. Hiyo ilikuwa ni furaha iliyopatikana kwa gharama kubwa mno. {CHSw 117.2}

Kwa sababu ni kosa kula tu ili kuridhisha ladha iliyopotoka, haimaanishi kwamba tunapaswa kuwa wazembe kuhusu chakula chetu. Ni jambo la umuhimu mkubwa sana. Hakuna mtu anayepaswa kuchagua lishe duni. Wengi wamelemewa na maradhi na wanahitaji chakula chenye lishe nzuri na kilichopikwa vizuri. Wale wanaojiita wanamatengenezo wa afya, kuliko wengine wote, wanapaswa kuwa waangalifu kuepuka misimamo mikali iliyopitilia. Mwili lazima upate lishe ya kutosha. Mungu anayewapa wapenzi Wake usingizi, amewapatia pia chakula kinachofaa ili kuutegemeza mwili katika hali ya afya njema. {CHSw 118.1}

Wengi hugeuka mbali na nuru na maarifa, wakitoa kafara kanuni kwa ajili ya ladha ya chakula tu. Hula wakati ambapo mwili hauna haja ya chakula, na kwa vipindi visivyo vya kawaida, kwa sababu hawana ujasiri wa kimaadili wa kupinga matamanio. Matokeo yake, tumbo lililonyanyaswa huasi na mateso hufuata. Nidhamu ya masaa maalumu ya kula ni ya muhimu sana kwa afya ya mwili na utulivu wa akili. Kamwe chakula kisipite midomoni katikati ya mlo mmoja hadi mwingine. {CHSw 118.2}

Kula Mara kwa Mara Kupita Kiasi Husababisha Maradhi ya Tumbo kama kuvembewa

Wengi huendekeza mazoea mabaya ya kufisha, ya kula chakula usiku muda mfupi kabla ya kwenda kulala. Hata kama wamekula milo yao ya kawaida, mara nyingi kwa sababu ya kuhisi udhaifu kama vile wanazimia hudhani kuwa lazima wachukue kitafunwa au hata mlo wakati wa usiku. Kwa kuendekeza tabia hii isiyofaa, basi mazoea haya hubadilika na kuwa desturi, kwamba hawezi kulala bila kiasi kwamba mtu hujisikia kana kula. Mara nyingi hisia hii ya udhaifu

hutokana na viungo vya mmeng'enyo kuchoshwa kupita kiasi mchana kutwa kwa kupewa chakula kingi mno kilichosukumwa kwa kulazimishwa mwilini. Viungo hivi vinahitaji muda wa kupumzika kabisa ili kurejesha nguvu zilizopotea. Mtu asile mlo wa pili kamwekabla tumbo halijapata nafasi ya kupumzika baada ya kazi ya kumeng'enya chakula cha mlo uliopita. Wakati tunapolala usiku, tumbo linapaswa liwe tayari limekamilisha kazi yake, ili nalo pamoja na viungo vingine vya mwili lipate pumziko. Lakini tukikazana kupakia chakula kingine tena kwa kulazimisha, tumbo hulazimika kuendelea na kazi ya kumeng'enya tena, na kushugulika na kazi hii hata katika saa za usingizi. Hali hii hufanya usingizi kuvurugika kwa ndoto zisizopendeza, na mtu ataamka asubuhi akiwa mchovu na asiye na nguvu mpya. Tabia hii ikiendelea, viungo vya mmeng'enyo hupoteza nguvu zake za asili, na mtu huishia kuvembewa tumbo na kukosa furaha kabisa (dyspepsia). Zaidi ya madhara ya kuvunja sheria za afya ya asili kuathiri mtu binafsi, mara nyingi huleta usumbufu pia kwa wengine. Hebu mtazame mtu anayejitumbukiza katika njia inayomfanya audhike katika njia yoyote nawe kwa, haraka utaona akionyesha kutovumilia-kutokuwa mtu wa subira. Bila neema ya pekee ya Mungu, hushindwa kuzungumza au kutenda kwa utulivu. Popote aendapo hutoa kivuli cha huzuni. Je, mtu anaweza kusema tena, "Si suala la mtu mwingine kwa kile ninachokula au kunywa?" {CHSw 118.3}

Mambo Mabaya ya Kuepukwa

Inawezekana kula kupita kiasi hata chakula bora kabisa kisichosindikwa, au kukobolewa, kile ambacho kina afya. Sio kwamba mtu ale chakula kingi sana kwasababu tu sasa ameacha kula vyakula vyenye madhara. Kula kupita kiasi— haijalishi iwe chakula kizuri au kibaya—huzuia kazi ya mwili na kuufanya kushindwa kufanya kazi yake ipasavyo. {CHSw 119.1}

Wengi hukosea kwa 1 kunywa maji baridi sana pamoja na chakula chao. Chakula hakipaswi kusukumwa kwa maji. Maji

yanapochukuliwa pamoja na chakula hupunguza utoaji wa mate; na kadiri maji yanavyokuwa baridi zaidi, ndivyo madhara yake tumboni yanavyoongezeka. Maji ya barafu au juisi ya limau yenye ubaridi (lemonade) ikinywewa pamoja na chakula husimamisha mchakato wa mmeng'enyo mpaka mfumo wa mwili utoe joto la kutosha tumboni ili kuendelea na kazi yake. Ni vyema kutafuna taratibu, na kuruhusu mate kuchanganyika na chakula. {CHSw 119.2}

Kadiri kioevu kinavyokuwa kingi tumboni wakati wa mlo, ndivyo mmeng'enyo unavyokuwa mgumu zaidi, kwa kuwa lazima kwanza kioevu kimezwe kabla chakula hakijameng'enywa. Epuka chumvi nyingi; acha kula vyakula vyenye viungo vikali na siki zenye pilipili; epuka chakula chenye ukali tumboni-pilipili nk; kula matunda pamoja na chakula, na muwasho unaosababisha kiu nyingi utaondoka. Lakini iwapo maji yanahitajika kwa kweli kuzima kiu, maji safi ndiyo yote ambayo asili inahitaji. Kamwe usinywe chai, kahawa, bia, divai, au vinywaji vyenye kilevi chochote. {CHSw 120.1}

Kula Taratibu

Ili kupata mmeng'enyo wa chakula ulio na afya njema, chakula kinapaswa kuliwa polepole. Wale wanaotaka kuepuka ugonjwa wa kuvembewa tumbo na wale wanaotambua wajibu wao wa kuutunza mwili katika hali ambayo itawawezesha kumtolea Mungu huduma bora zaidi, watafanya vyema kukukumbuka jambo hili. Ikiwa muda wako wa kula ni mfupi, usimeze chakula haraka haraka, bali kula kidogo na tafuna taratibu. Faida itokanayo na chakula si kwa wingi wake, bali kwa namna kinavyomeng'enywa vizuri. Vivyo hivyo, raha ya ladha si kwa kumeza chakula kingi, bali kwa muda kinachokaa mdomoni kikiwa kinatafunwa. Wale walioko katika msisimko, wasiwasi, au haraka watakuwa na hekima kusubiri hadi watakapopata utulivu au nafuu kabla ya kula, kwa kuwa nguvu muhimu za mwili ambazo tayari zimechoka haziwezi kutoa vimeng'enya vinavyohitajika kwa mmeng'enyo. Wakati wa safari, wengine hujikuta wakitafunafuna kila

mara kama kuchakulo wanapopata kitu karibu nao. Huu ni mtindo mbaya kabisa unaofisha. Kama wasafiri wangekula kwa mpangilio, na kula vyakula rahisi vyenye lishe, wasingehisi kuchoka sana, wala kuathiriwa na maradhi mengi. {CHSw 120.2}

Ili kudumisha afya, kiasi ni lazima katika mambo yote—kiasi katika kazi, kiasi katika kula na kunywa. Baba yetu wa mbinguni ametupa nuru ya matengenezo ya afya ili kutulinda dhidi ya madhara ya tamaa iliyopotoka, ili wale wanaopenda usafi na utakatifu wajue jinsi ya kutumia kwa busara mema Yeye aliyowapatia, na kwa kutenda kiasi katika maisha ya kila siku, wapate kutakaswa katika Kweli. {CHSw 120.3}

Katika mikutano mikuu na mikutano ya kambi tunapaswa kuwa na chakula kizuri, safi, na chenye lishe bora, kisichokobolewa wala kusindika na kilichoandaliwa kwa urahisi. Hatupaswi kugeuza nyakati hizi kuwa misimu ya karamu. Ikiwa tunathamini baraka za Mungu, ikiwa tunalishwa kwa mkate wa uzima, hatutajishughulisha sana na kuridhisha tamaa ya chakula. Fikra zetu kuu zitakuwa: Je, hali ya roho yangu ikoje? Kutakuwa na shauku ya chakula cha kiroho kwa namna ya ajabu—kitu kitakachotupatia nguvu ya kiroho—hivyo hatutalalamika ikiwa lishe ni chukuchuku/rahisi na ya kawaida. {CHSw 121.1}

Mungu anataka mwili utolewe kwake kama dhabihu iliyo hai, sio dhabihu iliyokufa au inayokaribia kufa. Sadaka za Waisraeli wa zamani zilipaswa kuwa bila dosari, je, itampendeza Mungu kupokea sadaka ya mwanadamu iliyojaa maradhi na uharibifu? Yeye Anatuambia kuwa miili yetu ni hekalu la Roho Mtakatifu; Naye anatutaka tutunze hekalu hili ili liwe makao yanayostahili kwa Roho Wake. Mtume Paulo anatufundisha hivi: *"Ninyi si mali yenu wenyewe; kwa maana mlinunuliwa kwa thamani. Basi, mtukuzeni Mungu katika miili yenu na katika roho zenu, ambazo ni mali ya Mungu."* **(1 Wakorintho 6:19, 20).** Kila mmoja anapaswa kuwa mwangalifu sana kudumisha mwili katika hali bora ya afya, ili aweze kumtolea Mungu huduma kamilifu, na

kutimiza wajibu wake katika familia na katika jamii. {CHSw 121.2}

NGUVU YA HAMU YA CHAKULA

Testomonies for the Church 3:485-489 (1975)

Moja ya majaribu yenye nguvu mno ambayo mwanadamu atakutana nayo ni katika uchu wa chakula. Ndani ya akili na mwili kuna uhusiano uliositirika na wa ajabu. Vinaitikiana kwa pamoja. Kutunza afya ya mwili ili uendelee kuwa na nguvu, na kwamba kila sehemu ya mashine hai iweze kufanya kazi kwa maelewano/umoja, linapaswa kuwa somo la kwanza la maisha yetu. Kuupuuza mwili ni kuipuuza akili. Haiwezi kuwa ni kwa utukufu wa Mungu kwamba watoto Wake wawe na miili dhaifu au akili zilizodumaa. Kuendekeza hamu na kuigharimu afya ni matumizi mabaya na maovu ya hisia. Wale wanaojihusisha katika aina yoyote ya kutokuwa na kiasi, aidha katika kula au kunywa, wanapoteza nguvu zao za kimwili na kudhoofisha nguvu ya kimaadili. Watapata adhabu ambayo inafuata kwa kuasi sheria ya mwili. {CHSw 122.1}

Mwokozi wa ulimwengu alijua kuwa kuendekeza uchu kungelileta unyonge wa kimwili, na hivyo kufisha milango ya fahamu kiasi kwamba mambo matakatifu na ya umilele hayatatambuliwa. Kristo alijua kuwa ulimwengu umeelemewa na ulafi na kwamba uendekezaji huu ungeliharibu nguvu za kimaadili. Kama uendekezaji wa uchu ulikuwa mkubwa mno miongoni mwa jamii yawanadamu kiasi kwamba, ili kuvunja nguvu yake, Mwana wa Mungu, kwa niaba ya mwanadamu, alipaswa kufunga karibia majuma sita, Je, ni kazi kubwa kiasi gani iliyo mbele ya Mkristo ili aweze kushinda kama Kristo alivyoshinda! Nguvu ya jaribu la kuendekeza uchu mbaya wa chakula inaweza tu kupimwa kwa uchungu usioelezeka wa Kristo alipokuwa katika saumu ndefu jangwani. {CHSw 122.2}

Kristo alijua kuwa ili ukombozi anapaswa mwanadamu mahali pale afanikiwe katika mpango wa kuanza kazi ya kumkomboa ambapo anguko/uharibifu ulianzia.

Adamu alianguka kwa kuendekeza uchu wa chakula. Ili aweze kumwonesha mwanadamu wajibu wake wa kutii sheria ya Mungu, Kristo alianza kazi Yake ya ukombozi kwa matengenezo ya upya kwa tabia za kimwili za mwanadamu. Mmomonyoko wa maadili na kuzorota kwa wanadamu ni matokeo makubwa ya kuendekeza tamaa mbaya ya chakula-ulafi. {CHSw 122.3}

Wajibu Mzito

Kuna wajibu wa adhimu/mzito kwa wote, hasa kwa wachungaji/watumishi ambao wanafundisha ile Kweli, kuushinda uchu wa chakula. Kutumika kwao kungekuwa kukubwa na manufaa kama wangedhibiti uchu wao wa chakula na hisia zao kali, na nguvu zao za kiakili na kimaadili zingeimarika na kuwa na nguvu zaidi kama wangeuganisha kwa pamoja mazoezi ya kimwili na jitihada za kiakili. Kwa tabia zilizo madhubuti za kiasi, yaani kiasi chenye umakini mkali, na muunganiko wa kushugulisha mwili na -akili, wangelikamilisha kiasi kikubwa mno cha kazi na kuhifadhi usafi na uwazi wa akili. Kama wangelichukua njia hiyo, mawazo na maneno yao vingelitiririka kwa uhuru/urahisi zaidi, shughuli zao za kidini/kiroho zingelitiwa nguvu, na mivuto wanayoionesha kwa wasikilizaji ingelikuwa dhahiri. {CHSw 123.1}

Kukosa kiasi katika kula, hata chakula kilicho na ubora ulio sahihi, kutaleta hali ya kudhoofu katika mfumo na kuzifanya hisia makini na takatifu kuwa butu. Kiasi kilicho na umakini mkali katika kula na kunywa ni muhimu sana kwa utunzaji wa afya na na uwajibikaji wenye wa mazoezi makali kwa viungo vyote vya mwili. Tabia zilizo madhubuti katika kiasi, zikiunganishwa na mazoezi ya misuli pamoja na ya akili, vitahifadhi nguvu za akili na mwili, na kuleta nguvu ya kustahimili kwa wale waliojihusisha katika huduma, kwa wahariri, na kwa wengine wote ambao kazi zao ni za kukaa kwenye viti masaa mengi…. {CHSw 123.2}

Athari ya Chakula 1 **Kichocheacho Mwili (stimulants foods-chai, Kahawa, vyakula vya kukaangwa, nyama,**

energy drinks, pilipili na vyakula vyenye vikolezo vingi-condiments nk)

Kutokuwa na kiasi kunaanzia katika meza zetu tunapotumia vyakula visivyo vya kiafya. Baada ya muda, kwa kuendelea kuendekeza kutokuwa na kiasi, mfumo wa kumeng'enya chakula unadhoofishwa, na chakula kinacholiwa hakitoshelezi tena hamu chakula ya mtu. Masharti yasiyo ya kiafya yanaanzishwa, na panakuwa na njaa kali ya chakula chenye kusisimua zaidi. Chai, kahawa, na nyama nyekundu vinaleta madhara ya moja kwa moja. Kwa kuchochewa na sumu hizi mfumo wa fahamu unasisimuliwa hasa wa mawazo ya kufikirika, na, kwa nyakati fulani, baada ya muda kupita, akili inaonekana kuwa na nguvu na mawazo kuwa dhahiri zaidi. {CHSw 124.1}

Kwa kuwa vichocheo hivi kwa muda huo vinaleta matokeo hayo yanayokubalika, wengi wanahitimisha kuwa wana-hitaji mno vichocheo hivi na huendelea kuvitumia daima hatimaye. Lakini siku zote kuna athari. Mfumo wa fahamu, kwa vile ulivyosisimuliwa isivyo halali, unakopa nguvu kwa ajili ya matumizi ya sasa kutoka katika vyanzo vya nguvu za wakati ujao. Nguvu hizi zote ni za kitambo tu na baadaye msongo hufuata. Kwa kiwango kile kile, kwa namna ambavyo vichocheo hivi vimeupa nguvu mfumo kwa muda ndivyo nguvu ya ogani zilizosisimuliwa itakaposhuka mara baada ya kichocheo kupoteza nguvu yake. Hamu inafundishwa kuwa na shauku kubwa ya kitu kilicho na nguvu zaidi ambacho kitakuwa na na kuchochea na kuongeza msisimko unaokubalika, mpaka hali ya kuendekeza inapokuwa tabia, na panakuwa na shauku kali ya kutaka kichocheo chenye nguvu zaidi muda wote kama tumbaku, mvinyo, na pombe. Kwa kadiri uchu wa chakula unavyoendekezwa kilema kutokea, ndivyo shauku inavyozidi kuongezeka na kuwa ngumu zaidi kuidhibiti. Kwa kadiri mfumo unavyodhoofika zaidi ndivyo unavyoshindwa kufanya kazi pasipo vichocheo visivyo vya asili, na ndipo shauku kwa vitu hivi inaongezeka maradufu, mpaka nguvu ya nia inazidiwa nguvu, na hapo ndipo inapoonekana kuwa hakuna nguvu

yoyote iliyosalia ili kuweza kukataa kujifurahisha huku kusiko kwa asili kwa vitu hivi vya anasa. {CHSw 124.2}

Njia pekee ya usalama ni kutogusa, kutoonja, kutotengeneza, kutovigusa chai, kahawa, vileo, tumbaku, afyuni/bangi/madawa ya kulevya, na pombe ya aina yoyote. Umuhimu wa wanadamu wa kizazi hiki kuomba ili waweze kupata msaada wa nguvu ya nia, iliyotiwa nguvu kwa neema ya Mungu, ili waweze kukabiliana na majaribu ya Shetani na kupingana na uendekezaji wowote mdogo wa uchu mbaya ni mkubwa mara mbili zaidi ya ilivyokuwa kwa vizazi kadhaa vilivyopita. Lakini kizazi cha sasa kina nguvu ndogo mno ya kujidhibiti kuliko waliyokuwanayo hao walioishi kabla. Wale ambao wameendekeza uchu kwa vichocheo hivi wameambukiza uchu wao ulio potofu pamoja na shauku kali kwa watoto wao, na nguvu kubwa ya kimaadili inahitajika ili kupingana na hali ya kukosa kiasi katika namna zake zote. Njia pekee iliyo kamilifu ni kusimama imara upande wa kuwa na kiasi na kutoweka ubia na njia ya hatari. {CHSw 125.1}

Hatima kuu ya kwa nini Kristo alivumilia saumu ile ndefu jangwani ilikuwa ni kwa ajili ya kutufundisha umuhimu wa kujikana nafsi na kuwa na kiasi. Kazi hii inapaswa kuanzia katika meza zetu na inapaswa kuoneshwa kwa uthabiti katika nyanja zote za maisha. Mwokozi wa ulimwengu alikuja toka mbinguni ili apate kumsaidia mwanadamu katika udhaifu wake, ili katika nguvu hiyo ambayo amepewa na Kristo, apate kuwa imara kwa nguvu na hata kuweza kushinda uchu wa chakula na shauku kali, na kuwa mshindi katika kila kipengele. {CHSw 125.2}

Wazazi wengi wanalea na kuwaelimisha watoto wao kuendekeza hamu za vyakula fulani na kuunda katika akili zao kuridhisha ladha zao wa chakula. Wanawaendekeza kula nyama nyekundu na kunywa chai na kahawa. Nyama nyekundu zilizowekwa vichocheo pamoja na chai na kahawa, ambavyo baadhi ya akina mama wanawahamasisha watoto ili waweze kuvitumia, vinaandaa njia ya wao kuwa na kiu kali ya vichocheo vyenye nguvu zaidi kama tumbaku.

Matumizi ya tumbaku yanachochea hamu ya pombe, na matumizi ya tumbaku pamoja na pombe yanadhoofisha nguvu za neva. {CHSw 125.3}

Kama hisia za kimaadili za Wakristo zingeamshwa na kuwa hai katika suala la kiasi katika mambo yote, kwa kuonesha mfano, wangelianzia katika meza zao, kuwasaidia wale walio dhaifu kutoweza kabisa kujidhibiti, ambao hawana nguvu za kupambana na shauku kali ya uchu wa chakula. Kama tungelitambua kuwa tabia tunazoziunda katika maisha haya zitaathiri maslahi na mambo yetu ya umilele, kwamba hatima yetu ya umilele inategemea tabia zilizo thabiti katika kiasi, tungelipambana kuhakikisha kuwa tunakuwa na kiasi kilicho thabiti katika kula na kunywa. Kwa mfano wetu na jitihada zetu binafsi tunaweza kuwa njia ambazo kwazo nafsi nyingi zitaokolewa kutoka katika mmomonyoko wa kukosa kiasi, makosa ya jinai, na kifo. Dada zetu wanaweza kufanya zaidi katika kazi iliyo kuu ya kuokoa wengine kwa kuzijaza meza zao kwa vyakula vyenye afya na vyenye kurutubisha pekee. Wanaweza kutumia muda wao wa thamani katika kuwafundisha watoto wao shauku ladha ya chakula sahihi na hamu ya chakula na tamaa zingine za mwili, katika kuwahamasisha kuunda tabia za kiasi katika mambo yote, na katika kuwahimiza wanadamu kujikana nafsi na ukarimu kwaajili ya mema kwa wengine. {CHSw 125.4}

Matokeo ya Kujifurahisha _-Kujiendekeza au Kujiridhisha Mwenyewe

Walakini mbali na mfano ambao Kristo ametupatia alipokuwa katika jangwa la majaribu kwa kukataa uchu wa chakula na kuishinda nguvu yake, kuna akina mama wengi wa Kikristo ambao kwa mfano wao na kwa elimu wanayoitoa kwa watoto wao wanawaandaa kuwa walafi na walevi kupindukia. Watoto mara kwa mara wanaendekeza tabia ya kula wanachokichagua wao na kwa wakati wanaoutaka wao, pasipo kuzingatia afya. Kuna watoto wengi ambao wanapata raha ya kupindukia pale wanapokula na kunywa kwa kupitiliza, kwa ulafi [1] (Gourmands) nao wamefunzwa hivi tangia utotoni. Kwa kupitia kuendekeza uchu wa chakula wamekuwa na

matatizo ya chakula kutomeng'enywa katika matumbo yao wangali na umri mdogo * kuvimbewa/Dyspeptic, na wamekumbana na kuvembewa matumbo. Hali ya kuendekeza uchu wa chakula na kukosa kiasi katika kula inakua na kuimarika sambamba na nguvu zao. Nguvu za kiakili na kimwili zinadhoofishwa kama matokeo ya wazazi wao kuwadekesha na kuwaendekeza. **[Testimonies for the Church 3:485-489 (1875).]** {CHSw 126.1}

UAMINIFU KATIKA MATENGENEZO YA AFYA

Testomonies for the Church 9:153-166 (1909)

Nimeagizwa kutoa ujumbe kwa watu wetu wote juu ya somo la matengenezo ya afya, kwani wengi wamerudi nyuma kutoka kwenye uaminifu wao wa zamani kwa kanuni za matengenezo ya afya. {CHSw 127.1}

Kusudi la Mungu kwa watoto Wake ni kwamba wakue na kufikia kimo kamili cha wanaume na wanawake katika Kristo. Ili kufanya hivyo, ni lazima watumie ipasavyo kila nguvu ya akili, nafsi, na mwili. Hawawezi kumudu kupoteza nguvu zozote za mwili au za kiakili. {CHSw 127.2}

Swala la jinsi ya kuihifadhi afya ni moja ya mambo ya msingi yenye umuhimu. Tunapojifunza hili swala katika hofu ya Mungu tutajifunza kwamba ni bora, kwa maendeleo yetu yote ya kimwili na kiroho, kuzingatia usahili katik lishe. Hebu tujifunze kwa subira swala hili. Tunahitaji maarifa na uamuzi ili kuenenda kwa busara katika jambo hili. Sheria za asili hazipaswi kupingwa, bali zifuatwe. {CHSw 127.3}

Wale ambao wamepokea maelekezo kuhusu ubaya wa matumizi ya vyakula vya nyama, chai na kahawa, na maandalizi ya chakula yasiyofaa, na ambao wameazimia kufanya agano na Mungu kwa kujitoa kafara, hawataendelea kuendekeza hamu yao ya kula chakula wanachojua kuwa hakina afya. Mungu hudai kwamba uchu wa chakula utakaswe, na kwamba kujinyima yaani kujikana nafsi kuzingatiwe kwa yale yote yasiyofaa. Hii ni kazi ambayo itabidi ifanywe

kabla ya watu Wake kusimama mbele Zake wakiwa wakamilifu. {CHSw 127.4}

Wajibu binafsi

Watu wa Mungu waliosalia lazima wawe watu walioongoka. Uwasilishaji wa ujumbe huu unapaswa ulete matokeo ya uongofu na utakaso wa roho. Tunapaswa kuhisi nguvu za Roho wa Mungu katika harakati hii. Huu ni ujumbe wa ajabu na wa uhakika; una maana ya kila kitu kwa mpokeaji, na unapaswa kutangazwa kwa kilio kikuu. Ni lazima tuwe na imani ya Kweli, yenye kudumu kwamba ujumbe huu utasonga mbele kwa umuhimu unaozidi uongezeka zaidi hadi mwisho wa wakati. {CHSw 127.5}

Kuna baadhi ya wanaojiita waumini ambao hukubali sehemu fulani za Shuhuda kama ujumbe wa Mwenyezi Mungu, huku wakizikataa sehemu zile zinazokemea tamaa wazipendazo-wanazozifurahia. Watu kama hao hufanya kazi kinyume na ustawi wao na ustawi wa kanisa. Ni muhimu tutembee katika nuru wakati tungali tunayo nuru. Wale wanaodai kuamini katika matengenezo ya afya, na bado wanakua kinyume na kanuni zake katika utendaji wa maisha ya kila siku, wanatesa nafsi zao na wanaacha maoni yasiyo sahihi katika akili za waumini na wasioamini. {CHSw 128.1}

Nguvu Kupitia Utii

Wajibu mzito upo juu ya wale wanaoijua Kweli, kwamba matendo yao yote yalingane na imani yao, na kwamba maisha yao yatasafishwa na kutakaswa, na kuwekwa tayari kwa kazi ambayo lazima ifanyike haraka katika siku hizi za mwisho za kuhitimisha ujumbe. Hawana muda wala nguvu za kutumia katika kuendekeza uchu wa chakula. Maneno haya yanapaswa kuja kwetu sasa kwa msukumo wa dhati, ***"Tubuni basi, mrejee, ili dhambi zenu zifutwe, zipate kuja nyakati za kuburudishwa kwa kuwako kwake Bwana;." Matendo 3:19.*** Kuna wengi miongoni mwetu ambao wana

upungufu wa kiroho na ambao, isipokuwa wameongoka kabisa, hakika watapotea. Je, unaweza kumudu kukimbia hatari? {CHSw 128.2}

Kiburi na udhaifu wa imani vinawanyima wengi baraka nyingi za Mungu. Wapo wengi ambao, isipokuwa wainyenyekeze mioyo yao mbele za Bwana, watashangaa na kukata tamaa wakati kilio kitakaposikika: ***"Tazama, Bwana arusi anakuja." Mathayo 25:6.*** Wana nadharia ya Ukweli, lakini wao hawana mafuta katika vyombo vyao pamoja na taa zao. Imani yetu kwa wakati huu lazima isiishie kwenye dhana, au imani tukatika nadharia ya ujumbe wa malaika wa tatu. Ni lazima tuwe na mafuta ya neema ya Kristo ambayo yataijaza taa na kuifanya nuru ya uzima iangaze, ikionyesha njia kwa wale walio gizani. {CHSw 128.3}

Ikiwa tutaepuka kuwa na uzoefu mbaya na dhaifu, lazima tuanze kwa dhati na bidii bila kukawia kushughulikia wokovu wetu wenyewe kwa kuogopa na kutetemeka. Kuna wengi ambao hawatoi uthibitisho imara kwamba ni wakweli katika viapo vyao vya ubatizo. Bidii na ari yao inatiwa ubaridi na desturi, tamaa ya ukuu wa kilimwengu, kiburi, na kujipenda nafsi. Mara kwa mara hisia zao huchochewa, lakini hawaanguki juu ya Mwamba, Kristo Yesu. Hawaji kwa Mungu wakiwa wenye mioyo iliyovunjika katika toba na maungamo. Wale wanaopitia kazi ya uongofu wa Kweli katika mioyo yao watadhihirisha tunda la Roho katika maisha yao. Oh Laiti wale ambao wana hali duni ya kiroho wangetambua kwamba uzima wa milele unaweza kutolewa kwa wale tu ambao wanakuwa washirika wa asili ya Kiungu na kuepuka uharibifu uliomo duniani utokanao na tamaa! {CHSw 129.1}

Nguvu ya Kristo pekee ndiyo inaweza kufanya mabadiliko katika moyo na akili, kwamba vyote vinapaswa kufanywa kushiriki pamoja na Kristo maisha mapya katika ufalme wa mbinguni. "Mtu asipozaliwa mara ya pili," Mwokozi alisema, "hawezi kuuona ufalme wa Mungu." Yohana 3:3. Dini itokanayo 1 na Mungu ni dini pekee iongozayo kwa Mungu. Ili tumtumikie Yeye ipasavyo, ni lazima tuzaliwe kwa Roho

Mtakatifu. Hii itatufanya kukesha. Itasafisha moyo na kufanya upya akili, na kutupa uwezo mpya wa kumjua na kumpenda Mungu. Itatupatia utii wa hiari kwa matakwa Yake yote. Hii ndiyo ibada ya Kweli. {CHSw 129.2}

Mungu anahitaji watu Wake kuendelea daima. Tunahitaji kujifunza kuwa uchu wa chakula ni kizuizi kikubwa cha ubora wa akili na utakaso wa roho. Pamoja na kukiri kwetu kwa matengenezo ya afya, wengi wetu tunakula vibaya. Kuendekeza uchu wa kula ndio sababu kuu ya unyonge wa kiakili na kimwili, na kwa kiasi kikubwa ndiyo msingi wa udumavu na vifo vya mapema. Hebu mtu ambaye anatafuta kuwa na usafi wa roho akumbuke kwamba ndani ya Kristo kuna uwezo wa kutawala uchu wa kula. {CHSw 130.1}

Vyakula vya Nyama

Ikiwa tungeweza kufaidika kwa kuendekeza kutamani vyakula vya nyama, nisingewasihi kuhusu jambo hili; lakini najua hatuwezi. Vyakula vya nyama vinadhuru ustawi wa kimwili, na tunapaswa kujifunza kuishi bila nyama. Wale ambao wako katika nafasi ambayo inawezekana kupata chakula cha mboga, lakini wanachagua kufuata mielekeo yao wenyewe katika suala hili, kula na kunywa kama wanavyotaka, taratibu watakuwa hawayajali maagizo ambayo Bwana ametoa kuhusu maeneo mengine ya Ukweli wa sasa na watapoteza mtazamo wao wa kile ambacho ni Ukweli; hakika watavuna kama walivyopanda. {CHSw 130.2}

Nimeagizwa kuwa wanafunzi katika shule zetu wasipewe vyakula vya nyama au vilivyoandaliwa kwa namna isiyofaa na isiyo ya afya. Hakuna kitu ambacho kitashawishi kuchochea uchu wa chakula kinapaswa kuwekwa mezani. Natoa wito kwa wazee na vijana na watu wa makamo. Kataeni-Kaneni uchu wa vitu ambavyo vinawawaletea madhara. Mtumikieni Bwana kwa kujinyima. {CHSw 130.3}

Hebu watoto wawe na akili katika jambo hili. Sisi sote ni washirika wa familia ya Bwana, na Bwana angetaka watoto Wake, wadogo kwa wakubwa, waamue kukataa uchu wa

chakula na kuokoa mali zinazohitajika kwa ajili ya ujenzi wa nyumba za mikutano na kusaidia Wamishenari. {CHSw 131.1}

Nimeagizwa kuwaambia wazazi: Jiwekeni wenyewe, nafsi na roho zenu, upande wa Bwana kwa swala hili. Tunapaswa kukumbuka daima kwamba katika siku hizi za rehema tuko kwenye kujaribiwa mbele za Bwana wa ulimwengu. Je, hamtaachana na uchu wa chakula unaowadhuru? Maneno ya kukiri ni rahisi tu, kila mtu anaweza kufanya hivyo; hebu matendo yako ya kujikana nafsi yashuhudie kwamba utakuwa mtiifu kwa maagizo ya Mungu aliyoyatoa kwa watu Wake wa pekee. Kisha weka kwenye hazina sehemu ya mali unayohifadhi kwa matendo yako ya kujinyima, na huko kutakuwa kile ambacho kitatosheleza kuiendeleza kazi ya Mungu. {CHSw 131.2}

Kuna wengi wanaohisi kwamba hawawezi kuishi bila chakula cha nyama-samaki; lakini kama wangejiweka wao wenyewe katika upande wa Bwana, wakiwa wameazimia kwa uthabiti kutembea katika njia ya uongozi Wake, wangepokea nguvu na hekima kama ya Danieli na wenzake. Wangeona kwamba Bwana angewapa maamuzi mzuri. Wengi wangeshangaa kuona ni kiasi gani kingeweza kuokolewa kwa ajili ya kazi ya Mungu kwa matendo ya kujinyima. Kiasi kidogo kilichohifadhiwa kwa matendo ya kujikana nafsi kitafanya zaidi kwa ajili ya kuijenga kazi ya Mungu kuliko zawadi au sadaka kubwa zitakavyofanya katika kuitimiza kile ambacho, hakikutolewa kwa kujikana nafsi. {CHSw 131.3}

Waadventista Wasabato wanashikilikia Kweli muhimu. Zaidi ya miaka arobaini iliyopita Bwana alitupa nuru maalum juu ya matengenezo ya afya, lakini tunatembeaje katika nuru hiyo? Ni wangapi wamekataa kuishi kulingana na mashauri ya Mungu! Kama watu, tunapaswa kusonga mbele kulingana na nuru tuliyoipokea. Ni wajibu wetu kuelewa na kuheshimu kanuni za matemgenezo ya afya. Juu ya jambo la kiasi tunapaswa kuwa mbele ya watu wengine wote; na bado wako miongoni mwetu washiriki wa kanisa wenye uelewa, na hata watumishi/wachungaji wa Injili, ambao wana heshima ndogo tu kwa

nuru ambayo Mungu ameitoa juu ya jambo hili. Wanakula wapendavyo na kutenda wapendavyo. {CHSw 131.4}

Hebu wale ambao ni waalimu na viongozi katika kazi yetu wachukue msimamo wao kwa uthabiti katika msingi wa Biblia kuhusiana na matengenezo ya afya, na kutoa ushuhuda wa wazi kwa wale wanaoamini tunaishi katika siku za mwisho za historia ya dunia. Mstari wa wazi lazima uchorwe kati ya wale wanaomtumikia Mungu na wale wanaojitumikia wenyewe. {CHSw 132.1}

Nimeonyeshwa kwamba kanuni tulizopewa siku za mwanzo za ujumbe, zina umuhimu na zinapaswa kuzingatiwa kwa uangalifu leo kwa kudhamiria- kama ilivyokuwa kwa wakati huo. Kuna ambao hawajawahi kuifuata nuru iliyotolewa juu ya swala la chakula. Sasa ni wakati wa kuichukua nuru hii kutoka chini ya pishi kuiacha iangaze kwa miale ya wazi na angavu. {CHSw 132.2}

Kanuni za maisha ya afya zina maana kubwa sana kwetu kwa mtu binafsi na kama jumuiya. Wakati ujumbe wa matengenezo ya afya uliponijia kwa mara ya kwanza, nilikuwa dhaifu na mnyonge, nikiwa na tabia ya kuzirai mara kwa mara. Nilikuwa nikimwomba Mungu kwa ajili ya msaada, Naye alifungua mbele yangu somo kuu la matengenezo ya afya. Yeye aliniagiza kwamba wale walio wanaozishika amri Zake lazima waletwe katika uhusiano mtakatifu Naye, na kwamba kwa kuwa na kiasi katika kula na kunywa wanapaswa kuhifadhi vema hali zao za kiakili na kimwili kwa ajili ya huduma kwa ubora mkubwa kwa kadri iwezekanavyo. Nuru hii imekuwa mbaraka mkubwa kwangu. Nilichukua msimamo wangu kama mwanamatengenezo ya afya, nikijua kwamba Bwana angeniimarisha. Leo nina afya bora , licha ya umri wangu, kuliko nilivyokuwa katika siku zangu za ujana. {CHSw 132.3}

Imekuwa ikisemekana na baadhi kwamba sijazifuata kanuni za matengenezo ya afya kama nilivyoyatetea kwa kalamu yangu; lakini naweza kusema kwamba nimekuwa

mwanamatengenezo mwaminifu wa afya. Wale ambao wamekuwa washiriki wa familia yangu wanajua kwamba hili ni kweli. {CHSw 133.1}

"Kwa Utukufu wa Mungu"

Hatuwekei mstari wowoteulio wazi wa kufuatwa katika lishe; lakini tunasema kwamba katika nchi ambazo kuna matunda, nafaka, na karanga kwa wingi, chakula cha nyama si chakula sahihi kwa watu wa Mungu. Ninalo agizo kuwa chakula cha nyama kina tabia ya kufanya mtu awe na tabia ya mnyama katika asili zetu, kuwapora wanaume na wanawake upendo na huruma ambayo wanapaswa kuihisi kwa kila mtu, na kuzipa hisia za chini udhibiti juu ya nguvu za juu za kiumbe. Ikiwa ulaji wa nyama ulikuwa wenye afya, sio salama sasa. Saratani, uvimbe, na magonjwa ya mapafu kwa kiasi kikubwa husababishwa na ulaji wa nyama. {CHSw 133.2}

Hatupaswi kufanya matumizi ya chakula cha nyama kuwa kipimo cha ushirika, lakini tunapaswa kuzingatia mvuto walio nao wale wanaojiita waumini wanaotumia vyakula vya nyama juu ya wengine. Kama wajumbe wa Mungu, Je, hatuwezi kuwaaambia watu: ***“Basi mlapo, au mnywapo, au mtendapo neno lo lote, fanyeni yote kwa utukufu wa Mungu”? 1 Wakorintho 10:31.*** Je, hatutatoa ushuhuda thabiti dhidi ya uchu wa chakula ulio na tamaa potovu? Je, kuna watu wowote ambao ni watumishi wa Injili, wanaotangaza Ukweli wa thamani kuu zaidi kuwahi kutokea waliopewa wanadamu, wataweka kielelezo katika kuvirudia vyungu vya nyama za Misri? Je wale wanaotegemezwa kwa zaka kutoka katika ghala ya Mungu watajiruhusu wenyewe kujifurahisha nafsi zao ili kutia sumu mkondo uletao uhai upitao katika mishipa yao? Je, watapuuza nuru na maonyo ambayo Mungu amewapa? Afya ya mwili inapaswa kuzingatiwa kuwa muhimu kwa ukuaji wa neema na kuiweka hali ya mwili sawa kwa msawaziko mzuri kati ya kuwa na hasira na kuwa na utulivu (even temper). Ikiwa tumbo halijatunzwa vizuri, uundaji wa tabia ya uadilifu na haki, yenye maadili mema utazuiliwa. Ubongo na mishipa vinahurumiwa na tumbo. Ulaji na

unywaji mbaya huleta matokeo mabaya ya kufikiri na kutenda. {CHSw 133.3}

Wote sasa wanapimwa na kuthibitishwa. Tumebatizwa katika Kristo, na kama tutatenda sehemu yetu kwa kujitenga na kila kitu ambacho kingetuburuza chini na kutufanya tusivyopaswa kuwa, tutapewa nguvu za kukua katika Kristo, Yeye aliye kiongozi wetu aliye hai-Yeye ambaye ni kichwa, nasi tutauona wokovu wa Mungu. {CHSw 134.1}

Ni wakati tu tutakapokuwa na akili kuhusiana na kanuni za maisha ya kiafya ndipo tutaweza kuamshwa kikamilifu kutazama ubaya unaotokana na ulaji mbaya usiofaa. Wale ambao, baada ya kuona makosa yao, wana ujasiri kubadilisha tabia zao, watatambua kwamba mchakato wa matengenezo unahitaji mapambano na uvumilivu mwingi; lakini wakati ladha sahihi itakapotengenezwa, wanadamu watatambua kwamba matumizi ya chakula ambacho hapo awali walikiona kuwa hakina madhara kilikuwa polepole lakini kwa hakika kikiweka msingi wa “dyspepsia/kuvembewa” na magonjwa mengine. {CHSw 134.2}

Akina baba na akina mama kesheni katika maombi. Jilindeni sana dhidi ya kutokuwa na kiasi kwa kila namna. Fundisheni watoto wenu kanuni za matengenezo ya Kweli ya afya. Wafundisheni ni mambo gani ya kuepuka ili kuihifadhi afya. Tayari ghadhabu ya Mungu imeanza kufika juu ya watoto wa kuasi. Ni uhalifu kiasi gani, ni dhambi gani, ni maovu ya yanayofanywa sasa na ya namna gani ambayo yanafunuliwa kila upande! Kama watu tunapaswa kuwa waangalifu sana kuwalinda watoto wetu dhidi ya washirika waovu. {CHSw 134.3}

Kufundisha Kanuni za Afya

Juhudi kubwa zaidi zinapaswa kuwekwa kuwaelimisha watu katika kanuni za matengenezo ya afya. Shule za upishi zinapaswa kuanzishwa, na mafundisho ya nyumba kwa nyumba yatolewe katika ufundi wa kupika chakula kizuri. Watu wazima na vijana wanapaswa kujifunza jinsi ya kupika kwa urahisi zaidi. Popote Ukweli

unapowasilishwa, watu wanapaswa kufundishwa jinsi ya kuandaa chakula kwa njia rahisi, lakini kwa namna iletayo ladha nzuri. Wanatakiwa waoneshwe kuwa lishe bora inaweza kutolewa bila kuwa na matumizi ya vyakula vya nyama. {CHSw 135.1}

Wafundishe watu kwamba ni bora kujua jinsi ya kujikinga vizuri na magonjwa, na kuishi vyema, kuliko jinsi ya kujiponya magonjwa. Madaktari wetu wanapaswa kuwa waelimishaji wenye hekima, na kuwaonya wote dhidi ya kujifurahisha nafsi na kuonyesha kwamba kujiepusha na mambo ambayo Mungu amekataza ndiyo njia pekee ya kuzuia uharibifu wa mwili na akili. {CHSw 135.2}

Busara na umakini mwingi vitumike katika kuandaa chakula chenye lishe ili kuchukua mahali pa hicho ambacho hapo awali kilikuwa lishe kwa wale wanaojifunza kuwa wanamatengenezo wa afya. Imani kwa Mungu, bidii ya kusudi, na utayari wa kusaidiana sisi kwa sisi utahitajika. Mlo unaokosa virutubisho sahihi vya lishe huleta aibu juu ya suala la matengenezo ya afya. Sisi ni binadamu hivyo tunakufa na lazima tujipatie chakula kitakachoupa mwili lishe ifaayo. {CHSw 135.3}

Ulaji uliopitiliza kiasi

Baadhi ya watu wetu, ingawa kwa dhamiri njema wanajizuia kula vyakula visivyofaa, wanapuuza kujipatia virutubisho muhimu kwa ajili ya riziki ya kuutegemeza mwili. Wale wanaozingatia sana kwa kupitiliza katika matengenezo ya afya wako katika hatari ya kuandaa chakula kisichokuwa na ladha, kiasi cha kupoteza shauku yao ya chakula kwa vile hakiwaridhishi. Chakula kinapaswa kutayarishwa kwa njia ambayo kitakuwa cha kupendeza na chenye lishe. Hakipaswi kunyimwa kile ambacho mwili unahitaji. Mimi natumia kiasi fulani cha chumvi, na mara nyingi 1 natumia, kwa sababu chumvi, badala ya kuwa na madhara, ni muhimu kwa ajili ya damu. Chakula cha

mimea, yaani Mboga-mboga zinapaswa kufanywa kuwa ya kupendeza na maziwa kidogo au krimu, au kitu cha aina hiyo. {CHSw 135.4}

Wakati maonyo yametolewa kuhusiana na hatari ya ugonjwa utokanao na siagi, na ubaya wa matumizi ya kupitiliza ya mayai kwa watoto wadogo, lakini hatupaswi kuona kuwa ni uvunjaji wa kanuni tunapotumia mayai yanayokana na kuku wanaotunzwa vyema na kulishwa ipasavyo. Mayai yana viini ambavyo hurekebisha na kukabiliana na sumu fulani mwilini. {CHSw 136.1}

Baadhi, kwa kujiepusha na maziwa, mayai, na siagi, wameshindwa kuupatia mwili lishe inayofaa, na kama matokeo yake wamekuwa dhaifu na kutoweza kufanya kazi. Hivyo matengenezo ya afya hupewa sifa mbaya. Hivyo kazi ambayo tumejaribu kuijenga imara imechanganywa na mambo ya hovyo ambayo Mungu hayahitaji, na nguvu za kanisa zimelemazwa. Lakini Mungu ataingilia ili kuzuia matokeo ya mawazo haya magumu sana. Injili hupaswa kuipatanisha jamii ya wanadamu wenye dhambi. Ni ya kuwaleta matajiri na maskini pamoja miguuni pa Yesu. {CHSw 136.2}

Wakati utakuja ambapo huenda tukalazimika kuacha baadhi ya makundi ya lishe tunayoyatumia sasa, kama vile maziwa na krimu na mayai; lakini sio lazima kujiletea fadhaa mapema na vikwazo vilivyokithiri-pitilizi. Subiri hadi hali itakapobidi na Bwana hutayarisha njia kwa ajili ya hilo. {CHSw 136.3}

Wale ambao watafanikiwa katika kutangaza kanuni za matengenezo ya afya lazima walifanye Neno la Mungu kuwa kiongozi na mshauri wao. Ni pale tu walimu wa kanuni za matengenezo ya afya wanapofanya hili ndipo wanaweza kusimama juu ya jukwaa lenye manufaa. Hebu kamwe tusitoe ushuhuda dhidi ya matengenezo ya afya kwa kushindwa kutumia chakula kitamu, kifaacho, kisichokobolewa au kusindikwa, badala ya vyakula vyenye madhara ambavyo tumevitupilia mbali. Usihamasishe kwa njia iwayo yote vichocheo vya hamu

ya chakula (stimulants). Kula tu chakula cha kawaida, rahisi na kizuri, na umshukuru Mungu daima kwa kanuni za matengenezo ya afya. Katika mambo yote uwe mkweli na mnyofu, nawe utapata ushindi wa thamani. {CHSw 136.4}

Lishe katika Nchi Tofauti

Tunapofanya kazi dhidi ya ulafi na kutokuwa na kiasi, lazima tutambue hali ambayo inatawala familia ya mtu. Mungu ameweka riziki kwa wale wanaoishi katika nchi mbalimbali duniani. Wale wanaotamani kuwa watenda kazi pamoja na Mungu lazima wafikirie kwa umakini kabla ya kubainisha ni vyakula gani vinapaswa na visivyopaswa kuliwa. Tunapaswa kuunganishwa na watu wengi. Endapo matengenezo ya afya katika hali yake ya kupitiliza sana yatafundishwa kwa wale ambao hali zao za changamoto zinawazuia kuasili matengenezo haya, basi madhara ndiyo yatatimizwa zaidi, kuliko mema. Ninapowahubiri Injili wale walio maskini, ninaagizwa kuwaambia wale chakula ambacho kina lishe zaidi. Siwezi kuwaambia watu: "Usile mayai, au maziwa, au krimu. Msitumie siagi katika utayarishaji wa chakula. "Injili lazima ihubiriwe kwa watu maskini, lakini wakati bado haujafika wa kuwapa watu maagizo yenye zuio kali zaidi kwenye lishe yao. {CHSw 137.1}

Neno kwa Wanaositasita

Wachungaji na watumishi ambao wanahisi wako na uhuru wa kujifurahisha katika uchu wa chakulaa wanapungukiwa sana na ubora. Mungu anawataka kuwa wanamatengenezo wa afya. Anawataka waishi kulingana na nuru ambayo imetolewa juu ya jambo hili. Ninajisikia huzuni wakati Ninapoona wale ambao wanapaswa kuwa na bidii kwa kanuni zetu za afya, bado hawajaongoka katika njia sahihi za maisha. Ninaomba Bwana aweze kushawishi fahamu zao kwamba wanakabiliana na upotevu mkubwa. Ikiwa mambo yangelikuwa

kama yalivyopaswa kuwa katika nyumba zinazounda makanisa yetu, tungeliweza kufanya kazi maradufu kwa ajili ya Bwana. {CHSw 137.2}

Ili kutakaswa na kubaki kuwa safi, Waadventista Wa Sabato lazima wawe na Roho Mtakatifu ndani ya mioyo yao na nyumba zao. Bwana amenipa nuru kwamba wakati Israeli wa leo watakapojinyenyekeza mbele Zake, na kulisafisha hekalu la nafsi kutoka kwenye uchafu wote, Yeye atasikia maombi yao kwa niaba ya wagonjwa na atabariki matumizi ya dawa Zake kwa magonjwa. Wakati kwa imani wakala wa kibinadamu anapofanya yote awezayo ili kupambana na magonjwa, kwa kutumia njia rahisi za tiba ambazo Mungu ametoa, jitihada zake zitabarikiwa na Mungu. {CHSw 138.1}

Ikiwa, baada ya nuru kubwa hivyo kutolewa, bado watu wa Mungu wataendekeza mazoea mabaya, kuifurahisha nafsi na wakikataa kufanya matengenezo, watapata matokeo ya hakika ya uasi wa sheria. Ikiwa wamedhamiria kuridhisha uchu wao potofu kwa gharama yoyote, Mungu hatafanya muujiza kuwaokoa kutokana na matokeo ya kuendekeza tamaa zao. ***"Watalala kwa huzuni." Isaya 50:11***. {CHSw 138.2}

Wale wanaochagua kuwa na ujuvi (presumptious), wakisema, “Bwana ameniponya, wala sina haja ya kujizuia katika kula; Ninaweza kula na kunywa nipendavyo,” watakuwa na uhitaji wa muda mrefu, katika mwili na roho, wa uweza wa Mungu wa kurejesha. Kwa kuwa Bwana, kwa neema amekuponya, hupaswi kufikiri kwamba unaweza kujihusisha na mazoea ya kiulimwengu ya kuendekeza tamaa za mwili kama ulafi. Fanya kama Kristo alivyoamuru baada ya kazi Yake ya uponyaji--***"nenda, na usitende dhambi tena." Yohana 8:11.*** Hebu uchu wa chakula usiwe mungu wako. {CHSw 138.3}

Uaminifu kwa Matengenezo ya Afya

Bwana alitoa Neno Lake kwa Israeli ya kale, kwamba kama wangeshikamana Naye kabisa na kufanya yote anayohitaji,

angewaepusha na magonjwa yote kama yale aliyokuwa amewaletea walipokuwa Misri; lakini ahadi hii ilitolewa kwa sharti la utii. Kama Waisraeli wangetii maagizo waliyopewa, na kufaidika na faida zake, wangekuwa fundisho kwa dunia la afya na ustawi. Waisraeli walishindwa kulitimiza kusudi la Mungu, na hivyo kushindwa kupokea baraka ambazo zingeweza kuwa zao. Lakini kwa Yusufu na Danieli, kwa Musa na Eliya, na wengine wengi, tunayo mifano bora, mizuri ya matokeo ya mpango wa Kweli wa kuishi. Kama uaminifu leo utaleta matokeo kama hayo. Imeandikwa kwetu sisi: "***Bali ninyi ni mzao mteule, ukuhani wa kifalme, taifa takatifu, watu wa milki ya Mungu, mpate kuzitangaza fadhili Zake Yeye aliyewaita mtoke gizani mkaingie katika nuru Yake ya ajabu;." 1 Petro 2:9.*** {CHSw 139.1}

Lo, ni wangapi wanapoteza baraka nyingi sana ambazo Mungu amewawekea katika majaliwa ya kiafya na kiroho! Kuna roho nyingi ambazo hupambana kuwa na ushindi maalum na baraka maalum ili waweze kufanya jambo fulani kubwa. Mwisho wa hili wanahisi kwamba lazima wafanye mapambano ya uchungu kwa sala na machozi. Watu hawa watakapochunguza Maandiko kwa maombi ili kujua mapenzi ya Mungu yaliyoelezwa, na kisha wafanye mapenzi Yake kutoka moyoni bila kizuizi hata kimoja au kujitukuza nafsi, watapata pumziko. Uchungu wote, machozi na mapambano yote hayatawaletea baraka wanazozitamani. Nafsi lazima iweze kujisalimisha kabisa. Ni lazima nafsi isalimishwe kikamilifu. Wanapaswa kufanya kazi inayojitokeza, ikilinganishwa na wingi wa neema ya Mungu ambayo imeahidiwa kwa wote wamwombao kwa imani. {CHSw 139.2}

"Mtu yeyote akitaka kunifuata," Yesu alisema, ***"na ajikane mwenyewe, ajitwike msalaba wake kila siku, anifuate." Luka 9:23.*** Hebu tumfuate Mwokozi kwa unyenyekevu, usahili na kujinyima. Hebu tumwinue Mtu wa Kalvari kwa Neno na kwa maisha matakatifu. Mwokozi anakuja karibu sana kwa wale wanaojiweka wakfu kwa Mungu. Ikiwa kuna wakati tulihitaji kazi ya Roho wa Mungu juu

ya mioyo na maisha yetu, ni sasa. Hebu tuishikilie nguvu hii ya Bwana kwa ajili ya nguvu ya kuishi maisha ya utakatifu na kujisalimisha. **[Testimonies for the Church 9:153-166 (1909).]** {CHSw 139.3}

WASHIRIKI WA ASILI YA MBINGUNI

Yesu alitegemea hekima na nguvu za Baba yake wa mbinguni. Alisema, ***"Maana Bwana MUNGU atanisaidia; kwa sababu hiyo sikutahayari: . . . Nami najua ya kuwa sitaona haya. . . . Tazama, Bwana MUNGU atanisaidia."*** Akielekeza katika kielelezo Chake Mwenyewe, anatwambia, ***"Ni nani miongoni mwenu amchaye Bwana, . . . Yeye aendaye katika giza, wala hana nuru, naye alitumainia Jina la Bwana, na kumtegemea Mungu wake." Isaya 50:7- 10.*** {CHSw 140.1}

"Yuaja mkuu wa ulimwengu huu," Yesu alisema***, "wala hana kitu kwangu." Yohana 14:30.*** Hakukuwa na kitu ndani ya Yesu ambacho kiliweka mwitikio kuelekea kwa uongo wa Shetani. Hakukubaliana na dhambi. Hakukubaliana na jaribu hata kwa wazo tu. Hivyo ndivyo ambavyo ingepaswa kuwa kwetu pia. Uanadamu wa Yesu uliungana na Uungu; alifanywa kufaa kwa mapambano kwa njia ya Roho Mtakatifu aliyekaa ndani yake. Na alikuja kutufanya kuwa washirika wa asili hiyo ya uungu. Maadamu tunakuwa tumeunganishwa kwake kwa imani, dhambi haitawali tena juu yetu. Mungu hutufikia kuuelekeza mkono wa imani ndani yetu ushikilie Uungu wa Kristo, kusudi tuweze kupata ukamilifu wa tabia. **—The Desire of Ages, 123 (1898).** {CHSw 140.2}

MATOKEO YA KUIKATAA NURU

Magonjwa yaliyozitembelea familia nyingi huko Battle Creek hayakutakiwa kuwepo ikiwa kama wangefuata nuru ambayo Mungu amewapa. Kama Israeli ya kale wamepuuza nuru na hawakuona umuhimu wowote wa kuzuia hamu yao ya chakula kuliko walivyofanya Israeli wa kale. Wana wa Israeli walikuwa na nyama na wakasema, kama wengi sasa wasemavyo: Tutakufa tukiishi bila nyama. Mungu aliwapa Israeli iliyoasi nyama, lakini

laana yake ilikuwa pamoja nayo. Maelfu yao walikufa wakati nyama waliyoitamani ilipokuwa kati ya meno yao. Tunao mfano wa Israeli ya zamani ambao ni onyo kwetu sisi kwamba tusifanye kama wao. Historia yao ya kutokuamini na uasi imeachwa kwenye kumbukumbu kama onyo maalum kwamba hatupaswi kufuata mfano wao wa kunung'unika kwa mahitaji ya Mungu. Twawezaje kupita bila kujali, tukichagua mwenendo wetu wenyewe, tukifuata maono ya macho yetu wenyewe, na kwenda mbali zaidi na Mungu, kama Waebrania? Mungu hawezi kuwafanyia watu Wake mambo makubwa kwa sababu ya ugumu wa mioyo yao na kutokuamini kunakotokana na dhambi. {CHSw 141.1}

Mungu hana upendeleo kwa mtu; lakini katika kila kizazi wale wanaomcha Bwana na kutenda haki wanakubaliwa Naye; wakati wale wanaonung'unika, wasioamini, na waasi hawatapata kibali Chake wala baraka zilizoahidiwa kwa wale wanaopenda Ukweli na wanaotembea ndani yake. Wale ambao wana nuru na hawaifuati, lakini wanapuuza matakwa ya Mungu, watakuta kwamba baraka zao zitabadilishwa kuwa laana na rehema zao kuwa hukumu. Mungu angependa sisi tujifunze unyenyekevu na utii tunaposoma historia ya Israeli ya kale, ambao walikuwa watu Wake waliochaguliwa na wa pekee, lakini ambao walijiletea uharibifu wao wenyewe kwa kufuata njia zao wenyewe. — **Testimonies for the Church 3:171, 172 (1872).** {CHSw 141.2}

UAMINIFU KWENYE SHERIA ZA AFYA

Ninashawishika kwamba hakuna haja ya kujiletea ugonjwa kwaajili ya kuandaa mkutano wa makambi, ikiwa watashika sheria za afya katika mapishi yao. Ikiwa hawatetengeneza keki, au keki zenye kuwekwa vitu ndani (Pies) lakini kupika mkate rahisi wa ngano isiyokobolewa (graham bread), kutegemea matunda yaliyosindikwa, au yaliyochemshwa na kuhifadhiwa au

makavu, hawahitaji kuugua wakati wa kuandaa mkutano, na hawahitaji kuwa mgonjwa wakati wa mkutano. Hakuna anayepaswa kuhudhuria mkutano mzima bila ya kuwa na chakula chenye joto. **— Testimonies for the Church 2:602, 603 (1871).** {CHSw 142.1}

Ndugu na dada lazima wasiwe wagonjwa wakati wa ukambikaji. Ikiwa watavaa mavazi ya baridi asubuhi na usiku, na ni muhimu kutofautisha mavazi yao kulingana na mabadiliko ya hali ya hewa, ili kuhifadhi mzunguko mzuri (wa damu na mfumo wa mitoki), na kuzingatia utaratibu katika kulala, na kula chakula rahisi bila kuchukua chochote katikati ya milo, hawana haja ya kuwa wagonjwa. Wale ambao wamejihusisha wakati wa mkutano, akili zao zinaweza kuwa safi na kuweza kupendezwa na Ukweli, na wanaweza kurudi majumbani mwao wakiwa wameburudishwa katika mwili na roho. Wale ambao wamekuwa wakifanya kazi ngumu siku hadi siku sasa wanaacha zoezi lao; kwa hivyo wasingekula ule wastani wao wa chakula wakati wanapokuwa na shuguli nyingi. Ikiwa watafanya hivyo, matumbo yao yatachoshwa kupita kiasi. Tunataka nguvu ya ubongo ziongezeke haswa kwenye hii mikutano na katika hali ya afya zaidi kwa kusikia Kweli, kuithamini, na kuihifadhi, ili wote wapate kuifanyia mazoezi baada ya kurudi kutoka kwenye mkutano. Ikiwa tumbo limelemewa na chakula kingi sana, hata kile rahisi, nguvu ya ubongo inaitwa kusaidia viungo vya mmeng'enyo. Kuna kufa ganzi kwa hisia juu ya ubongo. Haiwezekani kabisa kuwa macho. Kweli ambazo zinapaswa kusikilizwa, kueleweka, na kutekelezwa hupotea kabisa kupitia shida au ugonjwa, au kwa sababu ubongo uko karibu kupooza kwa sababu ya kiwango cha chakula kinacholiwa. **— Testimonies for the Church 2:602, 603 (1871).** {CHSw 142.2}

UPISHI WENYE AFYA

Wengi hawahisi kuwa hili ni suala la wajibu, kwa hiyo hawajaribu kuandaa 1 chakula vizuri. Hili linaweza kufanywa kwa njia rahisi, yenye afya, na nyepesi, bila matumizi ya

mafuta ya nguruwe, siagi, au nyama. Ujuzi lazima uunganishwe kwa njia rahisi. Ili kufanya hivyo, wanawake lazima wasome, na kisha taratibu wayaweke yale wanayosoma katika mazoezi. Wengi wanateseka kwa sababu hawatajihangaisha kufanya hivi. Kwa watu kama hawa nawaambia: Ni wakati wenu kuamsha nguvu zenu zilizolala na kuanza kusoma. Jifunzeni jinsi ya kupika kwa urahisi, na bado kwa namna ya kupata chakula kitamu na chenye afya. {CHSw 143.1}

Kwa sababu ni makosa kupika tu ili kufurahisha ladha, au kukidhi hamu ya kula, hakuna mtu anayepaswa kufikiria wazo kwamba lishe duni ni sahihi. Wengi wamedhoofishwa na magonjwa, na wanahitaji lishe bora, tele, iliyopikwa vizuri. Mara nyingi tunapata mkate mzito wa ngano, mchungu, ambao umeokwa kidogo. Hii ni kwa hitaji la kujifunza, na kujali utekelezaji wa jukumu muhimu la mpishi. Wakati mwingine tunapata keki za vito, au biskuti laini, iliyokaushwa, isiyookwa, na vitu vingine vya mpangilio huo. Na kisha wapishi watakuambia wanaweza kufanya vizuri sana kwa mtindo wa mapishi wa zamani, lakini, kusema ukweli, familia zao hazipendi mkate wa ngano; kiasi kwamba wangepatwa na njaa sana kuishi kwa njia hii. {CHSw 143.2}

Nimejisemea: Sishangai. Ni namna yenu ya kuandaa chakula ndiyo inayokifanya kisiwe na ladha. Kula chakula kama hicho hakika kungemfanya mtu apate magonjwa ya kuvembewa tumbo. {CHSw 143.3}

Hawa wapishi duni, na wale ambao wanapaswa kula chakula chao chote, watakuambia kwa msisitizo wa uchungu kwamba matengenezo ya afya hayakubaliani nao. Tumbo halina nguvu ya kubadilisha mkate duni, mzito, wenye ugwadu kuwa mzuri; lakini mkate huu duni utalibadilisha tumbo lenye afya kuwa la kuugua. Wale ambao hula chakula kama hicho wanajua kuwa wanapungua nguvu. Je! Hakuna sababu? Baadhi ya watu hawa wanajiita wanamatengenezo wa afya, lakini siyo hivyo. Hawajui kupika. Wao huandaa keki, viazi, na mkate wa ngano isiyokobolewa (graham bread), lakini

wanarudia kupika chakula kile kile, tena na tena, na kwa mabadiliko madogo sana, na hivyo mfumo hauimarishwi. Wanaonekana kufikiria kuwa mapishi ni muda uliopotea na hata kupata uzoefu kamili wa utayarishaji chakula chenye afya na kinachofaa ni kupoteza muda tu. **[Testimonies for the Church 1:681, 682 (1868).]** {CHSw 143.4}

JIFUNZE KUPIKA

Dada zetu mara nyingi hawajui kupika. Kwa wale wasiojua kupika ningesema: kama ingelikuwa ni mimi ningeenda kwa mpishi bora kabisa ambaye angeweza kupatikana nchini, na kubaki pale ikiwa ni lazima kwa wiki kadhaa, hadi nitakapokuwa nimebobea Sanaa hii, mpishi mwenye akili, mjuzi. Ningesomea hii kozi hata ningekuwa na umri wa miaka arobaini. Ni jukumu lako kujua kupika, na ni jukumu lako kuwafundisha binti zako kupika. Unapowafundisha sanaa ya upishi unawajengea kizuizi ambacho kitawahifadhi na upumbavu na uovu ambao wanaweza kushawishiwa kushiriki. Ninamthamini mshonaji wangu, namthamini mwandishi wangu anayepiga chapa kwa kunakili maandishi yangu; lakini mpishi wangu, ambaye anajua vizuri jinsi ya kuandaa chakula kinachodumisha maisha na kulisha ubongo, mifupa, na misuli, huyo anachukua nafasi muhimu zaidi kati ya wasaidizi katika familia yangu. —**Testimonies for the Church 2:370 (1869).** {CHSw 144.1}

UTIMIZAJI ULIO WA MUHIMU ZAIDI

[Testimonies for the Church 1:682-687 (1868).]

Ni jukumu la kidini kwa wale wanaopika kujifunza jinsi ya kuandaa chakula chenye afya kwa njia tofauti, ili kiweze kuliwa kwa raha. Akina mama wanapaswa kuwafundisha watoto wao jinsi ya kupika. Je! Ni tawi gani la elimu ya mwanamke mchanga linaloweza kuwa muhimu kama hili? Kula kunahusiana na maisha. Chakula kidogo, duni,na kilichopikwa vibaya huharibu damu kila wakati kwa kudhoofisha viungo vya kutengeneza damu. Ni muhimu sana kwamba

sanaa ya upishi ichukuliwe kama moja ya matawi muhimu zaidi ya elimu. Kuna wapishi wazuri lakini wachache. Wanawake wachanga wanaona kuwa ni kujishusha, kwa hali ya chini kuwa kuwa na jukumu au ofisi ya mpishi. Hivi sivyo ilivyo. Hawaioni mada hiyo kwa mtazamo sahihi. Ujuzi wa jinsi ya kuandaa chakula kiafya, hasa mkate, siyo sayansi duni…….{CHSw 145.1}

Mabinti au wanawake wa umri wa ujana, wanapaswa kuelekezwa vizuri na kwa kinagaubaga katika mapishi. Kwa hali yoyote ile katika maisha yao, haya ni maarifa ambayo yanaweza kutumiwa kwa vitendo. Ni tawi la elimu ambalo lina ushawishi wa moja kwa moja juu ya maisha ya mwanadamu, hasa maisha ya wale wanaopendwa sana. Wake na akina mama wengi ambao hawajapata elimu sahihi na hawana ustadi katika idara ya mapishi, kila siku mbele ya familia zao wanawasilisha chakula ambacho hakijatayarishwa vizuri, ambacho kwa kweli kinaharibu viungo vya mmeng'enyo, na kutengeneza kiwango duni cha damu, na kusababisha mara kwa mara mashambulizi makali ya ugonjwa wa kuvimba na kupelekea kifo cha mapema. {CHSw 145.2}

Wengi wamekufa kwa kula mkate mzito, wenye ugwadu. Mfano ulielezwa kwangu unaomhusu msichana aliyeajiriwa ambaye alitengeneza mkate mzito, wenye ugwadu (sour). Ili kuuondoa machoni pa watu na kuficha jambo hilo, aliutupa kwa nguruwe wawili. Asubuhi iliyofuata mwenye nyumba alikuta nguruwe wake wamekufa, na alipochunguza vyombo vya chakula chao, alikuta vipande vya mkate huu mzito. Aliuliza maswali, na msichana huyo alikubali kile alichofanya. Hakuwa na mawazo juu ya athari ya mkate kama huo kwa nguruwe. Ikiwa mkate mzito na mchachu unaweza kuwaua nguruwe, ambao wanaweza kula nyoka na karibu kila kitu cha kuchukiza, utakuwa na athari gani basi, kwa kiungo hicho laini, cha tumbo la mwanadamu? {CHSw 145.3}

Ni wajibu wa kidini kwa kila msichana na mwanamke Mkristo kujifunza mara moja kutengeneza mkate mzuri, mtamu, mwepesi kutokana na unga wa ngano ambao haujakobolewa. Akina mama wanapaswa kuwachukua mabinti zao jikoni pamoja nao wakiwa wadogo sana na kuwafundisha sanaa ya mapishi. Mama hawezi kutarajia mabinti zake kuelewa siri za utunzaji wa nyumba bila elimu. Anapaswa kuwafundisha kwa uvumilivu, kwa upendo, na kuifanya kazi iwe ya kupendeza kadri iwezekanavyo kwa sura yake ya uchangamfu na maneno ya kutia moyo kwa ukubali. Ikiwa wanashindwa mara moja, mara mbili, au mara tatu, usiwakemee watoto. Tayari hali ya kukata tamaa inafanya kazi yake na kuwajaribu watoto kwa kusema: "Haina faida kujifunza; siwezi kuifanya kazi hii." Huu siyo wakati wa kukosoa. Nia na matamanio yanadhoofishwa. Yanahitaji msukumo wa maneno ya kutia moyo, furaha, na matumaini, kama vile: "Kamwe usijali makosa uliyoyafanya. Wewe ni mwanafunzi tu na unapaswa kutarajia kuboronga wakati wa kujifunza. Jaribu tena. Weka akili yako juu ya kile unachofanya. Kuwa mwangalifu sana, na hakika utafaulu." {CHSw 146.1}

Akina mama wengi hawatambui umuhimu wa tawi hili la maarifa, na badala ya kuhangaika na kujisumbua katika kuwafundisha watoto wao na kubeba mapungufu ya kushindwa na makosa yao wakati wa kujifunza, wanapendelea kufanya mambo yote wenyewe. Na wakati mabinti zao wanaposhindwa katika juhudi zao, wanawaambia waondoke kwa maneno haya: "Kujifunza kwako hakusaidii lolote; huwezi kulifanya hili au lile. Wewe unanifadhaisha na kunisumbua kuliko unavyonisaidia katika kujifunza kwako." {CHSw 146.2}

Kwa hiyo juhudi za kwanza za wanafunzi zinarudishwa nyuma kwa kupigwa vita, na kushindwa huku kwa kwanza kunapunguza shauku yao na bidii ya kujifunza kiasi kwamba wanaogopa kufanya jaribio lingine, hivyo watapendekeza kushona, kutarizi, kufuma, kusafisha nyumba- kufanya chochote isipokuwa kupika. {CHSw 147.1}

"Akina mama wanapaswa kuwachukua binti zao kwenda nao jikoni na

kuwaelimisha kwa uvumilivu. Miili yao itakuwa bora kwa kazi kama hiyo, misuli yao itapata uimara na nguvu, na tafakari zao zitakuwa na afya njema na kuinuliwa mwisho wa siku. Wanaweza kuchoka, lakini ni pumziko tamu kiasi gani baada ya kazi nzuri yenye manufaa. Usingizi, mrejeshaji mwenye ladha nzuri (mwema) wa asili (sweet restorer), huimarisha mwili uliochoka, na kukuandaa kwa majukumu ya siku inayofuata. Usiwape dokezo watoto wako kwamba haijalishi kwamba wanafanya kazi au la, kwamba-wasijali kabisa, mambo yako sawa tu . Wafundishe kuwa msaada wao unahitajika, kwamba muda wao una thamani, na kwamba unaitegemea kazi yao." {CHSw 147.2}

MKATE USIO NA VIRUTUBISHO (Unwholesome bread)

Wakati nimekuwa nje ya nyumbani kwangu wakati mwingine, nimejua kuwa mkate uliopo mezani, na chakula kwa ujumla, vingeniumiza; lakini ningelazimika kula kidogo ili kudumisha maisha. Ni dhambi mbele ya Mbingu kuwa na chakula kama hicho. Nimeteseka kwa kukosa chakula kizuri. Kwa tumbo la kuvimbiwa, unaweza kuweka kwenye meza yako matunda ya aina tofauti, lakini sio mengi kwenye mlo mmoja. Kwa njia hii unaweza kuwa na aina tofauti, na kutakuwa na ladha nzuri, na baada ya kula milo yako utahisi vizuri. **—Testimonies for the Church 2:373 (1869).** {CHSw 147.3}

KUBADILISHA LISHE

Wale ambao wamezoea kuendekeza tamaa ya kula nyama kwa wingi au kutumia kwa uhuru mkubwa, michuzi mizito yenye viungo vikali (seasoned gravies), na aina mbalimbali za mikate mizito yenye kalori nyingi kama vile keki, maandazi, vitumbua, donut,cinamon roll nk (*rich breads) na vyakula vitamu vilivyohifadhiwa kama vile jamu ya kupaka kwenye mikate, na matunda yaliyokaushwa au kusindikwa na sukari, achari zenye sukari, maharage ya makopo yenye sukari, nyama zilizokaushwa na vikolezo, hawawezi mara moja kufurahia lishe sahili, safi na yenye afya- isiyosindikwa wala kukobolewa.

Ladha yao imepotoshwa kiasi kwamba hawana hamu na lishe yenye matunda, mikate sahili na mboga. Hawapaswi kutarajia kufurahia mara ya kwanza chakula kilicho tofauti sana na kile walichozoea kujiridhisha nacho. Ikiwa hawawezi kufurahia chakula rahisi mara ya kwanza, wanapaswa kufunga mpaka waweze kuridhika na kufurahia hicho. Hivyo kufunga kutawafaidia zaidi kuliko dawa, kwa maana tumbo lililodhuriwa litapata pumziko ambalo kwa muda mrefu limehitajiwa, na njaa ya kweli inaweza kuridhishwa kwa chakula sahili (*Mikate yenye kalori nyingi ni vitafunwa laini vya unga wa nafaka uliokobolewa, vyenye mafuta,siagi, mayai). {CHSw 148.1}

Itachukua muda ladha ya mtu kupona na kurejeshwa kutokana na manyanyaso yaliyopokelewa na kupata toni/hali yake ya asili. Lakini uvumilivu katika mwenendo wa kujikana nafsi katika kula na kunywa utaleta upesi hali ambapo chakula rahisi na chenye afya kitakuwa kitamu kwa ladha, na kitaliwa kwa furaha kubwa zaidi kuliko yule anayeishi kwa anasa na vyakula vya fahari. Tumbo linakuwa haliathiriki kwa nyama wala kuhenyeshwa kupita kiasi, bali litakuwa katika hali yenye afya na litaweza kutekeleza kazi yake kwa urahisi. Kutakuwa hakuna sababu ya kuchelewesha kwa matengenezo ya tabia. Jitihada lazima zifanyike kuhifadhi kwa uangalifu nguvu zilizobaki za viungo vya uhai, kwa kuondoa kila mzigo wa chakula unaolazimisha mfumo kufanya kazi kupita kiasi. Huenda tumbo lisipone kabisa afya yake, lakini mwenendo sahihi wa lishe utamwokoa mtu dhidi ya kudhoofika zaidi, na wengi watarejesha afya kwa kiwango fulani, isipokuwa wale waliokwenda mbali mno na kufikia hatua ya kujiua wenyewe kwaajili ya ulafi. **— Spiritual Gifts 4a:130, 131 (1864).** {CHSw 148.2}

MUUNGANO MBAYA

1 **[Testimonies for the Church 2:373 (1869).]**

Kuhusiana na maziwa na sukari: Ninajua watu ambao wameogopa matengenezo ya afya, na wakasema mimi sitaki kujihusisha na mada hii, kwa sababu linazungumzia dhidi ya matumizi yaliyopitiliza ya vitu hivi. Mabadiliko yanapaswa kufanywa kwa uangalifu mkubwa, na tunapaswa kusonga kwa tahadhari na busara. Tunataka kuchukua njia hiyo ambayo inajiuza yenyewe kwa wanaume na wanawake wenye akili kote nchini. Kutumia maziwa na sukari kwa kiasi kikubwa ni jambo lenye madhara (sukari na maziwa inasumisha mwili mfano icecream). Vitu hivi vinaleta

Uchafu kwenye mwili ……..sukari huziba mfumo wa mwili ambao ni mashine hai …….na Maziwa hupatikana kutoka kwa wanyama ambao mara nyingi hawana afya. Wanaweza kuwa na maradhi. Ngombe anaweza kuwa mzima kabisa asubuhi na akafa kabla ya usiku. Hiyo yaonyesha alikuwa mgonjwa asubuhi na maziwa yake yalikuwa na ugonjwa; ila haukujua tu. Utengenezaji bidhaa za wanyama waweza kuwa na maradhi. Nyama zina magonjwa. Je! Tunaweza kweli kujua kwamba wanyama walikuwa na afya kamilifu, ningependekeza watu waache maziwa na sukari tele wanazotumia mapema kabla ya nyama. Nyama haileti uharibifu kama ule ambao maziwa na sukari hufanya. Sukari huziba mfumo. Inazuia ufanyaji kazi wa mwili wa mwanadamu ambao ni mashine hai. {CHSw 149.1}

Kulikuwa na kesi moja katika Wilaya ya Montcalm, Michigan, ambayo nitakirejelea. Mtu huyo alionekana vizuri na katika ubora wake, pia alikuwa mwungwana. Mtu mrefu wa futi sita na alikuwa na sura nzuri. Niliitwa kumtembelea katika ugonjwa wake. Nilikuwa nimezungumza naye hapo awali kuhusu mtindo wake wa maisha. "Sipendi macho yako yanavyoonekana," Nilimwambia. Alikuwa akila sukari nyingi. Nikamuuliza kwanini alifanya hivi. Alisema kuwa alikuwa ameacha nyama, na hakujua ni nini kitatoa mbadala wa nyama na sukari…. {CHSw 149.2}

Baadhi yenu 1 mnawapeleka binti zenu mashuleni, ambao wamekaribia kuwa mabinti watu wazima ili kujifunza masomo

ya sayansi kabla ya kujua kupika, hili linapaswa kufanywa kwa kupewa umuhimu wa kwanza. Hapa kulikuwa na mwanamke ambaye hakujua kupika; hakuwa amejifunza jinsi ya kuandaa chakula chenye afya. Mke na mama huyu alikuwa na upungufu katika nyanja hii muhimu ya elimu; na kwa sababu hiyo, chakula kilichopikwa vibaya, kisichotosheleza na kisicho bora kwa mahitaji ya mfumo wa mwili, kilifanya sukari iliwe bila kuwa na kiasi, ambayo ilileta hali ya ugonjwa kwenye mfumo wa mwili mzima. {CHSw 149.3}

Nilipokwenda kumwona huyu mgonjwa nilijaribu kuwaambia wanafamilia kwa kadri nilivyoweza kumudu hali hii, na haikuchukua muda akaanza kupona taratibu na mwili kuimarika. Lakini kwa ujinga alitumia nguvu zake wakati alikuwa dhaifu kwaajili ya kuugua, alikula kiasi kidogo cha chakula kisicho na ubora unaofaa, na akaugua tena. Wakati huu hakukuwa na msaada kwake. Mwili wake ulionekana kama mifumo yake yote imeharibika. Alikufa akiwa mwathirika wa mapishi mabaya. Alijaribu kufanya utumiaji wa sukari kwa kupitiliza, uchukue nafasi ya mapishi bora, jambo lililofanya hali kuwa mbaya zaidi. {CHSw 150.1}

Mara nyingi mimi huketi kwenye meza za ndugu na dada, na huona kwamba wengi wanatumia kiasi kikubwa cha maziwa na sukari. Vitu hivi huziba mfumo wa mwili, hukera viungo vya kumengenya chakula, na huathiri ubongo. Chochote kinachozuia mwendo unaotakiwa wa mashine hai ya huathiri ubongo moja kwa moja. Na kutokana na nuru niliyopewa, sukari, ikitumiwa sana, ni mbaya zaidi kuliko nyama. **[Testimonies for the Church 2:368-370 (1869).]** {CHSw 150.2}

CHAKULA KISICHOFAA AU KISICHO NA LADHA

Ninajua familia ambazo zimehama Kutoka kwenye lishe ya nyama kwenda ile ambayo ni imepungukiwa na lishe. Chakula chao hakiandaliwi vizuri hata kukataliwa na tumbo-tumbo

hukichukia; na watu hao wameniambia kwamba matengenezo ya afya hayakukubaliana nao, kwamba walikuwa wakipungua katika nguvu ya mwili. Hapa kuna sababu moja kwa nini wengine hawajafanikiwa katika juhudi zao za kufanya chakula chao kuwa sahili. Wana lishe duni, ya kimaskini- yenye mapungufu. Chakula hakiandaliwi kikamilifu au kwa juhudi, na hakibadiliki kwa muda mrefu-kila siku ni kile kile tu. Hatupaswi kuwa na aina nyingi ya vyakula katika mlo mmoja, lakini milo yote haipaswi kuwa na aina moja ya chakula bila kutofautisha. Chakula kinapaswa kuandaliwa kwa urahisi, lakini kwa uzuri ambao utakaribisha hamu ya kula. **—Testimonies for the Church 2:63 (1868).** {CHSw 150.3}

LISHE DUNI

[Testimonies for the Church 2:367,368 (1869).]

Nimezungumzia juu ya umuhimu wa kiwango cha chakula na ubora kuzingatia sana uwiano wa kanuni za afya. Lakini hatupendekezi chakula chenye lishe haba. Nimeonyeshwa kuwa wengi huchukua maoni yasiyofaa kuhusu matengenezo ya afya na wanatumia lishe duni sana. Wanajikimu na lishe ya bei rahisi, na duni, iliyoandaliwa bila uangalifu au kuzingania lishe ya mfumo wa mili. Ni muhimu kwamba chakula kiandaliwe kwa uangalifu, ili hamu, isiyopotoka, iweze kufurahia. Kwa sababu sisi kutokana na kanuni, tumeacha utumiaji wa nyama, siagi, vitafunwa vya unga wa ngano uliokobolewa na sukari nyingi, na siagi (mince pies), na viungo (chunguza viungo gani vya kuacha mifano itakuwa siki, pilipili manga, nutmeg, na aina zingine za viungo vinavyokasirisha tumbo), mafuta ya nguruwe, na vile ambavyo vinakera tumbo na kuharibu afya, Kamwe isifikiriwe kuwa kile tunachokula kina madhara madogo tu. {CHSw 151.1}

Kuna wengine ni washupavu, watu ambao wanapitiliza. Lazima wale kiasi kama hicho na ubora kama huo wa chakula, na wakite katika vitu viwili au vitatu.

Wanaruhusu vitu vichache tu kuwekwa mbele yao au familia zao kula. Katika kula chakula kidogo, na ambacho hakina viwango bora, hawaingizi ndani ya tumbo kile ambacho kitafaa kuujenga mwili. Chakula duni hakiwezi kutengeneza damu nzuri. Mlo usio kamili, wenye mapungufu ya lishe, utaleta upungufu wa chembechembe kwenye damu... {CHSw 151.2}

Aina mbili za watu ambazo ziliwasilishwa mbele yangu: Kwanza, ni wale ambao hawakuishi kutokana na nuru ambayo Mungu alikuwa amewapa. Walianza matengenezo kwa sababu mtu mwingine alifanya hivyo. Hawakuelewa mfumo wenyewe wa kibinafsi. Kuna wengi wenu ambao hukiri Ukweli, ambao wameupokea kwa sababu tu mtu mwingine aliupokea, na kwa maisha yao wasingeweza kutoa sababu. Hii ndiyo sababu mtu huyo hawezi kuwa na msimamo, anakuwa kama maji. Badala ya kupima nia zako kwa mwangaza wa umilele, badala ya kuwa na maarifa ya kiutendaji ya kanuni zinazosimamia matendo yako yote, badala ya kuchimba chini na kujijengea msingi sahihi, wewe unatembea katika cheche za moto zilizowashwa na mtu mwingine. Nawe utashindwa katika hili, kwani umeshindwa katika matengenezo ya afya. Sasa, ikiwa ungekuwa unatenda kwa kufuata kanuni usingefanya hivi. {CHSw 151.3}

Wengine hawawezi kuguswa moyo na umuhimu wa kula na kunywa kwa utukufu wa Mungu. Kutokuwa na kiasi kwa kuendekeza hamu ya chakula kunawaathiri wanadamu katika mahusiano yote ya maisha. Hali hii inaonekana katika familia zao, makanisani mwao, katika mikutano ya maombi, na katika mwenendo wa watoto wao. Imekuwa laana ya maisha yao. Huwezi kuwafanya waelewe Ukweli wa siku hizi za mwisho. Mungu ametoa kwa ukarimu riziki, ili kuwategemeza wanadamu na kutoa furaha kwa viumbe vyake vyote; na ikiwa sheria Zake hazingevunjwa kamwe, na zote zikitenda kwa maelewano sawasawa na mapenzi ya Bwana, afya, amani, na furaha, badala ya

shida, masikitiko na uovu unaoendelea, wangepata uzoefu. {CHSw 152.1}

Kundi lingine ni lile ambalo limeshikilia matengenezo ya afya kwa ukali sana. Hawa wanachukua msimamo, kisha husimama kwa ukaidi katika nafasi hiyo, na hutenda karibu kila kitu kwa kupitiliza kiwango. {CHSw 152.2}

Ulaji wa nyama unapunguza ubora wa damu. Pika nyama na viungo vikali kama pilipili, kisha ule na keki za fahari na mikate ya kuoka na utakuwa na damu isiyo na ubora. Mfumo wa mwili huwa unachoshwa sana katika kuyeyusha au kukiondoa chakula cha aina hii. Vyakula kama maandazi ambavyo ndani yake yana vitu kama matunda yenye sukari nyingi, nyama za kusaga na vyakula vyenye siki kama achari, ambavyo havipaswi kupata nafasi ndani ya tumbo la mwanadamu, vitatoa damu duni na ya kusikitisha. Na chakula duni, kilichopikwa kwa njia isiyofaa, na kichache, hakiwezi kutengeneza damu nzuri. Nyama na vyakula vya kukaanga kwa mafuta, vilivyosindikwa na kukobolewa na vyenye lishe duni, vitatoa matokeo sawa. **[Testimonies for the Church 2:367, 368(1869).]** {CHSw 152.3}

KUPITILIZA KATIKA LISHE

[Christian Temperance and Bible Hygiene, uk. 55-59 (1890)]

Maoni mengi yanayoshikiliwa na Waadventista Wasabato yanatofautiana sana na yale yanayoshikiliwa na ulimwengu kwa ujumla. Wale wanaoshikilia Ukweli usiokubalika na wengi, wanapaswa, kuliko wote, kutafuta kuwa thabiti katika maisha yao binafsi. Hawapaswi kujaribu kuona ni kwa jinsi gani wanaweza kuwa tofauti na wengine, bali ni kwa jinsi gani wanaweza kukaribiana na wale wanaotaka kuwashawishi, ili kuwasaidia kufikia nafasi hizo wanazozithamini kwa hali ya juu. Namna hiyo itayashuhudia mema yale ya zile Kweli wanazoshikilia. {CHSw 153.1}

Wale wanaoendeleza matengenezo katika lishe wanapaswa, kwa maandalizi wanayoyafanya mezani kwao wenyewe, kuonyesha faida za afya na usafi kwa mwangaza bora kabisa. Wanapaswa kuzidhihirisha kanuni zake kwa namna ya kuziletea heshima mbele ya maamuzi ya akili zenye busara na uadilifu. {CHSw 153.2}

Kuna kundi kubwa la watu watakaolikataa tendo lolote la matengenezo, hata kama ni la busara, iwapo litaweka mipaka juu ya tamaa ya kula. Watu hawa huongozwa na ladha ya chakula badala ya hoja, hekima na sheria za afya. Msimamo wa kundi hilo, kwa wote wale wanaoacha njia zilizopitwa na desturi, au wanapendekeza njia zisizo za kawaida katika matengenezo, watapingwa na watachukuliwa kuwa watu wenye msimamo mgumu mno, hata kama mwenendo wao ni wa uthabiti kiasi gani. {CHSw 153.3}

Lakini hakuna mtu anayepaswa kuruhusu upinzani au dhihaka kumgeuza kutoka katika kazi ya matengenezo au kumfanya aidharau kwa wepesi. Yule aliyejazwa na roho ile ile iliyomsukuma Danieli, hatakuwa mwenye mawazo finyu au mwenye majivuno, bali atasimama imara, kwa kudhamiria na uthabiti katika kusimamia lililo sawa. Katika ushirika wake wote, iwe ni pamoja na ndugu zake au na watu wengine, hatageuka kutoka katika kanuni, na wakati huo huo hataacha kudhihirisha subira ya uungwana wa Kristo. Lakini wakati wale wanaoendeleza matengenezo ya kiafya na usafi, wanapoyapeleka mambo hadi kwenye mipaka ya kupitiliza, watu hawatalaumiwa iwapo wanajikuta wamechukizwa. Mara nyingi sana, imani yetu ya kidini huletwa katika fedheha kwa njia hii; na mara nyingi wale wanaoshuhudia udhihirisho wa kutokuwa thabiti hawawezi tena kamwe kushawishika kwamba kuna chochote kizuri katika matengenezo hayo. Wale wenye msimamo mkali, uliopitiliza, hufanya madhara makubwa kwa muda wa miezi michache kuliko yale wanayoweza kuyarekebisha katika maisha yote. Wanafanya kazi

ambayo Shetani anapenda sana kuona ikiendelea.... {CHSw 153.4}

Kwa sababu sisi, kwa misingi ya kanuni, tunaacha kutumia vitu vinavyokera tumbo na kuharibu afya, haipaswi kuonekana kana kwamba sio jambo la maana kile tunachokula. Sisi hatushauri watu kuwa na lishe yenye upungufu. Wengi wanaohitaji manufaa ya maisha yenye afya, na kwa sababu ya dhamiri safi wanakubali kile wanachoamini kuwa ndiyo njia ya afya, hudanganyika wakidhani kuwa chakula cha aina moja na kidogo, kisichoandaliwa kwa umakini, kikijaa uji wenye maji maji na mikate mizito isiyoiva vizuri, alimradi kimeborongwaborongwa, ndicho kinachoitwa lishe iliyoboreshwa. Wapo wanaotumia maziwa na sukari nyingi juu ya uji mzito (mush), wakidhani kuwa wanatekeleza matengenezo ya afya. Lakini sukari na maziwa vikichanganywa kwa wingi, huleta chakula kuvunda tumboni, na kuwa kama kileo, na hivyo kuwa madhara. Matumizi ya sukari kwa uhuru katika namna yoyote kwa kawaida huziba mfumo wa mwili na sio mara chache husababisha maradhi. Wengine hudhani kwamba lazima wale kiasi fulani tu, na chakula cha aina maalumu tu, wakijifungia kwenye vyakula viwili au vitatu tu. Lakini kwa kula kwa uchache kupita kiasi, na tena vyakula visivyo na ubora, hawapati virutubisho vya kutosha. {CHSw 154.1}

Kuna hekima ya kweli, busara katika matengenezo ya afya. Watu wote hawawezi kula vyakula vya aina moja tu. Vyakula ambavyo kwa mtu mmoja ni vyenye afya na vyenye ladha, kwa mwingine vinaweza kumdhuru. Wengine hawawezi kutumia maziwa, lakini wengine huweza kuishi kwayo. Kwa baadhi, maharage makavu na njegere hufaa kiafya, lakini wengine hawawezi kuvimeng'enya. Vilevile, kuna matumbo ambayo yamekuwa nyeti mno kiasi kwamba hayawezi kutumia unga usiokuwa laini wa ngano nzima (unga usiokobolewa-graham flour). Hivyo basi, haiwezekani kudhibiti mazoea ya kila kuweka kanuni moja isiyobadilika ya mtu ya lishe-chakula. {CHSw 154.2}

Mawazo finyu na kulazimisha mambo madogo madogo yameleta madhara makubwa kwa kazi ya usafi na afya. Wakati mwingine, katika jitihada za kupunguza gharama za maandalizi ya chakula, badala ya kupata lishe yenye afya, watu huishia kupata lishe duni.

Matokeo yake ni nini? Ni kupungukiwa damu. Nimeona visa vingi vya magonjwa magumu sana kutibu, ambavyo vilitokana na lishe duni. Watu waliopatwa na hali hii hawakulazimishwa na umasikini kula chakula kidogo na kisicho na virutubisho, bali walifanya hivyo kwa kutegemea mawazo yao yasiyo sahihi kuhusu maana ya matengenezo ya afya. Siku baada ya siku, mlo baada ya mlo, vyakula vile vile viliandaliwa bila utofauti/mabadiliko yoyote, hadi pale walipoishia kupata tatizo la usagaji chakula na kuvembewa na udhaifu wa jumla wa mwili. {CHSw 155.1}

Wengi wanaokubali matengenezo ya afya hulalamika kwamba hayawafai; lakini baada ya mimi binafsi kuketi mezani mwao, nimefikia hitimisho kuwa sio matengenezo ya afya yenyewe yaliyo na makosa, bali ni chakula kilichoandaliwa vibaya. Nawaomba wanaume na wanawake ambao Mungu amewapa akili: jifunzeni namna ya kupika. Sisemi kwa makosa ninapotaja wanaume, kwa kuwa nao pia, kama vile wanawake, wanapaswa kuelewa maandalizi rahisi na yenye afya ya chakula. Mara nyingi shughuli zao huwapeleka sehemu ambako hawawezi kupata chakula chenye afya-kisichokobolewa au kusindikwa. Huenda wakalazimika kukaa siku kadhaa au hata wiki katika familia ambazo hazina ufahamu kabisa katika jambo hili. Hapo, kama wana ujuzi, wanaweza kuutumia kwa faida. {CHSw 155.2}

Chunguzeni desturi zenu za kula. Jifunzeni kutokana na chanzo hadi matokeo; lakini msitoe ushuhuda wa uongo dhidi ya matengenezo ya afya kwa kuufuata kwa ujinga mwenendo unaoupinga. Msipuuzie wala msidhuru miili yenu, mkaiharibu na kuifanya

isiwe tayari kutoa huduma inayomstahili Mungu. Kwa uhakika najua kuwa baadhi ya watenda kazi wetu wenye manufaa makubwa zaidi katika kazi hii wamepoteza maisha kwa sababu ya kupuuzia jambo hili na uzembe. Kuhudumia mwili kwa kuupa chakula kinachopendeza na chenye kuupa nguvu mwili ni mojawapo ya wajibu wa kwanza wa kila mwenye nyumba. Afadhali kabisa kuwa na mavazi na samani za bei nafuu kuliko kupunguza ugavi wa mahitaji muhimu ya meza. {CHSw 155.3}

Watu wengi hufurahia afya njema zaidi kwa kula milo miwili kwa siku kuliko mitatu; wengine, kutokana na hali zao, huenda wakahitaji kitu cha kula jioni; lakini mlo huu unapaswa kuwa mwepesi mno. Asidhani mtu yeyote kuwa yeye ndiye kipimo kwa wote—kwamba kila mtu lazima afanye kama yeye. {CHSw 156.1}

Kamwe usilidanganye tumbo kwa kujinyima kile kinachohitajika kwa ajili ya afya, wala kulidhuru kwa kulibebesha mzigo usiostahili. Kuza nidhamu ya nafsi-kujikana nafsi. Dhibiti tamaa ya kula-tawala uchu wako wa chakula; iweke chini ya udhibiti wa akili. Usione kuwa ni lazima kurundika mezani mwako chakula kisicho na afya kwa sababu tu una wageni. Afya ya familia yako na ushawishi kwa watoto wako vinapaswa kuzingatiwa, sambamba na mazoea na ladha za wageni wako.... {CHSw 156.2}

Matengenezo ya afya ni kitu cha maana kwetu, na hatupaswi kushusha thamani yake kwa mitazamo midogo na desturi finyu. Tunapaswa kuwa waaminifu kwa dhamiri zetu za haki. Danieli alibarikiwa kwa sababu alilojua kuwa ni sawa, na tutamuheshimu Mungu alisimama imara katika kufanya lile sisi nasi tutabarikiwa ikiwa kwa moyo mkamilifu. {CHSw 156.3}

KULA KUPITA KIASI

Testimonies for the Church 2:362-364 (1869)

Wengi ambao wamepokea matengenezo ya afya wameacha kila kitu kinachowaumiza, lakini ni kitu gani kinachofuata kwa sababu wameacha vitu hivi, Je! Sasa wanaweza kula kadri watakavyo? Wao huketi mezani, na badala ya kuzingatia ni kiasi gani wanapaswa kula, wanajitoa kwa hamu ya kula na kula kupita kiasi. Na tumbo halina mpaka wa linaloweza kufanya, au yote inalopaswa kufanya, siku hiyo basi, litakuwa na wasiwasi kuhusu mzigo uliowekwa ndani yake. Chakula chote kinachowekwa ndani ya tumbo, ambacho mfumo hauwezi kuchakata faida, ni mzigo kwa viungo katika kazi yake. Kinapunguza ufanisi wa mashine hii hai. Mfumo umeshindiliwa na unaziba na hauwezi kufanikiwa kutekeleza kazi yake kwa mafanikio. Viungo muhimu vinachoshwa bila ya sababu, na nguvu ya neva ya ubongo huitwa tumboni kusaidia viungo vya mmeng'enyo kuendelea na kazi yao ya kujaribu kukitoa chakula ambacho hakina manufaa kwenye mwili. {CHSw 157.1}

Kwa hivyo nguvu ya ubongo hupunguzwa kwa kuchoka sana kwa ajili kuvutawa ili kusaidia tumbo lililolemewa na mzigo wake mzito. Na baada ya tumbo kumaliza kazi, ni hisia gani zinazopatikana kama matokeo ya matumizi haya ya nguvu, yasiyo ya lazima ya nguvu hizi muhimu? Hisia ya mchoko wa njaa, upweke, kuzama, na kutokuwepo au kuzimia, na kujihisi kwamba ni lazima ule zaidi. Pengine hisia hii inakuja kabla tu ya wakati wa chakula. Ni kwasababu gani hii hisia huja? Mwili unakuwa na wasiwasi kulingana na kazi yake na unakuwa umechoka kabisa na kusikia kuzimia kwaajili ya hisia hizi zilizokuja kwa kulijaza tumbo nde (goneness feeling). Nawe unafikiria kuwa tumbo linasema, "Nataka chakula zaidi!," wakati,

katika kuzimia kwake linasema kwa uwazi, "Naomba kupumzika." {CHSw 157.2}

TUMBO LINAHITAJI KUPUMZISHWA

Tumbo linahitaji vipindi vya kupumzika ili kukusanya nguvu zake zilizochoka kwa kazi nyingine. Lakini, badala ya kuliruhusu tumbo kipindi chochotete cha kupumzika, unafikiri linahitaji chakula zaidi, na kwa hivyo unaongeza mzigo mwingine kwenye mwili-asili, na kukataa mapumziko yanayohitajika. Ni kama mtu anayefanya kazi shambani mwanzoni mwa siku mpaka anachoka. Anarudi saa sita mchana na kusema kuwa amechoka na ana uchovu, lakini wewe unamwambia aende na kufanya kazi tena na atapata afueni. Hivi ndivyo unalitendea tumbo lako. Limechoka kabisa. Lakini badala ya kuliruhusu lipumzike, unalipa chakula zaidi, na kisha unaita nguvu kutoka mifumo mingine kwenda kwenye tumbo kusaidia katika kazi ya mmeng'enyo wa chakula. **[2Testimonies for the Church 2:362-364 (1869).]** {CHSw 158.1}

Wengi wenu wakati mwingine mmehisi ganzi kwenye bongo zenu. Mmejisikia kutopendelea kuchukua kazi yoyote ambayo inahitaji bidii ya akili au ya mwili, mpaka mtakapopumzika kutoka katika mzigo huu wa chakula uliowekwa kwenye mfumo. Halafu, tena, kuna hali hii ya mchoko huu wa ajabu na kuhisi kuzimia (goneness). Lakini wewe utasema ni chakula zaidi kinachotakiwa au hebu nile tena, kisha mnaweka mzigo maradufu wa chakula kwenye tumbo, ili kishugulikiwe na tumbo tena. Hata kama uko makini katika ubora wa chakula chako, Je! Unamtukuza Mungu kweli katika mwili wako na roho yako, ambavyo ni Vyake, kwa kula chakula kingi hivyo? Wale ambao huweka chakula kingi tumboni, na hivyo kuvishinikiza viungo vyao kwa chakula, hawangeweza kufahamu au hata kuuthamini Ukweli wa Maandiko Matakatifu ikiwa wangesikia haya juu yao.

Hawataweza kuamsha hisia za ubongo ili kutambua thamani ya upatanisho na dhabihu kubwa ya Masihi, ambayo imetolewa kwaajili ya binadamu aliyeanguka. Haiwezekani kwao kufahamu tuzo kubwa, ya thamani, na utajiri unaopita kiasi ambao umehifadhiwa kwa washindi waaminifu. Sehemu yetu ya “unyama” wa maumbile yetu haipaswi kamwe kuachwa itawale maadili na akili. {CHSw 158.2}

Je! Kula kupita kiasi kuna athari gani kwa tumbo? Tumbo linakuwa dhaifu, viungo vya mmeng'enyo vinadhoofika, na magonjwa, pamoja na mtiririko wa uovu huletwa kama matokeo. Ikiwa watu walikuwa na ugonjwa hapo awali, huongeza shida juu yao na hupunguza nguvu zao kila siku wanayoishi. Wanazivuta na kuzitumia nguvu zao muhimu katika hatua isiyo ya lazima, ili kushugulikia chakula wanachoweka tumboni mwao. **[Testimonies for the Church 2:362-364 (1869).]** {CHSw 159.1}

AKINA MAMA WALIOCHOSHWA NA KAZI ZAIDI

Kazi nyingi za mwili hufanywa ili kupata chakula kwa meza zao, jambo ambalo huumiza sana mfumo ulioishachoshwa tayari. Wanawake hutumia sehemu kubwa ya muda wao karibu na jiko la moto, wakiandaa chakula kilicho na viungo vingi ili kufurahisha ladha (highly seasoned). Kutokana na hili, watoto wanapuuzwa na hawapati mafundisho ya maadili na kiroho. Mama aliyetindikiwa na kazi nyingi hushindwa kukuza upole wa tabia, ambao ni “jua” la furaha katika familia. Masuala ya milele yanakuwa ya pili kwa umuhimu. Muda wote lazima utumike katika kuandaa vyakula hivi vinavyoangamiza afya, kuharibu tabia, na kupotosha akili. {CHSw 159.2}

Matengenezo katika kazi-kuhenyeka kwingi. yanaweza kuridhishwa

tabia ya kula yangeokoa gharama na Mahitaji ya ugavi wa familia kwa urahisi kwa mlo wa kawaida,

wenye afya na lishe bora. Chakula chenye viungo vingi huharibu viungo vya mwili na akili na afya. Na ni wangapi hufanya kazi kwa bidii sana kufanikisha hili! —**Spiritual Gifts 4a:131, 132 (1864)** {CHSw 159.3}

ULAFI NI DHAMBI

[Testimonies for the Church 2:412-414 (1868).]

Ni dhambi ya kutokuwa na kiasi katika wingi wa chakula kinacholiwa, hata ikiwa ubora wake hauna maswali. Wengi wanahisi kwamba, ikiwa hawali nyama na vitu vingine ambavyo ni vya mazoea, wanaweza kula chakula rahisi kingi kadri wanavyotaka hata wasiweze kula zaidi. Hili ni kosa. Wengi wanaodai kuwa watu wa matengenezo ya afya hawana lolote isipokuwa walafi tu. Wanaweka mzigo kwenye viungo vya kumengenya kiasi kwamba nguvu ya mfumo inachoka katika juhudi za kuyeyusha chakula. {CHSw 160.1}

Kamwe viungo vya kumengenya havipaswi kubebeshwa chakula bora au kingi ambacho kitatoza mchoko kwa mfumo wa mwili kufanya kazi kwa usahihi. Yote ambayo huchukuliwa ndani ya tumbo kwa kile ambacho mfumo huweza kutumia hugeuza damu nzuri, ila kile cha ziada kisichohitajika, huziba mitambo-mashine ya mwili; kwani mwili hauwezi kukimen’genya ili kuwa misuli/nyama au damu, na uwepo wake hulemea ini na hutoa hali mbaya ya mfumo. Tumbo linafanya kazi kupita kiasi katika juhudi zake za kuyeyusha chakula ili kifagiliwe nje ya mwili na kitoke, na kisha kuna hali ya shida, ambayo inatafsiriwa kumaanisha ni njaa; na bila kuruhusu muda wa kupumzika zilizopo zisaidie kazi hiyo, viungo vya mmeng'enyo kupata kutokana na kazi yake kali, Ili nguvu kiasi kingine kisicho na kipimo

kinaingizwa ndani ya tumbo, na kuifanya mashine iliyochoka ianze kazi tena. Mfumo hupokea lishe kidogo tu kutoka kwa chakula kingi sana, hata kikiwa ubora na kinachofaa, ukilinganisha na kiwango cha wastani kinachochukuliwa kwa vipindi vya milo vya kawaida……. {CHSw 160.2}

Haiwezekani kuwa na dhana wazi ya vitu vya milele isipokuwa akili imefundishwa kukaa juu ya mada zilizoinuliwa. Mapenzi yote lazima yaletwe chini ya utii kamili wa nguvu za maadili. Wakati wanaume na wanawake wanapokiri imani thabiti na bidii ya kiroho, najua kuwa maneno yao ni ya uwongo ikiwa hawajadhibiti tamaa zao zote. Mungu anahitaji hili. Sababu ya kushinda kwa giza la kiroho kama hilo ni kwamba akili inaridhika kuchukua kiwango cha chini na haielekezwi kuelekea juu kwenye njia safi, takatifu, na ya mbinguni. **[Testimonies for the Church 2:412-414 (1868).]** {CHSw 161.1}

EPUKA VIWANGO VYA UONGO

Ijapokuwa tunataka kukuonya usile kupita kiasi, hata kile chakula bora zaidi, pia tungependa pia kuwatahadharisha wale ambao ni watu wenye msimamo mkali, uliopitiliza, wasiinue kiwango cha uongo na kisha wajitahidi kumleta kila mtu afikie kwenye kiwango chao hapo. Kuna wengine ambao wanaanza kama wanamatengenezo wa afya ambao hawastahili kushiriki katika shuguli yoyote, na ambao hawana ufahamu na busara ya kutosha hata kutunza familia zao wenyewe, au kutembea kwa jinsi inavyofaa au usahihi katika nafasi zao kanisani. Na Je, wanafanya nini basi? Hawa Huwa wanaangukia nyuma kwenye kazi ya madaktari wa matengenezo ya afya, kana kwamba wanaweza kufanikisha hilo, na kisha wanachukua majukumu ya

kazi hiyo ya afya, na kuyaweka maisha ya wanaume na wanawake mikononi mwao, wakati hawajui chochote juu ya taaluma hiyo. **—Testimonies for the Church 2:374, 375 (1869).** {CHSw 161.2}

SEHEMU YA 4—MAISHA YA NJE NA SHUGHULI ZA KIMWILI
MFANO WA KRISTO

The Ministry of Healing, 51-58 (1905)

Maisha ya Mwokozi duniani yalikuwa maisha ya kuwasiliana na kutafakari uumbaji/asili pamoja na Mungu. Katika ushirika huu, Yeye alitufunulia siri ya maisha yenye nguvu…….

Akifanya kazi kwenye meza ya useremala (karakana), akibeba mizigo ya maisha ya nyumbani, akijifunza masomo ya utii na masumbufu ya maisha, alipata burudiko katikati ya mandhari ya asili (kitabu cha Mungu cha uumbaji), akikusanya maarifa na kutafuta kuelewa mafumbo na siri za uumbaji. Alijifunza Neno la Mungu, na saa Zake za shangwe kuu zilikuwa wakati alipoweza kuacha kando eneo Lake la kazi na kwenda mashambani, kutafakari katika mabonde tulivu, kufanya ushirika na Mungu kando ya mlima au katikati ya miti ya msituni. Saa za asubuhi mapema mara nyingi zilimkuta katika mahali pa faragha, akitafakari, akichunguza Maandiko, au katika maombi. Alipaza sauti Yake kwa kuimba, akiukaribisha mwanga wa asubuhi. Alizichangamsha saa zake za kazi kwa nyimbo za shukrani na kuileta furaha ya mbinguni kwa wale waliochoshwa na suluba na

kuvunjika moyo. {CHSw 162.1}

Muda mrefu wa maisha Yake ya huduma aliutumia nje ya nyumba. Safari zake kutoka mahali hadi mahali zilifanywa kwa miguu, na mafundisho Yake mengi yalitolewa kwenye eneo la wazi. Ili kuwafundisha wanafunzi Wake, mara nyingi aliondoka kutoka katika mkanganyiko wa mji hadi kwenye utulivu wa mashambani, kama ilivyopatana kwa ubora zaidi na masomo Yake ya unyenyekevu, imani, na kujikana nafsi aliyotamani kuwafundisha... {CHSw 162.2}

Kristo alipenda kuwakusanya watu kumzunguka chini ya anga wazi, kwenye mwinuko wenye nyasi, au kwenye ufukwe kando kando ya ziwa. Hapa, akizungukwa na kazi za uumbaji Wake Mwenyewe, angeweza kugeuza mawazo yao kutoka kwenye ubunifu bandia hadi kwenye asili kamilifu. Katika ukuaji wa vile vilivyoumbwa Naye na maendeleo ya asili, kanuni za ufalme Wake zilifunuliwa hapo. Wanadamu wanapoyainua macho yao kwenye vilima vya Mungu na kutazama kazi za ajabu zilizoumbwa na mkono Wake, basi, wangeweza kujifunza masomo ya thamani ya ukweli wa mbinguni. Katika siku za usoni masomo haya ya Mwalimu wa Kiungu yangerudiwa kwao kupitia uumbaji huu wa asili. Akili zao zingeinuliwa na moyo ungepata pumziko... {CHSw 162.3}

Yesu alipowaambia wanafunzi Wake kwamba mavuno yalikuwa ni mengi ila watenda kazi ni wachache, hakuwahimiza juu ya ulazima wa kufanya kazi inayochosha bila kukoma, bali aliwaambia, “Basi mwombeni Bwana wa mavuno, apeleke watenda kazi katika Mavuno Yake.” Mathayo 9:38. Kwa watenda kazi Wake waliochoka sana leo, Yesu anazungumza nao kwa maneno haya ya huruma, kama vile Yupo nao uso kwa uso nao, kama ilivyokuwa kwa wale wanafunzi Wake wa kwanza, “Njoni ninyi peke yenu kwa faragha,...mkapumzike kidogo.” {CHSw 163.1}

Wote walio chini ya mafunzo ya Mungu wanahitaji saa

ya utulivu kwa ajili ya mawasiliano na mioyo yao wenyewe, na asili/uumbaji, na pamoja na Mungu. Ndani yao hakuna budi kufunuliwa maisha ambayo hayapatani na ulimwengu, desturi zake, au matendo yake; nao wanahitaji kuwa na uzoefu binafsi katika kupata utambuzi wa mapenzi ya Mungu. Lazima kila mmoja wetu amsikie Yeye akinena moyoni. Pale ambapo kila sauti nyingine yoyote inapokuwa imenyamazishwa, na katika ukimya tukingojea mbele Zake, utulivu wa nafsi huifanya sauti ya Mungu kuwa dhahiri zaidi (inatofautishwa na mambo mengine ya kawaida). Yeye atuagiza, “Tulieni na kujua kuwa Mimi ni Mungu!.” Zaburi 46:10. Haya ndiyo maandalizi yenye matokeo yaliyo na ufanisi kwa kazi yoyote itendwayo kwa ajili ya Mungu. Katikati ya msongamano wa watu usiotulia, na uchovu wa shughuli nyingi zenye mkazo na nzito za maisha, mtu ambaye ameburudishwa hivyo (kwa kujipatia majira ya kupumzika) atazungukwa na angahewa la nuru na amani. Atapokea tunu mpya ya nguvu za kimwili na kiakili. Maisha yake yatatoa harufu nzuri ya manukato, nayo itadhihirisha uweza wa Bwana utakaoifikia mioyo ya watu. **[The Ministry of Healing, 51-58 (1905).** {CHSw 163.2}

ASILI KITABU CHA KUJIFUNZIA (Uumbaji wa Mungu Kitabu cha Kiada)

Christ’s Object Lessons, 24-27 (1900)

Yesu aliwafundisha wanafunzi Wake kando ya ziwa, kwenye milima, mashambani na misitu midogo, mahali ambapo wangeweza kuangalia vitu vya asili ambavyo alitumia kuonyesha mafundisho Yake. Na walipokuwa wakijifunza kutoka kwa Kristo, walitumia maarifa yao kwa kushirikiana Naye katika kazi Yake. {CHSw 164.1}

Hivyo basi, kupitia uumbaji wa Mungu, tunapaswa kumfahamu Muumba. Kitabu cha asili ni kitabu kikuu cha mafunzo, ambacho pamoja na Maandiko Takatifu tunapaswa kutumia kuwafundisha wengine kuhusu tabia zake na kuongoza

kondoo waliopotea kurudi katika kundi la Mungu. Kadri kazi za Mungu zinavyosomwa na kujifunzwa, ndivyo Roho Mtakatifu huang'azia usadikisho moyoni mwa mtu. Huu siyo uvumilivu unaotokana na hoja za kimantiki, bali, isipokuwa akili imetiwa giza isimjue Mungu, au jicho liwe na ukungu lisiweze kumwona, au sikio liwe zito lisiweze kusikia sauti Yake, maana yenye kina zaidi inaeleweka, na Ukweli wa kiroho wa juu, usioweza kuelezeka uliomo kwenye Neno lililoandikwa unashikamana moyoni. {CHSw 164.2}

Katika masomo haya yanayotokana moja kwa moja na asili kuna usahili na usafi unaoyafanya kuwa na thamani kubwa zaidi. Kila mtu anahitaji mafundisho yanayochimbwa kutoka kwenye chanzo hiki. Kwa sababu yake mwenyewe, uzuri wa asili huiweka roho mbali na dhambi na vivutio vya dunia na kuelekea usafi wa moyo, amani, na Mungu. Mara nyingi sana akili za wanafunzi zinajazwa na nadharia na dhahania za wanadamu, zinazoitwa kwa udanganyifu kama sayansi na falsafa. Wote wanahitaji kuletwa karibu zaidi na asili. Hebu wanafunzi waweze kujifunza kwamba uumbaji na Ukristo vina Muumba mmoja. Hebu wafundishwe kuona muafaka kati ya kiasili na kiroho. Hebu kila kitu ambacho macho yao yanaona au mikono yao inashika kiwe somo la kuendeleza tabia njema. Hivyo, nguvu za akili zitazidi kuimarika, tabia itakuzwa, na maisha yote yatawezeshwa. {CHSw 164.3}

Madhumuni ya Yesu katika kufundisha kwa mifano yalikuwa sawa kabisa na madhumuni ya Sabato. Mungu aliwapa watu kumbukumbu ya nguvu Zake za uumbaji, ili waweze Kumfahamu kupitia kazi za mikono Yake. Sabato inatuamuru tutazame katika kazi Zake za uumbaji utukufu wa Muumba. Na ilikuwa kwa sababu Alitaka tufanye hivyo, Yesu aliunganisha masomo Yake yenye thamani na uzuri wa vitu vya asili. Katika siku ya mapumziko takatifu, zaidi ya siku nyingine zote, tunapaswa kusoma ujumbe ambao Mungu ameandika kwa ajili yetu katika asili. Tunapaswa kusoma mifano ya Mwokozi pale Alipowafundisha, mashambani na

misitu, chini ya anga wazi, kati ya majani na maua. Kadri tunavyokaribia moyo wa asili, Kristo huufanya uwepo Wake kuwa halisi kwetu na kuzungumza mioyoni mwetu kuhusu amani na upendo Wake. {CHSw 165.1}

Kristo pia ameyaunganisha mafundisho Yake, siyo tu na siku ya mapumziko, bali pia na wiki ya kazi. Yeye ana hekima kwa yule anayeendesha plau na kupanda mbegu…….. Katika kila aina ya kazi yenye manufaa na kila uhusiano wa maisha, Yeye anataka tupate somo la Ukweli wa Kiungu. Kisha kazi zetu za kila siku hazitaendelea kuvutia akili zetu na kutufanya tusisahau Mungu; bali zitaendlea kutukumbusha mara kwa mara Muumba na Mwokozi wetu. Fikira za Mungu zitapita kama kipande cha dhahabu kupitia shughuli zetu za kila siku na kazi za kawaida. Utukufu wa uso Wake utaendelea kupumzika juu ya uso wa asili. Tutaendelea kujifunza masomo mapya ya Ukweli wa mbinguni na kukua katika taswira ya usafi Wake. Hivyo basi tutakuwa “tukifundishwa na Bwana,” na katika sehemu tuliyoiteuliwa tutakuwa “tukikaa na Mungu.” {CHSw 165.2}

NJE YA MJI HUKO MASHAMBANI (In the country)

Testomonies for the Church 7:85-87 (1901)

Mnamo Agosti, 1901, wakati nikihudhuria mkutano wa makambi ya Los Angeles, nilikuwa kwenye njozi ya usiku katika kikao cha baraza. Swala la kuzingatiwa lilikuwa ni kuanzishwa kwa sanitarium Kusini mwa California. Kwa wengine ilihimizwa kuwa sanitarium inapaswa kujengwa katika jiji la Los Angeles, na mapingamizi ya kuianzisha Sanitarium nje ya jiji zilielezwa. Wengine walizungumzia juu ya faida za eneo la shambani. {CHSw 166.1}

Kati yetu kulikuwa na Mmoja ambaye aliwasilisha jambo hili kwa uwazi kabisa na kwa unyenyekevu sahili kabisa. Alituambia kuwa itakuwa makosa kuanzisha sanitarium ndani ya mipaka ya jiji. Sanitarium inapaswa kuwa na faida

ya ardhi kubwa-tele, ili wagonjwa waweze kufanya kazi katika hewa nzuri nje. Kwa wagonjwa wenye wasiwasi, wenye huzuni, dhaifu, na kazi ya nje ni muhimu sana. Hebu wawe na matuta ya maua watakayotunza. Katika matumizi ya reki na jembe na beleshi watapata ahueni kwa magonjwa yao mengi. Uvivu ndio sababu ya magonjwa mengi. {CHSw 166.2}

Maisha katika eneo wazi lenye hewa ni mazuri kwa ajili ya mwili na akili. Ni dawa ya Mungu kwa urejeshaji wa afya. Hewa safi, maji masafi, mwanga wa jua, mazingira mazuri ya asili—hizi ndizo njia Zake Mungu za kuwarejeshea wagonjwa afya kwa njia za asili. Kwa wagonjwa zinastahili zaidi kuliko fedha au dhahabu kulala kwenye mwanga wa jua au kwenye kivuli cha miti. {CHSw 166.3}

Nje ya miji huko mashambani, sanitarium zetu zinaweza kuzungukwa na maua na miti, bustani za matunda na mashamba ya matunda ya mizabibu. Hapa ni rahisi kwa madaktari na wauguzi kutoa mafundisho ya Mungu kutoka katika vitu vya asili. Hebu wawaelekeze wagonjwa Kwake Yeye ambaye mkono Wake umetengeneza miti mirefu, nyasi zinazochipua, na maua mazuri, yakiwatia moyo kuona katika kila chipukizi la ufunguzi na kuchanua kwa maua kielelezo cha upendo Wake Mungu kwa watoto Wake. {CHSw 166.4}

Ni mapenzi ya Mungu yaliyodhihirishwa kwamba sanitarium zetu zianzishwe mbali na miji kwa kadri inavyowezekana. Kwa kadri inavyowezekana taasisi hizi zinapaswa kuwa mahali penye utulivu, mahali pa faragha, ambapo nafasi itakuwepo kwa ajili ya kuwapa wagonjwa maagizo juu ya upendo wa Mungu na nyumba ya Edeni ya wazazi wetu wa kwanza, ambayo, kupitia dhabihu ya Kristo, inapaswa kurejeshwa kwa mwanadamu. {CHSw 167.1}

Katika juhudi iliyofanywa vya uumbaji wa Bwana 1 ya kuwaponya wagonjwa, vitu nzuri vinatakiwa kutumika. Kuona maua,

kuchuma matunda yaliyoiva, kusikiliza nyimbo za furaha za ndege, ina athari ya pekee ya kufurahisha kwa mfumo wa neva. Kutoka katika maisha ya nje wanaume, wanawake, na watoto wanapata hamu ya kuwa na usafi wa moyo na wasio na hatia. Kwa ushawishi wa kuhuisha, kufufua, rasilimali za kurejesha uhai ya vyanzo vikubwa vya dawa ya asili, utendaji wazi wa mwili huimarishwa, akili inaamshwa, mawazo yanahuishwa, roho huchangamshwa, na akili hutayarishwa kuthamini uzuri wa Neno la Mungu. {CHSw 167.2}

Chini ya ushawishi huu, pamoja na mvuto wa tiba makini na chakula kizuri kisichokobolewa wala kusindikwa, wagonjwa hupata afya. Hatua dhaifu inarejesha uthabiti wake. Jicho linarudisha mwangaza wake. Wale wasio na matumaini hupata matumaini. Uso uliokuwa umekata tamaa hapo awali unaonyesha uchangamfu. Toni za kulalamika za sauti hutoa nafasi kwa toni za kuridhika. Maneno yanaonyesha imani: ***"Mungu kwetu sisi ni kimbilio na nguvu, Msaada utakaoonekana tele wakati wa mateso." Zaburi 46: 1.*** Tumaini la Mkristo lililotiwa ukungu huangazwa. Imani hurejeshwa. Neno linasikika: ***"Naam, nijapopita kati ya bonde la uvuli wa mauti, Sitaogopa mabaya; Kwa maana Wewe upo pamoja nami, Gongo Lako na fimbo Yako vyanifariji." "Moyo wangu wamwadhimisha Bwana, Na roho yangu imemfurahia Mungu, Mwokozi wangu." "Huwapa nguvu wazimiao, humwongezea nguvu yeye asiyekuwa na uwezo." Zaburi 23: 4; Luka 1:46, 47; Isaya 40:29.*** Kutambua wema wa Mungu katika kutoa baraka hizi kunatia nguvu akili. Mungu Yuko karibu sana na anafurahi kuona zawadi Zake zikithaminiwa. **[Testimonies for the Church 7:85-87 (1901).]** {CHSw 167.3}

CHANZO CHA UPONYAJI

Mungu anafanya kazi, kupitia mawakala wa asili, siku baada ya siku, saa baada ya saa, wasaa baada ya wasaa, ili kutuweka sisi hai, kutujenga, kututunza na kutuletea sisi urejeshwaji. Sehemu yo yote ya mwili inapopata jeraha, au changamoto fulani, mchakato wa uponyaji huanza mara moja; maumbile ya asili huwekwa

katika utendaji ili kurejesha afya na uzima. Lakini nguvu inayofanya kazi kupitia vyombo hivi ni nguvu Yake Mungu. Nguvu zote za kuupatia mwili uzima zatoka Kwake Mungu. Mtu aponapo ugonjwa alio nao, Mungu Ndiye Mponyaji, ni Mungu Ndiye Mrejeshaji. {CHSw 168.1}

Ugonjwa, mateso, na kifo ni utendaji wa nguvu za upinzani. Shetani ndiye aliye mharibifu na mwangamizaji; Mungu Ndiye mrejeshaji. {CHSw 168.2}

Maneno yaliyonenwa kwa Israeli ni ya Kweli hata hivi leo kwa wale wanaopata afya ya mwili au afya ya roho. "***Mimi Ndimi Bwana nikuponyaye***." **Kutoka 15:26.** {CHSw 168.3}

Matamanio ya Mungu kwa kila mwanadamu yanaonyeshwa katika Maneno haya, "***Mpenzi naomba ufanikiwe katika mambo yote na kuwa na afya yako, kama vile roho yako ifanikiwavyo***." **3 Yohana 2.** {CHSw 168.4}

Yeye Ndiye "akusameheaye maovu yako yote; Akuponyaye magonjwa yako yote; aukomboaye uhai wako na kaburi; akuvika taji ya fadhili na rehema." Zaburi 103:3, 4. **—The Ministry of Healing, 112, 113 (1905).** {CHSw 168.5}

THAMANI YA MAISHA YA NJE YA MJI

Testimonies for the Church 7:76-79 (1902)

Taasisi kubwa za tiba katika miji yetu, zinazoitwa sanitarium, hufanya sehemu ndogo tu ya wema ambao watu wangeweza kufanya ikiwa wangekuwa mahali ambapo wagonjwa wanaweza kupata faida za maisha ya nje ya mji na nje ya jengo. Nimeelekezwa kuwa vituo vya sanitarium vinapaswa kuanzishwa katika maeneo mengi nchini na kwamba kazi ya taasisi hizi itaendeleza sana kazi ya afya na haki. {CHSw 169.1}

Vitu vya asili ni baraka za Mungu, vinatolewa ili kuleta afya kwa mwili, akili, na roho. Vimetolewa kwa ajili ya walio na afya ili waendelee kuwa na afya na kwa wagonjwa kuwafanya wawe na afya. Ikiwa vimeunganishwa na tiba ya maji, vinafaa zaidi katika kurudisha afya kuliko tiba yo yote ya dawa ulimwenguni. {CHSw 169.2}

Asili, Tabibu wa Mungu

Katika maeneo ya mashambani wagonjwa hupata vitu vingi vitakavyovuta usikivu wao toka kwao wenyewe na mateso yao. Kila mahali wanaweza kutazama na kufurahia vitu vizuri vya asili - maua, mashamba, miti ya matunda iliyojaa hazina yao tajiri, miti ya misitu ikitoa kivuli chao cha shukrani, na vilima na mabonde katika hali ya ukijani wake na aina mbalimbali za viumbe. {CHSw 169.3}

Na sio tu wanaburudishwa na mazingira haya, lakini pia wakati huo huo wanajifunza masomo ya kiroho yenye thamani zaidi. Wakiwa wamezungukwa na kazi za ajabu za Mungu, akili zao zinainuliwa kutoka katika vitu vinavyoonekana kwenda kwa vitu visivyoonekana. Uzuri wa viumbe asili unawaongoza kufikiria tabia, uzuri, na haki ya Yesu Kristo isiyo na kifani au mlingano, na uzuri usio na kifani wa dunia iliyofanywa mpya, ambapo hakutakuwa na kitu cha kuharibu uzuri, hakuna kitu cha kuchafua au kuharibu, hakuna kitu cha kusababisha magonjwa au kifo. {CHSw 169.4}

Asili ni daktari wa Mungu. Hewa safi, mwangaza wa jua unaopendeza, maua mazuri na miti, bustani za matunda na mashamba ya mizabibu, na mazoezi ya nje katikati ya mazingira haya, hutoa afya - dawa ya uzima. Maisha ya kondeni, nje ya nyumba zetu, ndiyo dawa pekee ambayo wagonjwa wengi wanaihitaji. Mvuto wake una

nguvu ya kuponya magonjwa yanayosababishwa na maisha ya mtindo, maisha ambayo hupunguza na kuharibu nguvu za mwili, akili na kiroho. {CHSw 170.1}

Watakuwa na shukrani kiasi gani wale wagonjwa waliopata ulema na maisha ya mjini, mwangaza wa taa nyingi zinazochoma macho, na kelele za mtaani, kwa kweli watafurahi kwa utulivu na uhuru wa mashambani! Ni kwa shauku kiasi gani watageukia mandhari ya asili! Wangefurahi kiasi gani kwa manufaa ya sanitarium zilizopo mashambani, ambapo wangeweza kuketi katika eneo la wazi lenye hewa, wakifurahia mwanga wa jua, na kuvuta hewa ya harufu nzuri ya miti na maua! Kuna asili itoayo uhai katika harufu nzuri ya msonobari, katika harufu ya mwerezi na miti ile ya Krismas (Mpaini)-pine, cedar, fir. Na kuna miti mingine ambayo inapalilia afya. Hebu miti kama hiyo isikatwe bila huruma (mipaini inatoa hewa ya oksijeni siku 365 wakati miti mingine imepukutuisha majani kwani yenyewe ni evergreen-daima ni ya kijani). Mahali ambapo ni mingi itunzwe, na ipandwe zaidi mahali ambapo ipo michache. **[Testimonies for the Church 7:76-79 (1902).]** {CHSw 170.2}

Kwa wangonjwa wa muda mrefu hakuna kitu kinachoelekea kurudisha afya na furaha kama kuishi katikati ya mazingira ayanayovu ya shambani. Hapa hata wale wasio na msaada wanaweza kuachwa wakiwa wamekaa au wamelala kwenye jua au kwenye kivuli cha miti. Wanapaswa kuinua tu macho yao na kuona juu yao, majani mazuri. Wanashangaa kwamba hawajawahi kuona hapo awali jinsi matawi yanavyoinama kwa staha na kupendezesha macho, na kutengeneza dari ya kuishi juu yao, yakiwapatia tu kivuli wanachohitaji. Hisia tamu ya kupumzika na kuburudisha huja juu yao wanaposikiliza upepo mwanana. Roho zilizozimia zinafufuka. Nguvu

inayopungua hurejeshwa. Bila kutambua akili hupata amani, mapigo ya moyo yaliyoongezeka kwaajili ya homa yatulia zaidi na kuwa ya kawaida. Kadri wagonjwa wanavyozidi kuwa na nguvu, watajitosa kuchukua hatua chache kukusanya maua ya kupendeza – ambayo ni wajumbe wa thamani wa upendo wa Mungu kwa familia Yake inayotaabika hapa chini. {CHSw 170.3}

Mazoezi Ya Kiafya Yatatenda Muujiza

Wahimize wagonjwa kuwa katika hali ya hewa iliyo wazi kwa muda mrefu. Panga mipango ya kuwaweka nje, ambapo, kupitia asili, wanaweza kuzungumza na Mungu. Jengeni Sanitarium penye sehemu pana za ardhi, ambapo, katika kuulima udongo, wagonjwa wanaweza kupata fursa ya mazoezi ya afya, nje ya jengo. Zoezi kama hilo, pamoja na tiba ya afya na usafi, yatafanya miujiza katika kuurejeshea na kuupa nguvu mwili wenye magonjwa na kuiburudisha akili iliyochoka na iliyochakaa. Katikati ya hali nzuri wagonjwa wa mashambani hawatahitaji utunzaji mwingi kama pale ambapo wamefungwa katika Sanitarium za jijini. Isitoshe, kuwepo kwao mashambani kutawafanya wasiwe na mwelekeo wa kutoridhika na kuona uchungu. Watakuwa tayari kuanza masomo kuhusu upendo wa Mungu, wakiwa tayari kukubali kwamba Yeye anayewajali sana ndege na maua atawatunza viumbe walioumbwa kwa mfano Wake Mwenyewe. Kwa hivyo madaktari na wasaidizi hupewa nafasi kuzifikia roho, wakimwinua Mungu aliyeumba asili mbele ya wale ambao wanatafuta kurejeshewa afya. {CHSw 171.1}

Sanitariamu Ndogo Katika Nchi

Katika majira ya usiku nilipewa njozi ya sanitarium zilizopo mashambani. Taasisi hiyo haikuwa kubwa, lakini ilikuwa imekamilika. Ilikuwa imezungukwa na miti mizuri na vichaka, nyuma yake kulikuwa na bustani ya matunda na

kijisitu. Mbele ya mahali hapo palikuwa na bustani, ambazo wagonjwa wa kike, waliweza kuchagua kulima maua ya kila aina, kila mgonjwa akichagua eneo maalum la kutunza. Mazoezi ya nje katika bustani hizi yaliagizwa kama sehemu ya tiba ya kawaida. {CHSw 171.2}

Mandhari baada ya mandhari yalipita mbele yangu. Katika eneo moja na wagonjwa kadhaa wanaoteseka walikuwa wamefika tu kwenye moja ya sanitarium yetu iliyopo mashambani. Katika tukio lingine niliona watu hao hao; lakini, oh, jinsi gani mwonekano wao ulivyobadilishwa! Ugonjwa ulikuwa umetoweka, ngozi ilikuwa imenawiri, paji la uso lilijaa furaha; mwili na akili vilionekana kuchangamka kwa maisha mapya. {CHSw 172.1}

Mafundisho Hai

Nilielekezwa pia kwamba kama wale ambao wamekuwa wagonjwa wamerejeshwa katika afya katika sanitarium zetu za mashambani na kurudi nyumbani kwao, watakuwa fundisho hai, na wengine wengi watavutiwa na mabadiliko ambayo yamefanyika ndani yao. Wagonjwa wengi na wale wanaoteseka watageuka kutoka mijini kwenda mashambani, wakikataa kufuata tabia, mila, na mitindo ya maisha ya mijini; watatafuta kurudisha afya katika moja ya sanitarium zetu zilizopo mashambani. Kwa hivyo, ingawa tumeondolewa kwenye miji maili ishirini au thelathini, tutaweza kuwafikia watu, na wale wanaotamani afya watapata fursa ya kuipata tena chini ya hali nzuri zaidi. {CHSw 172.2}

Mungu atatufanyia maajabu ikiwa tutashirikiana Naye kwa imani. Hebu, tuifuate njia ya busara, ili juhudi zetu zibarikiwe kutoka mbinguni na kuvikwa taji ya ushindi. **[Testimonies for the Church 7:76-79 (1902).]** {CHSw 172.3}

MAZOEZI, HEWA, MWANGA WA JUA

Testimonies for the Church 2:525-527 (1870)

Sababu kuu ikiwa sio sababu ya pekee kwa nini wengi hulemaa au kuugua ni kwamba damu haizunguki kwa urahisi, na mabadiliko katika mfumo wa damu, mitoki na maji, ambayo ni muhimu kwa maisha na afya, Havifanyiki. Hawaipi miili yao mazoezi au mapafu chakula, ambayo ni, hewa safi; kwa hivyo haiwezekani kwa damu kuwa na nguvu, na hivyo hupita kwa ugoigoi kwenye mfumo. Kadri tunavyofanya mazoezi, ndivyo tunafanya mzunguko mzuri wa damu uwezekane. {CHSw 173.1}

Watu wengi hufa kwa kukosa mazoezi, kuliko kwa kuwa na uchovu wa kupita kiasi; wengi miili yao hula kutu kuliko kuchakaa. Wale ambao wamezoea kujifanyia mazoezi katika hewa ya wazi kwa ujumla wanakuwa na mzunguko wa damu mzuri na wenye nguvu. Sisi ni tegemezi zaidi juu ya hewa tunayopumua kuliko juu ya chakula tunachokula. Wanaume na wanawake, vijana kwa wazee, ambao wanatamani afya, na ambao watafurahia maisha ya utendaji hai wa kazi, wanapaswa kukumbuka kuwa hawawezi kuwa nayo bila kuwa na mzunguko mzuri wa damu. Katika shuguli yoyote wanayoifanya na mwelekeo wao, wanapaswa kuamua kufanya mazoezi katika hewa ya wazi kadri wawezavyo. Wanapaswa kuhisi kwamba hili ni jukumu la kidini kushinda hali mbovu za kiafya ambazo zimewafanya wazuiliwe ndani ya nyumba, kunyimwa mazoezi nje ya uwanja wenye hewa huru. {CHSw 173.2}

Baadhi ya watu walioathirika na ulemavu huwa wanashindwa kusadikishwa umuhimu mkubwa wa mazoezi ya kila siku ya nje, ambapo wanaweza kupata hewa safi ya kutosha. Kwa kuhofia kupata mafua au kikohozi, hukaa bila mazoezi, wakikazana mwaka hadi mwaka, katika njia yao wenyewe na kuishi katika mazingira ya kuwa na afya mbaya. Haiwezekani kwa watu

hawa kuwa na mzunguko mzuri wa damu. Mfumo mzima hudhoofu kwa kukosa mazoezi na hewa safi. Ngozi inakuwa dhaifu na huhisi zaidi mabadiliko yoyote katika mazingira. Mavazi ya ziada huvaliwa, na joto la chumba huongezwa. Siku inayofuata wanahitaji kuongeza joto kidogo na mavazi kidogo ili kuhisi joto kabisa, na kwa hivyo huwa wanaendekeza kila hisia inayobadilika hadi huwa na nguvu kidogo ya kuvumilia baridi yoyote. {CHSw 173.3}

Wengine wangeweza kujiuliza: "Je! tufanyaje? Je! Ungetaka tuendelee kuwa baridi? "Ukiongeza mavazi, yawe kidogo tu, na ufanye mazoezi, ikiwa inawezekana, ili kupata tena joto unalohitaji. Ikiwa hamuwezi kushiriki katika mazoezi makali, kokeni moto; lakini mara tu mnapopata joto, vueni mavazi yenu ya ziada na ondokeni kwenye moto. Ikiwa wale wanaoweza, watashiriki katika kazi fulani kuchukua mawazo kutoka kwao, kwa jumla wangesahau kuwa walikuwa wanasikia baridi na hawatapata madhara. Unapaswa kupunguza joto la chumba chako mara tu unapopata joto lako la asili. Kwa watu ambao wana mapafu dhaifu, hakuna kitu kinachoweza kuwa kibaya kuliko mazingira yenye joto kali. **[Testimonies for the Church 2:525-527 (1870).]** {CHSw 174.1}

MPANGO WA AWALI

Haukuwa mpango wa Mungu kwamba watu Wake wajazane katika miji, wakusanyike pamoja kwenye mlolongo wa nyumba zilizoshikamana na zingine (flats/apartments/duplex/condo). Hapo mwanzo aliwaweka wazazi wetu wa kwanza kwenye bustani katikati ya mandhari nzuri na sauti za kuvutia za viumbe asili, na mandhari na sauti hizi Mungu anatamani wanadamu wazifurahie leo. Kadiri tunavyokaribia kupatana na mpango wa asili wa Mungu, ndivyo nafasi yetu itakavyokuwa nzuri zaidi kwa ajili ya kupona na kuhifadhi afya. **—Testimonies for the Church 7:87 (1902).** {CHSw 174.2}

KUFUNGIWA NDANI YA SHULE

Testimonies for the Church 3:135-138 (1872)

Mfumo wa elimu uliokuwa ukitumika kwa vizazi vya nyuma umekuwa mbaya kwa afya na hata kwa maisha yenyewe. Watoto wengi wadogo wametumia masaa matano kila siku katika vyumba vya shule visivyo na hewa ya kutosha, na ambavyo si vikubwa kwa kutosha kwa malazi yenye afya ya wanafunzi. Hewa ya vyumba kama hivyo mara hugeuka na kuwa sumu kwa mapafu yanayoivuta. {CHSw 175.1}

Watoto wadogo, ambao viungo na misuli yao haina nguvu, na ambao akili zao hazijakua vyema bado, wamewekwa ndani ya nyumba na kuwaletea madhara. Wengi huwa hawana kitu cha kuwashikilia maishani kifaacho kuanza nacho. Kufungwa shuleni siku hadi siku huwafanya [wanafunzi] wawe na wasiwasi na magonjwa. Miili yao imedumaa kwa sababu ya hali ya uchovu wa mfumo wa neva. Na ikiwa taa ya uzima itazimwa, wazazi na waalimu hawatazingatia kwamba walikuwa na ushawishi wowote wa moja kwa moja katika kuzima cheche muhimu. {CHSw 175.2}

Wakati wamesimama karibu na makaburi ya watoto wao, wazazi wanaoteseka wanaangalia kufiwa kwao kama kipindi maalum cha majaliwa, wakati, kwa ujinga usiyo na sababu, hatua zao wenyewe zimeharibu maisha ya watoto wao. Kulazimisha kifo chao kuwa ni mapenzi ya Mungu, ni kufuru. Mungu alitaka watoto wadogo waishi na waweze kunidhamishwa, ili wawe na tabia nzuri na wamtukuze Bwana katika ulimwengu huu na wamsifu katika ulimwengu ule ulio bora. {CHSw 175.3}

•

Ukosefu Wa Elimu ya Asili

Wazazi na waalimu, kwa kuchukua jukumu la kuwafundisha watoto hawa, hawahisi uwajibikaji wao mbele za Mungu kwa kuujua mwili (elimu yake), ili waweze kutibu miili ya watoto wao na wanafunzi kwa njia ya kuhifadhi maisha na afya. Maelfu ya watoto hufa kwa sababu ya ujinga wa wazazi na waalimu. Akina mama watatumia masaa mengi kufanya kazi isiyo ya lazima kwenye nguo zao na za watoto wao ili kukidhi matakwa ya maonesho, na kisha watasihi kwamb hawana muda wa kusoma na kupata habari muhimu ya kutunza afya za watoto wao. Wanadhani haina shida kuisalimisha miili yao kwa madaktari. Ili kuchukuliana na mitindo na desturi, wazazi wengi wametoa mhanga afya na maisha ya watoto wao. {CHSw 175.4}

Ili kuufahamu mwili wa ajabu wa mwanadamu, mifupa, misuli, tumbo, ini, utumbo, moyo, na matundu ya ngozi, na kuelewa utegemezi wa kiungo kimoja juu ya kingine kwa ajili ya utendaji wa kiafya wa viungo vyote, ni utafiti na somo ambalo akina mama wengi hawavutiwi nalo. Hawajui chochote juu ya ushawishi wa mwili juu ya akili na akili juu ya mwili. Hawaelekei kuelewa chochote kuhusu akili, ambayo huunganisha yale ya muda wa kitambo na yale ya umilele. Kila kiungo cha mwili kiliumbwa kiwe mtumwa wa akili. Mtaji mkuu wa mwili ni akili. {CHSw 176.1}

Watoto wanaruhusiwa kula nyama, viungo/spices, siagi, jibini, nyama ya nguruwe, mapishi ya unga uliokobolewa yenye virutubisho vingi vya mafuta na sukari kama vitafunwa kama keki, maandazi, vitumbua, donuts nk, na vikolezo vingi vya kutia ladha kwenye chakula (condiments, sauces).

Wanaruhusiwa pia kula wakati wowote na katikati ya milo vyakula visivyo vya afya. Vitu hivi hufanya kazi yake ya kuvuruga tumbo, kusisimua neva kwa namna isiyo ya asili, na kudhoofisha akili. Wazazi hawatambui kuwa wanapanda mbegu ambayo italeta magonjwa na kifo. {CHSw 176.2}

Watoto Wameharibiwa kwa Kusoma Kwingi

Watoto wengi wameharibiwa maisha yao yote kwa kukazania kuikuza akili na kupuuza kuimarisha nguvu za mwili. Wengi wamekufa utotoni kwa sababu ya hatua zisizo na busara zilizofuatwa na wazazi na walimu wa shule kwa kuwalazimisha watoto wao wanaosoma, kwa kuwabembeleza, kuwasifu kwa kuwadekesha au kwa kuwatia hofu, wakati walikuwa wadogo sana kuweza kuingia ndani ya chumba cha shule. Akili zao zimelemewa na masomo wakati hawakupaswa kuitwa kuja shuleni, bali kuzuiliwa hadi viungo vya miili viwe na nguvu ya kutosha kuvumilia mikiki-mikaka ya kiakili. Watoto wadogo wanapaswa kuachwa huru kama kondoo wadogo ili wakimbie kimbie huko nje, wakiwa huru na wenye furaha, na wanapaswa kuruhusiwa fursa nzuri zaidi ya kuweka msingi wa viungo sawasawa. {CHSw 176.3}

Wazazi wanapaswa kuwa waalimu pekee wa watoto wao hadi watakapofikisha umri wa miaka minane au kumi. Mara tu akili zao zinapoweza kupambanua, wazazi wanapaswa kufungua mbele yao kitabu kikuu cha asili, yaani cha uumbaji wa Mungu (book of nature). Mama anapaswa kuwa na upendo kidogo kwa vitu bandia ndani ya nyumba yake na katika kuandaa mavazi yake ya kutoka nayo nje, na anapaswa kupata wakati wa kukuza, yeye mwenyewe na watoto wake, upendo kwa miche inayochipuza na maua yanayofunguka. Kwa kuwaelekeza watoto wake kwa rangi tofauti-tofauti na aina mbalimbali za maumbo na viasilia, anaweza kuwafanya watoto wafahamiane na Mungu, ambaye alifanya vitu vyote vizuri

vinavyovutia na kufurahisha. Anaweza kuongoza mawazo yao kwa Muumba wao na kuamsha katika mioyo yao michanga upendo kwa Baba yao wa mbinguni, ambaye ameonesha upendo mkubwa sana kwao. Wazazi wanaweza kumshirikisha Mungu na kazi Zake zote za uumbaji. Chumba pekee cha shule, cha watoto wa kuanzia umri wa miaka minane hadi kumi kinapaswa kuwa kwenye uwanja uliojawa na hewa bora ya nje, ulio katikati ya maua yanayofunguka na mandhari nzuri ya asili. Na kitabu chao pekee cha kiada, kinapaswa kuwa hazina za maumbile/uumbaji/asili. Masomo haya, yaliyowekwa kwenye akili za watoto wadogo katikati ya mandhari mazuri na ya kupendeza ya maumbile, hayawezi kusahauliwa katika siku za hivi karibuni. {CHSw 177.1}

Ili watoto na vijana wawe na afya, uchangamfu, ucheshi, na misuli na akili zilizokuzwa vyema na zenye utendaji hai, wanapaswa kuwa kwenye eneo la wazi lenye hewa ya kutosha na maburudisho na kazi zinazoratibiwa vizuri. Watoto na vijana waliosajiliwa mashuleni na waliofungwa kwenye vitabu, hawawezi kuwa na viungo vizuri vya mwili. Zoezi la ubongo katika kusoma, lisilo na ulinganifu na mazoezi ya mwili, lina mwelekeo wa kuivuta damu kwenye ubongo, na mzunguko wa damu kupitia mfumo huwa katika hali isiyo na usawa-msawaziko mzuri. Ubongo hujawa na damu nyingi wakati maeneo ya pembezoni mwa mwili huwa na damu kidogo (miguu, mikono na ubogo iko mbali na moyo). Kunatakiwa kuwepo sheria zinazoratibu masomo yao kwa masaa kadhaa, na kisha sehemu ya wakati wao inapaswa kutumiwa katika kazi ya mwili. Na ikiwa tabia zao za kula, kuvaa, na kulala zitalingana na sheria za mwili, wanaweza kupata elimu bila kuitoa mhanga afya ya mwili na akili. **[Testimonies for the Church 3:135-138 (1872).]** {CHSw 177.2}

Kurudi kwenye njia rahisi zaidi kutakubalika na kupendwa sana na watoto na vijana. Kazi za shambani na bustanini itakuwa mabadiliko yanayopendeza kutoka kwenye ratiba chungu ya masomo ya nadharia ambayo akili changa haipaswi kufungiwa ndani yake. Kwa mtoto au kijana mwenye msongo wa mawazo, ambaye hupata masomo ya vitabu yanayochosha na magumu kukumbuka, njia hii itakuwa na manufaa maalum. Kuna afya na furaha kwake katika kujifunza kuhusu asili; na hisia za mguzo au mafunzo yanayopatikana hayatapotea kutoka katika akili yake, kwani yatahusishwa na vitu vinavyoonekana mara kwa mara machoni mwake. **—Counsels to Teachers, 187 (1913)** {CHSw 178.1}

UWIANO SAHIHI WA KAZI ZITUMIAZO NGUVU NA ZITUMIAZO AKILI

Testimonies for the Church 3:152-159 (1872)

Nguvu zote za akili zinapaswa kutumiwa na kukuzwa ili wanaume na wanawake wawe na akili zenye uwiano na msawaziko. Ulimwengu umejaa wanaume na wanawake wenye mwelekeo wa upande mmoja ambao wamekuwa kama hivyo kwa sababu seti moja ya vitivo/viungo vyao vilipaliliwa wakati seti nyingine ya vitivo vya mwili ilidumazwa kwa kutotumika na kuwa mbilikimo. Sehemu kubwa ya elimu ya vijana imeshindwa. Wamesoma kupita kiasi elimu ya darasani, huku wakipuuzia kile kinachohusiana na shughuli za maisha halisi. Wanaume na wanawake huwa wazazi bila kuzingatia majukumu yao, na uzao/watoto wao hushuka chini katika mizani ya mapungufu ya mwanadamu kuliko wao wenyewe walivyo. Katika hali hiyo jamii ya wanadamu hushuka kwa kasi kubwa kuelekea kwenye uharibifu. Kuendele kudumu katika kusoma masomo ya shule, kama inavyofanyika sasa mashuleni, hakuwaandai vijana kwa maisha halisi. Akili ya mwanadamu inahitaji

kushughulishwa-kuwa na utendaji hai. Kama haishughulishwi katika mwelekeo sahihi, itajishughulisha katika mwelekeo usio sahihi. Ili kudumisha uwiano wa akili, kazi na masomo ni lazima viunganishwe shuleni. {CHSw 179.1}

Mpango ulipaswa uwe umewekwa katika vizazi vilivyopita kwa ajili ya elimu katika viwango vikubwa. Katika shule hizo palipaswa kuanzishwa vitengo vya kilimo na viwanda. Pangepaswa pia kuwepo walimu wa kazi za nyumbani. Na sehemu ya muda wa shule kila siku ulipaswa kutumika kwa kazi za mikono, ili uwezo wa akili na mwili viweze kutumika kwa uwiano ulio sawa. Kama shule zingeanzishwa juu ya mpango tulioelezea, leo hii kusingekuwa na akili nyingi zisizo na uwiano au msawaziko (zisizokuwa na balansi). {CHSw 179.2}

Nimeongozwa kuuliza: Je! Ni lazima mambo yote yale yenye thamani katika ujana wetu yatolewe dhabihu ili tuia kujipat elimu ya shuleni? Kama kungekuweko na vitengo vya kilimo na viwanda vilivyounganishwa na shule zetu, na vikawa na waalimu mahiri walioajiriwa kufundisha vijana katika mikondo mbalimbali ya masomo ya nadharia na kazi za mikono, wakitumia sehemu ya siku nzima kukuza akili, na sehemu nyingine ya siku kukuza kazi za mikono, leo hii kungekuwa na daraja la vijana lililoinuliwa zaidi ambao wangejitokeza hadharani na kuonesha vitendo ambavyo vingekuwa na ushawishi katika kuijenga jamii. Vijana wengi ambao wangehitimu katika taasisi kama hizo wangetoka wakiwa na uthabiti/uimara wa tabia. Wangekuwa na uvumilivu, uhodari, uimara na ujasiri kushinda vizuizi, na kanuni ambazo zingewafanya wasiyumbishwe na ushawishi mbaya, hata kama ni ule unaoshabikiwa na watu wengi kwa kiasi gani. {CHSw 179.3}

Wasichana wangepewa 1 maelekezo ya namna ya kushona-kutengeneza mavazi, namna ya kukata, namna ya

kushona, na namna ya kukarabati/kurekebisha mavazi, na hivyo kuwa wameelimishwa kwa ajili ya majukumu halisi ya maisha ya kila siku. Kwa wavulana na vijana wa kiume, pangepaswa kuwepo na vituo ambapo wangeweza kujifunza tasnia/stadi mbalimbali ambazo zingeleta mazoezi ya misuli yao na nguvu zao za akili. Kama vijana wangeambiwa kuwa na chaguzi moja tu katika kujipatia elimu kwenye hizi nyanja mbili, na hivyo kuwa na aina moja tu ya elimu (yaani elimu ya kazi za mikono, au ile ya vitabu na madarasani tu), ni ipi basi ambayo ingekuwa na matokeo bora katika hizo kwenye mabano? Elimu ya sayansi ya vitabuni, – pamoja na hasara zake zote kwa afya na maisha, au elimu ya kazi za mikono kwa ajili ya maisha halisi, na kuimarisha afya? Sisi tunajibu bila kusita:Ni ile ya pili ya maisha halisi. Kama kuna elimu inayopaswa kupuuzwa ni ile ya kusoma vitabu. {CHSw 180.1}

Kuna wasichana wengi walioolewa na wenye familia ambao wana ujuzi mdogo tu wa majukumu uwezao kumpalilia na kumkuza mke na mama. Wanaweza kusoma, na kutumia ala za muziki; lakini hawawezi kupika. Hawawezi kutengeneza mkate mzuri, ambao ni muhimu sana kwa afya ya familia. Hawawezi kukata na kushona nguo, kwani hawakujifunza jinsi ya kufanya hivyo. Walichukulia mambo haya kuwa yasiyo ya lazima, na katika maisha yao ya ndoa wanategemea mtu mwingine kuwafanyia mambo haya kama watoto wao wenyewe wadogo. Huu ni uzembe usiyosameheka unaohusu majukumu ya lazima ya maisha ambayo hufanya familia nyingi kuwa zisizo na furaha. {CHSw 180.2}

Dhana kwamba kazi inadhalilisha maisha ya kisasa ya fasheni imewapeleka maelfu makaburini ambao wangeweza kuwa bado wanaishi. Wale wanaofanya kazi ya mikono peke yake mara nyingi hufanya kazi kupita kiasi na bila kujipa vipindi vya kupumzika; wakati kundi la wasomi lenyewe huutumikisha sana ubongo na huteseka kutokana na kupungukiwa na nguvu yenye afya ambayo

hupatikana kwa kufanya kazi za mikono. Kama wasomi wangeshirikiana kubeba mzigo wa kundi la watu wafanyao kazi za mikono na hivyo kuimarisha misuli yao, wale wafanyao kazi za mikono wangefanya kazi kidogo na kutumia sehemu kubwa ya wakati wao kukuza utamaduni wa akili na maadili. Wale wa tabia ya kukaa tu kivivu kwenye kitu masaa mengi na kujifunza kwa nadharia wanapaswa kufanya mazoezi ya mwili, hata ikiwa hawana haja ya kufanya kazi kwa kuwa wamejitosheleza kwa mahitaji. Afya inapaswa kuwa kivutio cha kutosha kuwaongoza kuunganisha kazi ya mwili na kazi ya akili. {CHSw 181.1}

Maadili, akili na utamaduni wa mwili vinapaswa kuunganishwa ili kutoa wanaume na wanawake waliokuzwa kwa msawasiko mzuri, na wenye uwiano ulio usawa. Baadhi wana stahiki za kutumia nguvu kubwa ya kiakili kuliko wengine, wakati wengine wakiwa na mwelekeo wa kupenda na kufurahia kazi ya mikono. Makundi yote haya yote mawili yanapaswa kutafuta kuboresha mahali pale penye mapungufu..... {CHSw 181.2}

Akili za watu wanaofikiri hufanya kazi kwa bidii sana. Mara nyingi hutumia nguvu zao za kiakili kwa kutotumia hekima kama mwana mpotevu, wakati kuna tabaka lingine ambalo lengo lake kubwa maishani ni kazi zinazotumia nguvu za mwili. Tabaka hili la pili haliizoeshi akili. Misuli yao hutumika wakati bongo zao zikiwa zimenyang'anywa nguvu ya kiakili, kama ilivyo kwa akili za wale watu wenye kazi zinazohusisha kufikiri au kutumia ubongo zaidi, wakati miili yao inaporwa nguvu na uwezo kwa kupuuzia kuzoeza misuli yao. Wale wanaoridhika kuyatumia maisha yao kwa kazi za mikono/mitulinga na kuwaachia wengine wafikiri kwa ajili yao, huku wakitumia yale ambayo bongo zingine ziliyaandaa, watakuwa na nguvu za misuli nzuri, bali wenye akili dhaifu. Ushawishi wao wa kwa yale mema ni mdogo ukilinganisha na vile ambavyo ingekuwa kama wangetumia bongo zao kwa kiwango sawa na misuli yao. Watu wa tabaka hili huanguka kirahisi

wanaposhambuliwa na maradhi; mfumo wa mwili hutiwa uhai kwa nguvu za umeme wa ubongo ili kukinga maradhi. {CHSw 181.3}

Watu wenye nguvu nzuri za mwili wanapaswa kujielimisha wao wenyewe kufikiri sambamba na kutenda, na wala wasiwategemee wengine kuwa bongo zao, kwaajili yao. Ni kosa linalofanywa na watu wengi kudhani kuwa kazi ni jambo linaloshusha hadhi ya mtu. Na hiyo ndiyo sababu inayofanya vijana wengi kuwa na hofu na kuamua kujielimisha ili waje kuwa waalimu, wafanyabiashara katika makampuni makubwa, makarani, wanasheria, na kushika nafasi nyingine yeyote ambayo haihitaji kazi za nguvu. Mabinti au vijana wa kike, huzichukulia kazi za nyumbani kuwa ni udhalilishaji tu. Na ingawa mazoezi ya mwili huhitajika pale mtu afanyapo kazi ya nyumbani, na mazoezi hayo ikiwa siyo makali sana, yaweza kukuza na kuboresha afya, lakini bado [watu] hutafuta elimu itakayowafaa kuwa walimu au makarani, au watajifunza taaluma au tasnia ambayo itawashikilia ndani ya nyumba kwa ajira ya kuketi kwenye viti. Kunawiri kwa afya hupotea kutoka mashavuni mwao, ngozi inapauka, na magonjwa hujikusanya juu yao, kwa kuwa wameporwa mazoezi ya viungo na hivyo tabia zao zimepotoshwa kwa ujumla. Yote hii ni kwa sababu tu ya kuiga mitindo! Wanafurahia maisha laini, ambayo ni dhaifu na yaliyooza. {CHSw 182.1}

Ni kweli kuna udhuru kwa mabinti kutochagua kazi za nyumbani kama ajira, kwa sababu wale ambao huajiri wasichana wa kupika jikoni kwa kawaida huwachukulia kama watumishi wa hali ya chini. Mara kwa mara waajiri wao hawawaheshimu na wanawachukulia kana kwamba hawastahili kuwa sehemu ya familia. Hawawapi marupurupu wanayowapa washonaji, wachapa nakala za maofisini-makatibu muhtasi, na walimu wa muziki. Lakini hapawezi kuwa na ajira muhimu zaidi kuliko ile ya kazi za nyumbani. Ili kupika vizuri, kuwasilisha chakula chenye afya mezani kwa namna inayovutia, panahitajika akili na uzoefu. Yule aandaaye chakula kipaswacho kuwekwa matumboni mwetu, ili kugeuzwa kuwa damu na

kurutubisha mfumo, anashika nafasi muhimu na ya juu sana. Nafasi ya katibu muhtasi anayechapa taarifa, mshonaji, au mwalimu wa muziki haiwezi kuwa na umuhimu sawa na ile ya mpishi. {CHSw 182.2}

Maelezo yaliyotangulia ni taarifa ya kile kinachoweza kufanywa na mfumo sahihi wa elimu. Wakati ni mfupi sana sasa kuweza kukamilisha kile ambacho kingeweza kufanywa katika vizazi vilivyopita; lakini tunaweza kufanya mengi, hata katika siku hizi za mwisho, kurekebisha maovu yaliyopo katika elimu ya vijana. Na kwa sababu wakati ni mfupi, tunapaswa kuwa na bidii na kufanya kazi kwa dhati kuwapa vijana elimu ambayo inaambatana na imani yetu. Sisi ni wanamatengenezo. Tunatamani watoto wetu wasome kwa faida iliyo bora zaidi. Ili kufanya haya, wanapaswa kuingizwa kwenye kazi ya mikono itakayoifanya misuli kuingia kwenye mazoezi. Kila siku, kazi ya kimkakati, yenye mipangilio bora, inapaswa kuwa sehemu ya elimu ya vijana, hata katika kipindi hiki cha mwisho wa historia ya dunia. Mengi sasa yanaweza kupatikana kwa kuunganisha kazi za mikono na shule. Katika kufuata mpango huu wanafunzi watatambua unyumbulifu wa moyo na roho na nguvu ya mawazo, na wataweza kukamilisha kazi nyingi zaidi za akili kwa wakati maalum kuliko vile ambavyo wangeweza kufanya kwa kusoma peke yake. Na watakapoondoka shuleni watakuwa na viungo ambavyo havijaharibika, wenye nguvu na ujasiri wa kuvumilia katika nafasi yoyote ambayo majaliwa, mipango uweza wa Mungu unaweza kuwapatia. **[Testimonies for the Church 3:152-159 (1872).]** {CHSw 183.1}

MATOKEO YA KUTOKUUSHUGHULISHA MWILI

Testimonies for the Church 3:148-152 (1872)

Pamoja na kuwepo kwa mpango wa sasa wa elimu, mlango wa jaribu umefunguliwa kwa vijana. Ingawa kwa ujumla wana masaa mengi ya kusoma, wana masaa mengi yasiyo na chochote cha kufanya kwa mikono yao. Saa hizi za burudani hutumiwa mara

kwa mara kwa njia ya hovyo na uzembe. Ujuzi wa tabia mbaya huwasilishwa kutoka kwa mmoja hadi mwingine, na uovu huongezeka sana. Vijana wengi sana ambao wamefundishwa kwa njia ya kiroho kwenye majumba yao, na ambao huenda shuleni wakiwa hawana hatia na wema, wanaharibikiwa kwa kushirikiana na wenzao waovu. Wanapoteza kujiheshimu na huzitoa mhanga zile kanuni bora. Ndipo hujiandaa kufuata njia ya kuelekea/kushuka chini, kwa kuwa wamezinyanyasa vibaya dhamiri zao hata dhambi haionekani kuwa kubwa mno. Uovu huu, ambao upo katika shule ambazo zinaendeshwa kulingana na mpango wa sasa, unaweza kuponywa kwa kiwango kikubwa ikiwa masomo na kazi zinaweza kuunganishwa. Uovu ule upo katika shule za juu, kwa kiwango kikubwa; kwani vijana wengi wamejielimisha wenyewe katika uovu, na dhamiri zao zimeunguzwa. **[Testimonies for the Church 3:148-152 (1872).]** {CHSw 184.1}

Wazazi wengi hupuuza uimara na sifa nzuri za watoto wao. Hawaonekani kufikiria kuwa [watoto wao] wataanikwa katika ushawishi wa udanganyifu wa vijana wakatili,wajeuri na hatarishi. Wazazi huwa na hofu pale tu wanapowapeleka [watoto wao] shule za mbali, lakini wanajifariji kwa kujidanganya wenyewe kwamba kwa kuwa wamekuwa na mifano mizuri na kanuni na mafundisho ya kidini, watakuwa wakweli kwa kanuni katika maisha yao ya shule zao za masomo ya juu (sekondari, au chuo). Wazazi wengi wana uelewa mfinyu juu ya kiwango gani cha uasherati na utumiaji wa vilevi kilichopo katika taasisi hizi za mafunzo. Katika matukio mengi wazazi wamefanya bidii na kuhenyeka na hata kuteseka kwa shida nyingi kwa ufukara, na hata kukosa chakula na mahitaji muhimu kwa kusudi la kutaka kuwapatia watoto wao elimu ya mwisho iliyo bora. Na baada ya juhudi zao zote, wengi wana uzoefu mchungu wa kupokea watoto wao kutoka kwa hatua zao za masomo wakiwa na tabia mbaya na mwenendo ulioharibiwa. Na mara nyingi huwa hawaheshimu wazazi wao, na huwa wasio na shukrani, na wasiojiweka wakfu au kushugulika na utakatifu.

Wazazi hawa wanaonyanyaswa, wanaozawadiwa hivi na watoto hawa wasio na shukrani, huomboleza kwamba waliwatuma watoto wao kutoka kwao ili wakaingizwe kwenye vishawishi na kurudi kwao wakiwa kama majeruhi tu katika mwili, akili, na maadili. Wakiwa na matumaini yaliyokatishwa tamaa na mioyo iliyokaribia kuvunjika, wanawaona watoto wao, ambao walikuwa na matarajio makubwa, wakifuata njia ya uovu huku wakiburuzwa na maisha yenye maadili potofu, na huzuni nyingi. {CHSw 184.2}

Kusoma Kusiko Kawaida

Wanafunzi wengine huweka maisha yao yote katika masomo yao na kuziwekea mkazo akili zao juu ya kusudi la kupata elimu. Wanaushughulisha ubongo, lakini hawaruhusu nguvu za mwili kubaki zikiwa hazifanyi kazi. Ubongo umefanyishwa kazi kupita kiasi, na misuli huwa dhaifu kwa sababu ya kutotumiwa. Wanafunzi hawa wanapohitimu shule, ni dhahiri kwamba wamepata elimu yao kwa gharama/hasara ya maisha. Wamesoma usiku na mchana, mwaka baada ya mwaka, wakiendelea kuzitanua akili zao kila wakati, wakati wakiwa wameshindwa kufanya mazoezi ya kutosha ya misuli yao. Wanatoa kafara yote kwa ajili tu ya kupata ujuzi wa sayansi, wakielekea kwenye makaburi yao. {CHSw 185.1}

Mabinti mara nyingi hujitolea kusoma huku wakipuuza mikondo mingine ya elimu muhimu zaidi za maisha ya kivitendo kuliko usomaji wa vitabu. Na baada ya kupata elimu yao, mara nyingi hudhihirika kuwa elimu hiyo huwaletewa ulema wa namna fulani au kutokuwa na manufaa katika maisha. Walipuuzia afya zao kwa kubaki sana ndani ya nyumba, na kujinyima hewa safi ya mbinguni na mwangaza wa jua unaotolewa na Mungu. Mabinti hawa wachanga wangeweza kutoka kwenye shule zao wakiwa na afya, kama wangejumuisha kwenye masomo yao kazi za nyumbani na mazoezi nje ya majengo. {CHSw 185.2}

Afya ni hazina kubwa. Ndiyo utajiri mkubwa zaidi wanadamu wafao wawezao kumiliki. Utajiri, heshima, au masomo hununuliwa kwa gharama kubwa, hata kwa kupoteza nguvu ya afya. Hakuna yoyote katika mafanikio hayo inayoweza kukupa furaha, kama afya itakuwa imetindika. Ni dhambi mbaya kutumia vibaya afya ambayo Mungu ametupatia; kwani kila matumizi mabaya ya afya, na unyanyasaji wa mwili hutudhoofisha maisha yote na kutufanya tushindwe, hata kama tungepata kiwango kikubwa kiasi gani cha elimu. {CHSw 186.1}

Katika matukio mengi wazazi ambao ni matajiri hawahisi umuhimu wa kuwapa watoto wao elimu inayoendana na majukumu ya maisha ya kila siku, na inayoendana pia na sayansi. Hawaoni umuhimu, kwa faida ya akili na maadili ya watoto wao, na kwa faida yao ya baadaye, kuwapa uelewa kamili wa kazi inayofaa. Hii ni kwa kuwa watoto wao, kama wangepatwa bahati mbaya, wangeweza kusimama katika uhuru ulio bora, wakijua kutumia mikono yao. Ikiwa wana mtaji wa nguvu hawawezi kuwa masikini, hata ikiwa hawana hata senti moja. Wengi ambao katika ujana walikuwa katika hali tajiri wanaweza kuibiwa utajiri wao wote na kuachwa na wazazi na kaka na dada wanaowategemea-ili wategemezwe. Basi ni muhimu sana kiasi gani kwamba kila kijana aelimishwe kufanya kazi, ili aweze kujiandaa kwa dharura yoyote! Utajiri kwa kweli ni laana pale wenye kuumiliki wanapouruhusu kusimama katika njia ya wana na binti zao [na kuwazuia] kupata maarifa ya kazi inayofaa, itakayowawezesha kufuzu kwa maisha ya kivitendo, na halisia kila siku. {CHSw 186.2}

Wale ambao hawalazimiki kufanya kazi, mara nyingi hawana mazoezi ya kutosha ya afya ya mwili. Vijana, kwa kushindwa kuzifanya akili na mikono yao kutumika katika kazi za utendaji ulio hai, wanapata tabia ya ugoigoi na mara nyingi hupata kile kinachotisha zaidi, elimu ya mitaani/barabarani – wakizururazura madukani, wakivuta sigara, kunywa pombe, na kucheza karata..... {CHSw 186.3}

Umaskini, katika hali nyingi, ni mbaraka; kwa kuwa unazuia vijana na

watoto kuharibiwa na kutojishughulisha na kazi za mikono. Nguvu za mwili na akili pia zinapaswa kuchochewa na kukuzwa vizuri. Huduma ya kwanza na ya mara kwa mara ya wazazi inapaswa kuwa kuona watoto wao wakiwa na viungo/afya imara, ili waweze kuwa wanaume na wanawake wenye busara. Haiwezekani kufikia hali hii bila mazoezi ya mwili. Kwani afya yao wenyewe ya mwili na maadili mema, watoto wanapaswa kufundishwa kufanya kazi, hata ikiwa hakuna ulazima wowote kwa kuwa wamejitosheleza kwa mahitaji yote. Kama wangekuwa na tabia safi na njema wangekuwa na nidhamu ya kazi iliyoratibiwa vyema, ambayo ingeipatia mazoezi misuli yote. Kuridhika ambako watoto watajipatia, kwa kutumika kwao, na kwa kuikana nafsi na kujinyima ili kuwasaidia wengine, kutakuwa ni raha yenye afya zaidi waliyowahi kuifurahia. Kwa nini matajiri na watoto wao wajikoseshe mbaraka huu mkubwa? {CHSw 187.1}

Uvivu Umelaaniwa

Enyi wazazi, kutoshughulisha mwili ndiyo laana kubwa kabisa ambayo imewahi kuja juu ya ujana. Binti zako hawapaswi kuruhusiwa kulala kitandani asubuhi na mapema, wakiyaona masaa ya thamani waliyopewa na Mungu kwa makusudi yasiyo bora na ambayo watalazimika kuyatolea hesabu yakiyoyoma. Mama huwaumiza na kuwadhuru sana watoto wake wa kike kwa kubeba mizigo ambayo walipaswa kushiriki naye kwa faida yao ya sasa na ya baadaye. Mwenendo ambao wazazi wengi hufuata kwa kuwaruhusu watoto wao kuwa wavivu na kutosheleza hamu yao ya kusoma hadithi za mahaba haiwastahilishi kuishi maisha yenye uhalisia. Usomaji wa riwaya, hekaya na hadithi ndiyo maovu makubwa zaidi ambayo vijana wanaweza kuendekeza na kujiingiza. Usomaji wa riwaya na vitabu vya hadithi za mapenzi ni maovu makuu ambayo vijana wamejitumbukiza kwayo. Vijana hawa wa kike ni wajenzi wa majumba hewa, wanaoishi katika ulimwengu usio halisi, ulimwengu wa kufikirika. Wanakuwa wepesi wa kuvutwa na hisia za

mahaba/mapenzi ya kufikirika na wenye matamanio ya kujidanganya na hivyo kuishi maisha ya ‘ndoto za ndaria’. Maisha yao ni ya bandia yanawaharibu na kuwafanya wasifae kwa kitu chochote chenye kunufaisha. Wamedumazwa akili, japo wanaweza kujidanganya kuwa wao ni bora katika akili na tabia. Mazoezi katika kazi za nyumbani ni yenye faida kubwa kwa wasichana wadogo. {CHSw 187.2}

Kazi ya mwili/mikono haizuii upaliliaji na ukuzwaji wa akili. Mbali na hilo. Faida ipatikanayo kwa kazi ya mwili itamweka mtu katika uwiano/msawaziko (balansi) na kuzuia akili kufanyishwa kazi kupita kiasi. Kuhenyeka kunakotokana na ile kazi yataingia kwenye misuli na kuutuliza ubongo uliochoka. Kuna wasichana wengi wasiotulia, wasio na manufaa ambao wanachukulia kuwa sio jambo linalowastahili wanawake kufanya kazi ngumu. Lakini tabia zao ni wazi sana kuweza kuwadanganya watu wenye busara kwa kuzingatia kutokuwa na thamani kwao. Wanatabasamu na kuangua vicheko na tabia yao inakuwa isiyo na uhalisia (feki) iliyo na maigizo tu ya kuvuta umakini wa watu uende kwao. Wanaonekana kana kwamba hawangeweza kusema maneno yao sawasawa na kwa kunyoka, lakini huchambua yote wayasemayo kwa kutamka maneno kwa kuyatumbua vibaya kutokana na kutengeneza midomo au ulimi kana kwamba wana ‘kithembe’ kwa kushindwa kutamka s na z vyema, na kutabasamu kusiko kwa kweli (tabasamu za plastiki au feki). Je! hawa ni wanawake/mabinti? Hawakuzaliwa wapumbavu, lakini wameelimishwa kuwa hivyo. Hapahitajiki jambo dhaifu, jambo lisilo na msaada, uvaaji wenye mapambo mengi au kuzungumza kwa madaha ya kithembe ili kumfanya mtu kuwa mdada mwenye heshima au bora (lady). Mwili ulio na afya nzuri unahitajika ili kuwa na akili bora. Mwonekano mzuri wa umbo lenye afya na uzuri, na kisha elimu ya vitendo ya majukumu muhimu ya nyumbani haviwezi kuwa kipingamizi kwa akili iliyokuzwa vyema; yote mawili ni muhimu sana kwa mwanadada bora. **[Testimonies for the Church 3:148-152 (1872).]** {CHSw 188.1}

UTAMADUNI WA MWILI

[Education, 210-213 (1903)]

Suala la burudani inayofaa kwa wanafunzi wao ni jambo ambalo mara nyingi walimu hukumbana nalo kama changamoto iletayo fadhaa. Mazoezi ya viungo yaitwayo sarakasi (gymnastics) yanajaza nafasi muhimu katika shule nyingi, lakini bila usimamizi makini mara nyingi hufanywa kwa kupitiliza kiasi. Katika kumbi za mazoezi hata hivyo (gymnasium), vijana wengi, kwa jaribio lao la kuonesha nguvu, wamejijeruhi wenyewe, na madhara hayo yamedumu maishani mwao mwote. {CHSw 189.1}

Hata hivyo, mazoezi haya ya sarakasi katika kumbi, hata yanapofanywa vizuri kwa kiasi gani, hayawezi kuchukua nafasi ya burudani ya hewa ya wazi, na kwa hili shule zetu zinapaswa kutoa fursa bora zaidi. Wanafunzi lazima wapate mazoezi ya nguvu. Machungu machache yanayopaswa kuepukika zaidi kuliko uvivu na kutokuwa na lengo. Hata hivyo, suala la michezo mingi ya riadha ni jambo linalosababisha hamasa kubwa kwa wale walio na shauku ya kupenda maslahi na hali bora ya vijana. Walimu hukumbana na wasiwasi wanapofikiria kuhusu athari za michezo hii, si tu kwenye maendeleo ya mwanafunzi shuleni bali pia kwenye mafanikio yake katika maisha ya baadaye. Michezo inayochukua muda mwingi wa mwanafunzi inamweka mbali na masomo. Haiwezi kumsaidia mwanafunzi kujiandaa kwa utendaji wa kazi halisi na ya dhati maishani. Athari zake hazihimizi kuboreshwa kwa mtu, au utu wa heshima na uungwana, ukarimu, au uthabiti wa kweli wa mwanamume. {CHSw 189.2}

Baadhi ya burudani maarufu zaidi, kama mpira wa miguu wa

marekani(football), mieleka na ngumi/masumbwi (boxing), zimekuwa shule za ukatili. Zimekuza silika za tabia kama hizo ambazo zilikuwepo katika michezo ya Rumi ya kale. Upendo wa kutawala na kubamiza watu kwa nguvu, kiburi kwaajili tu ya kuonyesha nguvu ya unyama, na kutojali uhai wa mtu kwa kuweka umakini, haya yanaathiri vijana kwa nguvu inayoweza kukatisha tamaa kwa jinsi ya kutisha. {CHSw 189.3}

Michezo mingine ya riadha, ingawa si ya ukatili sana, haipungui kwa udhahiri hatari au machukizo yake, kutokana na kiwango cha kupitiliza kiasi katika kuicheza. Inachochea upendo wa starehe na msisimko, na hivyo kukuza chuki kwa kazi za manufaa-kutokuwa na ladha ya kufanya kazi, na tabia ya kuepuka wajibu halisi na majukumu. Zinaharibu upendo kwa maisha yenye utulivu, kiasi na raha zake za kweli. Hivyo, mlango unafunguliwa kwa ubadhirifu na uovu wa uasherati na ulevi, na matokeo yake ya kutisha (angalia michezo yenye ukatili hapo chini). {CHSw 189.4}

***Culturally Dangerous/Traditional Games**

- **Buzkashi (Central Asia):** Riders on horseback fight over a goat carcass.
- **Musangwe (South Africa):** Traditional bare-knuckle boxing.
- **Fingerhakeln (Bavaria):** A finger-pulling contest that can result in injury.
- **Tug of War (Various):** Often played in rough conditions.

Cruel or Brutal Video Games

- **Violent/Controversial:** *Manhunt 2* (extreme violence), *Mortal Kombat X*, *Gears of War*, and *Chiller*.

- **Psychologically/Frustrating:** *Dark Souls/Elden Ring* (extreme difficulty), *Resident Evil 7: Biohazard*, *I Wanna Be the Guy*, and *Desert Bus*.
- **Morally Corrupting:** *Dwarf Fortress* (allowing horrific scenarios), *Fallout 1 & 2*.
- **Bull fight game:** bull and human being fight.
- **Toxic Game Communities**
  Some games are considered cruel due to the behavior of their player bases, including *League of Legends*, *Counter-Strike 2*, and *Call of Duty (Warzone/MW3)*

Sherehe za Burudani

Kama zinavyofanywa kwa kawaida, sherehe za burudani pia ni kikwazo kwa ukuaji wa kweli, ama wa akili au wa tabia. Mahusiano ya kutojali mambo makuu bali kujali yale ya ujinga-ujinga, tabia za ubaradhifu, kutafuta matumbuizo kwa ulevi na uasherati, na mara nyingi pia uzembe wa maadili, huanzishwa, na haya huunda maisha yote kwa njia ya uovu. Badala ya burudani za aina hiyo, wazazi na walimu wanaweza kutoa burudani zinazofaa au bora na zenye faida kwa maisha na uhai. {CHSw 190.1}

Katika hili, kama ilivyo kwa kila jambo linalohusu ustawi wetu, Ufunuo wa Mungu umeonyesha njia. Katika nyakati za mwanzo, kwa watu waliokuwa chini ya mwongozo wa Mungu, maisha yalikuwa rahisi. Waliishi karibu na moyo wa asili. Watoto wao walishiriki katika kazi za wazazi na kujifunza uzuri na mafumbo na siri ya hazina za asili. Katika utulivu wa mashamba na misitu, walitafakari juu ya zile Kweli kuu alizopewa kama amana ya urithi mtakatifu kutoka

kizazi kimoja hadi kingine. Mafunzo kama haya yalitengeneza wanaume wenye nguvu. {CHSw 190.2}

Shughuli za Nje

Katika kizazi hiki, maisha yamekuwa ya bandia na watu wameharibika kimaadili. Ingawa hatuwezi kurejea kikamilifu kwenye tabia sahili za nyakati za awali, tunaweza kujifunza kutoka kwao mafunzo yatakayofanya misimu yetu ya burudani iwe kama jina linavyosema—nyakati za ujenzi wa kweli kwa mwili, akili, na roho. {CHSw 190.3}

Kuhusu burudani, Mazingira ya nyumbani na shule yana mchango mkubwa katika burudani. Katika kuchagua nyumba au mahali pa shule, mambo haya yanapaswa kuzingatiwa. Wale ambao ustawi wa akili na mwili ni muhimu zaidi kuliko pesa au madai na desturi za jamii wanapaswa kutafuta kwa watoto wao faida ya mafundisho ya asili na burudani katika mazingira yake. Kutakuwa msaada mkubwa katika kazi ya elimu kama kila shule ingekuwa imewekwa katika mahali panapowezesha wanafunzi kupata ardhi ya kulima na kufikika mpaka mashambani na misituni. {CHSw 190.4}

Katika nyanja za burudani kwa mwanafunzi, matokeo bora zaidi hupatikana kupitia ushirikiano wa karibu na mwalimu. Mwalimu wa kweli anaweza kuwapa wanafunzi wake zawadi chache ambazo zina thamani kama zawadi ya ushirikiano wake binafsi. Hili ni kweli kwa wanaume na wanawake, na ni mara ngapi zaidi basi, itakuwa kwa vijana na watoto, kwamba ni pale tu tunapogusana kwa huruma kwao, ndipo tunaweza kuwaelewa; na tunahitaji kuwaelewa ili kuwawezesha kwa ufanisi zaidi. Ili kuimarisha kiungo cha huruma kati ya mwalimu na mwanafunzi, njia chache zinazohesabiwa sana ni kuungana kwa furaha pamoja, nje ya darasa. Katika baadhi ya shule, mwalimu huwa pamoja na wanafunzi wake katika muda wao wa burudani. Huyu anaungana nao katika shughuli zao, katika matembezi, na

kuwa nao katika harakati na kuonekana kana kwamba ni moja wa hao. Ingekuwa heri kwa shule zetu kwa jumla, kama utaratibu huu ungefuatwa kwa wingi zaidi. Kujidhabihu kunakohitajika kwa mwalimu ni jambo kubwa, lakini angevuna thawabu ya thamani isiyo ya kawaida. {CHSw 191.1}

Hakuna burudani inayowasaidia wao wenyewe pekee itakayokuwa baraka kubwa kwa watoto na vijana kama ile inayowafanya wawe na msaada kwa wengine. Vijana, ambao kwa asili wana msisimko na kuathiriwa kwa urahisi, vijana hawa huwa wepesi kujibu mapendekezo kwa haraka. Katika kupanga utunzaji wa mimea, hebu mwalimu na yeye ajaribu kuamsha hamu ya kupamba viwanja vya shule na chumba cha madarasa. Faida yake itakuwa mara mbili. Yule mwanafunzi anayejaribu kupamba na kuviweka vitu vipendeze, hawezi kuviacha viharibike hivi hivi tu au kuchakaa. Ladha iliyosafishwa, kupenda utaratibu, na tabia ya kutunza zitaungwa mkono; na roho ya ushirikiano na mshikamano utakaoendelezwa utakuwa baraka katika maisha yote kwa mwanafunzi. {CHSw 191.2}

Vilevile, shauku mpya inaweza kuanzishwa kwa kazi ya bustani au matembezi ya mashambani na msituni, wakati wanafunzi wanapotiwa moyo kukumbuka wale waliofungiwa kwenye majumba yao, na hivyo hawawezi kutoka nje (shut-ins) sehemu hizi za kupendeza na kufanya watu wafurahi, na kushiriki nao vitu vya ajabu na kupendeza vya asili. {CHSw 192.1}

Mwalimu ambaye ana uoni makini, atapata fursa nyingi za kuelekeza wanafunzi katika matendo ya msaada. Haswa kwa watoto wadogo, mwalimu hutendewa kwa heshima na imani karibu bila kikomo. Chochote atakachopendekeza kuhusu njia za kusaidia nyumbani, uaminifu katika kazi za kila siku, huduma kwa wagonjwa au maskini, hukaribia kutoshindwa kuzaa matunda. Na

kwa hivyo, faida ya mara mbili itapatikana tena. Pendekezo la wema litaathiri mwanzilishi wake. Moyo wa shukrani na ushirikiano kutoka kwa wazazi utapunguza mzigo wa mwalimu na kuangaza njia yake. {CHSw 192.2}

Kinga Dhidi ya Uovu

Kuzingatia burudani na utamaduni wa mwili wakati mwingine, bila shaka, kutavuruga ratiba ya kawaida ya kazi za shule; lakini hiyo haitakuwa kizuizi cha kweli. Katika kuimarisha akili na mwili, kukuza roho isiyo ya ubinafsi, na kumwunganisha mwanafunzi na mwalimu kwa kiungo cha maslahi ya pamoja na ushirikiano wa kirafiki, matumizi ya muda na juhudi yatakuwa na malipo mara mia. Njia ya baraka itatolewa kwa nguvu isiyo na utulivu ambayo mara nyingi ni chanzo cha hatari kwa vijana. Kama kinga dhidi ya uovu, kufikiri kwa akili juu ya mema ni vyema zaidi kuliko vizuizi visivyo na idadi vya sheria na nidhamu. {CHSw 192.3}

AFYA NA UIMARA

Testimonies for the Church 4:264-270 (1876)

Ni lazima, ili kufuatilia kazi hii kubwa na ngumu, kwamba wahudumu wa Kristo wawe na afya ya kimwili. Ili kufikia lengo hili ni lazima wawe na mazoea endelevu ya kudumu na waasili mfumo wa maisha wenye afya. Wengi wao wanaendelea kulalamika na kuteseka kutokana na mambo mbalimbali. Hili hutokea karibu kila mara kwa sababu hawafanyi kazi kwa busara wala kuzingatia sheria za afya. Mara nyingi hubakia sana ndani ya nyumba, wakichukua vyumba vilivyopata joto vilivyojaa hewa chafu. Huko wanajikaza sana

kusoma au kuandika, kufanya mazoezi kidogo ya mwili, na kuwa na mabadiliko kidogo ya kazi. Kama matokeo, damu inakuwa na uvivu, na nguvu za akili zinadhoofika. {CHSw 193.1}

Mfumo mzima unahitaji ushawishi wa kuimarisha wa mazoezi katika eneo la wazi. Saa chache za kazi ya mikono kila siku ingekuwa na mwelekeo wa kufanya upya nguvu za mwili na kupumzika na kuburudisha akili. Kwa njia hii afya ya jumla ingehamasishwa, na kiasi kikubwa cha kazi ya kichungaji kingeweza kufanywa. Usomaji na uandishi usiokoma wa wachungaji wengi hauwafai kwa kazi ya uchungaji. Wanatumia wakati muhimu katika masomo ya kufikirika/nadharia, ambayo yanapaswa kutumiwa kuwasaidia wahitaji kwa wakati ufaao…….{CHSw 193.2}

Wachungaji wetu waliofikia umri wa miaka arobaini au hamsini wasijisikie kuwa utumishi wao hauna ufanisi kuliko ulivyokuwa hapo zamani. Watu wenye umri na uzoefu ndiyo wanaopaswa kuweka juhudi zenye nguvu na zilizoelekezwa vizuri. Wanahitajika hasa wakati kama huu; makanisa hayawezi kumudu kuachana nao. Watu kama hao hawapaswi kuzungumzia unyonge wa kimwili na kiakili wala kuhisi kwamba siku yao ya kuwa na manufaa imekwisha. {CHSw 193.3}

Wengi wao wameteseka kutokana na uhenyeshaji mkali wa akili, ambao haujapumzishwa kwa njia ya mazoezi ya mwili. Matokeo yake ni kuzorota kwa nguvu zao na tabia ya kukwepa majukumu. Wanachohitaji ni nguvu-kazi zaidi (kazi zinazoshugulisha mwili). Hili haliko peke yake kwa wale ambao vichwa vyao ni vyeupe kwa mvi na barafu ya wakati, lakini watu wachanga katika miaka wameanguka katika hali sawa na hiyo na kuwa dhaifu kiakili. Wana orodha za hotuba zilizotengenezwa, lakini ikiwa wanavuka mipaka ya haya wanapoteza hekima na sauti zao. {CHSw 194.1}

Mchungaji wa mtindo wa kizamani-oldfashioned Pastor, ambaye alisafiri kwa farasi na kutumia muda mwingi katika kutembelea kundi lake la washiriki, alifurahia afya bora zaidi, licha ya magumu yake na fursa ya kufahamu mazigira yanayomzunguka, kuliko wahudumu wetu wa siku hizi, ambao huepuka shughuli zote za kimwili kadri inavyowezekana na kujifungia kwenye vitabu vyao. {CHSw 194.2}

Wahudumu wenye umri na uzoefu wanapaswa kuhisi kuwa ni wajibu wao, kama watumishi wa Mungu walioajiriwa, kusonga mbele, kufanya maendeleo kila siku, kuendelea kuwa wastadi zaidi katika kazi yao, na kukusanya daima mambo mapya ya kuwaeleza watu na kuwa na ufanisi. Kila juhudi ya kufafanua Injili inapaswa kuwa na uboreshaji juu ya ile iliyotangulia. Kila mwaka wanapaswa kusitawisha utauwa zaidi, roho nyororo, hali ya kiroho zaidi, na ujuzi kamili zaidi wa Kweli ya Biblia. Kadri umri na uzoefu wao unavyokuwa mkubwa, ndivyo wanavyoweza kukaribia mioyo ya watu kwa ukaribu zaidi, wakiwa na ujuzi kamili zaidi juu yao. **[Testimonies for the Church 4:264-270 (1876).]** {CHSw 194.3}

VIPINDI VYA KUPUMZIKA

Testimonies for the Church 1:514-515 (1867)

Nilioneshwa kuwa watunza Sabato ni watu ambao hufanya kazi kwa bidii bila kujipatia mabadiliko au kuwa na vipindi vya mapumziko. Burudani ni muhimu kwa wale ambao wanafanya kazi za mwili/mikono na bado ni muhimu zaidi kwa wale ambao wanafanya kazi za akili. Siyo lazima kwa wokovu wetu, wala kwa utukufu wa Mungu, kuiweka akili ifanye kazi kila wakati kupita kiasi, hata kama ni kuhusiana na mambo ya kidini. Kuna burudani, kama vile kucheza ngoma, kucheza kadi, bao, drafti, nk, ambayo hatuwezi kuyaidhinisha,

kwa sababu Mbingu inayalaani. Burudani hizi hufungua mlango wa uovu mkubwa. Hazina faida katika tabia yao, bali zina ushawishi wa kusisimua, na katika akili za watu hupelekea shauku ya michezo hiyo ambayo husababisha kamari na uuharibifu. Michezo yote kama hii inapaswa kulaaniwa na Wakristo, na kitu kisicho na hatia/madhara kabisa kinapaswa kuwa badala ya michezo hiyo. {CHSw 195.1}

Niliona kwamba likizo zetu hazipaswi kutumiwa katika kufuata mfano wa ulimwengu, pia hazipaswi kupitwa bila kutambuliwa, kwani hii italeta hali ya kutoridhika kwa watoto wetu. Katika siku hizi ambazo kuna hatari kwamba watoto wetu wataathiriwa na ushawishi mbaya, na kuharibiwa na anasa na msisimko wa ulimwengu, hebu wazazi wajifunze ili kupata kitu kitakachokuwa mbadala wa matumbuizo au burudani zenye hatari zaidi. Wafanye watoto wenu waelewe kwamba mna mtazamo mzuri na wenye furaha kwao. {CHSw 195.2}

Hebu familia kadhaa zinazoishi mjini au kijijini ziungane na kuacha kazi ambazo zimechosha mwili na akili, kisha zifanye safari kwenda pembezoni mwa ziwa zuri au kwenye shamba zuri ambapo mandhari ya asili ni mazuri. Wanapaswa kujipatia chakula safi, chenye afya na sahili, na kizuri, matunda na nafaka bora, na kutandaza meza yao chini ya kivuli cha mti au chini ya dari ya mbinguni. Kuendesha farasi, mazoezi, kuwa katika haya mandhari, kutaongeza hamu ya kula, na watu wanaweza kufurahia raha ambayo wafalme wanaweza kuihusudu. {CHSw 195.3}

Katika matukio kama hayo wazazi na watoto wanapaswa kujisikia huru kutoka katika masumbufu, kuhenyeka katika kazi, na fadhaa. Wazazi wanapaswa kuwa watoto wakiwa na watoto wao, wakifanya kila kitu kuwa cha kupendeza kwao kadri iwezekanavyo. Hebu siku nzima itumiwe kwa burudani. Mazoezi katika uwanja wa wazi kwa wale ambao kazi zao zimekuwa za ndani na hukaa tu kwenye viti, yatakuwa na faida kwa afya. Wote wanaoweza, wanapaswa kuhisi jukumu la kufuata hatua hii. Hakuna kitakachopotea, bali

watanufaika sana. Wanaweza kurudi kazini kwao na maisha mapya na ujasiri mpya wa kushiriki katika kazi yao kwa bidii na ari, na wakiwa wamejiandaa vyema kupinga magonjwa. **[Testimonies for the Church 1:514, 515 (1867).]** {CHSw 196.1}

MWANGA WA JUA NYUMBANI

Ikiwa mngependa nyumba zenu kuwa nzuri na za kuvutia, mzifanye ziwe zenye kung'aa na hewa na mwangaza wa jua. Ondoa mapazia yako mazito, fungua madirisha, ondoa vidhibiti-mwanga (blinds), na ufurahie mwangaza wa jua, hata ikiwa ni kwa gharama ya mwanga wa jua kupausha rangi ya mazulia yako. Jua la thamani linaweza kufifisha rangi ya mazulia yako, lakini litatoa rangi yenye afya na kunawiri kwenye mashavu ya watoto wako. Ikiwa mna uwepo wa Mungu na mna mioyo ya dhati na bidii, yenye upendo, nyumba ya unyenyekevu/sahili iliyong'arishwa na hewa na mwangaza wa jua, na ucheshi unaokaribisha, na ukarimu usio na ubinafsi, vitakuwa katika familia yenu, na kwa msafiri aliyechoka, mbingu ya hapa duniani. **—Testimonies for the Church 2:527 (1870).** {CHSw 196.2}

BURUDANI ZISIZORUHUSIWA

Testimonies for the Church 4:652, 653 (1881)

Imewapasa wale wote wanaosoma kupata muda wa kupumzika. Akili haipaswi kufungwa na mawazo kila wakati kwani chombo hiki adhimu yaani mwili huchoka na kuvunjika. Mwili na akili vyapaswa kufanyishwa mazoezi, Japo, kuna uhitaji mkubwa wa kuwa na kiasi katika burudani kama tu ilivyo katika kila nyanja ya maisha. Tabia ya burudani hizi zinatakiwa zichunguzwe kwa kina na umakini, Kila kijana hana budi kujihoji: Je, burudani hizi zitaleta athari gani katika afya ya mwili, akili na tabia? Je, akili yangu itapumbazwa kiasi cha kumsahau Mungu? Je, nitaacha kuudumisha utukufu Wake daima mbele yangu? {CHSw 197.1}

Uchezaji-karata hauna budi kupigwa marufuku, mwelekeo na matokeo yake siku zote huwa ni hatarishi, mfalme wa nguvu za giza hutamalaki katika chumba ambacho kuna uchezaji karata. Malaika waovu ni wageni waliozoeleka katika maeneo hayo. Burudani za namna hiyo hazina faida yoyote katika roho wala mwili, Hazina chochote kiwezacho kuiimarisha akili, haziipatii akili hazina ya njozi na mawazo ya thamani kwaajili ya siku za mbeleni. Mada ambazo huendelea kuzungumzwa katika katika maeneo hayo ni ya upuuzi huwa zina maadili ya kushuka chini, mizaha, matusi na maneno maovu na machafu yenye kuuharibu utu na hadhi ya mtu, huzungumzwa katika maeneo hayo. Michezo ya aina hii ni mibaya sana, haina maana, haina matumaini, matunda au faida yoyote, na ni ya hatari kuliko yote kwa kijana kujihusisha nayo. Wale wanaojihusisha na uchezaji wa karata (au kamari) huvutiwa na kusisimka na kuwa waraibu wa mchezo huo nao hupoteza hamu ya kufanya kazi katika nyadhifa muhimu za manufaa na za juu. Umahiri wa kucheza karata huamsha shauku kali ya kuutumia ujuzi huo kujinufaisha binafsi. Shauku hiyo huanza kidogo kidogo kwa kubeti pesa ndogo na hatimaye kiu ya kucheza (kamari) hupatikana na kisha hudumu, nayo hakika hupelekea uangamivu. Ni vijana wangapi walioingia katika wimbi la uzoefu huu wa kufisha, waliojiletea umasikini, waliofungwa jela, waliojiingiza katika mauaji na kuishia kunyongwa kwasababu ya mchezo huu! Na bado wazazi wengi hawalioni korongo la uangamivu lililo tayari kuwameza, kama simba anayepiga mwayo. {CHSw 197.2}

Miongoni mwa maeneo hatari zaidi ya starehe ni kumbi za maonesho (resorts of theatre-sinema, drama na maonyesho mengi ambayo siku hizi yapo kwenye simu na computer pia). Badala ya kuwa shule ya maadili mema na mambo mazuri kama inavyodaiwa mara nyingi lakini ndiyo karakana/kitovu cha maadili mabaya. Tabia mbaya za uovu na dhambi huimarishwa na kuthibitishwa na burudani hizi. Nyimbo za matusi na maadili mabaya, ishara chafu za ngono kama ponografia, maneno, na mitazamo, hupotosha mawazo na

kushusha/kungoa maadili. Kila kijana ambaye ana mazoea ya kuhudhuria maonesho kama haya ataishia kupotoshwa katika kanuni/misingi yake. Hakuna maeneo yenye nguvu ya ushawishi mkubwa katika ardhi yetu ambayo huweza kuyatia sumu mawazo, kuharibu hisia za kiroho/dini, na kuhafifisha ladha ya furaha tulivu pamoja na uhalisia/Ukweli wa maisha kuhusu kiasi kama kumbi za maonesho ya tamthiliya*. Upendo wa matukio kama hayo huongezeka kila kukicha, unapoendekezwa, kwani hamu ya kutumia vinywaji vyenye kulevya huimarishwa kadri mtu anavyokunywa. Njia pekee iliyo salama ni kujiepusha na kumbi za maonesho, sarakasi/mazingaombwe (circus), na kila sehemu ya maburudisho itiayo mashaka. {CHSw 198.1}

Zipo njia tofauti za maburudisho zilizo na faida kubwa kwa akili na mwili. Akili angavu, yenye uwezo wa kuchanganua mambo, huona nafasi tele za burudani na kutoka katika vyanzo ambavyo si tu ni vya kweli bali vinavyoelimisha. Burudani katika maeneo ya wazi, kuzitafakari kazi za uumbaji, yaani vitu vya asilia vya Mungu, itakuwa ni vya faida ya hali ya juu. **[Testimonies for the Church 4:652, 653 (1881).]** {CHSw 198.2}

MAZOEZI KAMA NJIA YA KUPONYA

[Christian Temperance and Bible Hygiene, 100, 101 (1890).]

Wazo la kwamba wale ambao wamehenyesha kwa kupindukia nguvu zao za akili na mwili, au waliovunjika kimwili au kiakili, lazima waache shughuli zote ili kurejesha afya ni makosa makubwa. Katika baadhi ya matukio, kupumzika kabisa kwa muda mfupi kunaweza kuwa muhimu, lakini matukio kama haya ni nadra. Katika hali nyingi, mabadiliko makubwa sana hayatafaidisha. {CHSw 199.1}

Wale ambao wamevunjika kutokana na kazi ya akili yenye kuhenyesha sana, wanapaswa kupumzika

kutoka kwenye mawazo yanayochosha; lakini kuwafundisha kwamba ni makosa, au hata hatari, kutumia nguvu zao za akili kabisa kunawafanya waone hali yao kama mbaya zaidi kuliko ilivyo kweli. Wanafikia kuwa wenye wasiwasi na hatimaye wanajikuta wao wenyewe kuwa ni mzigo unaowazidi wale wanaowatunza. Katika hali kama hii, kupona kwao kunakuwa na mashaka makubwa. {CHSw 199.2}

Wale ambao wamepoteza nguvu zao za kimwili hawapaswi kushauriwa kuacha kazi kabisa. Kuwazuia kufanya mazoezi yoyote mara nyingi kunaweza kuzuia urejesho wa afya yao. Kupenda huunganishwa na kazi ya mikono; na pale nguvu ya kupenda inapotulia, mawazo yanakuwa yasiyo ya kawaida, hali inayofanya mgonjwa kushindwa kuhimili ugonjwa. Kutofanya kazi ni laana kubwa zaidi inayoweza kumkumba mtu katika hali kama hiyo. {CHSw 199.3}

Mfumo wa ajabu, wa asili na mzuri wa mwili unahitaji kuendelea kufanya mazoezi ili uweze kuwa katika hali ya kufanikisha lengo ambalo umetengenezwa kwa ajili yake. Mfumo wa kutofanya lolote ni hatari katika hali yoyote. Mazoezi ya kimwili katika mwelekeo wa kazi yenye manufaa huathiri kwa furaha akili, huimarisha misuli, huimarisha mzunguko wa damu, na huwapa wagonjwa na wale waliokuwa hawawezi, hisia ya kuridhika ya kujua ni kiasi gani wanaweza kustahimili, na kwamba si bure kabisa katika dunia hii yenye shughuli nyingi; kinyume chake, pale mazoezi yanapopunguzwa, umakini wao unageukia kwao wenyewe na wako hatarini kila wakati ya kutia chumvi wanaposimulia matatizo yao. Iwapo wagonjwa na watu waliolemaa, wangejihusisha na mazoezi ya kimwili yaliyoratibiwa vizuri, wakitumia nguvu zao bila kuzipitiliza na kunyanyasa mwili, wangeona kuwa ni wakala madhubuti na wenye ufanisi katika urejeshwaji wao wa afya. {CHSw 199.4}

KUTEMBEA KWA AJILI YA MAZOEZI

Wale walio wanyonge na wavivu wasikubali mwelekeo wao wa kutofanya kazi, hawapaswi kujinyima hewa na mwanga wa jua, bali wanapaswa kujizoesha kufanya mazoezi ya nje ya nyumba wakitembea au kufanya kazi kwenye bustani. Huchoka sana, lakini jambo hili halitawaumiza……. Dada yangu, utapata uchovu, lakini hautakuumiza; mapumziko yako yatakuwa mazuri baadaye. Kutokufanya kazi kunadhoofisha viungo ambavyo havifanyi mazoezi. Na wakati viungo hivi vinatumiwa, maumivu na uchovu hutokea, kwa sababu misuli imekuwa dhaifu. Sio jambo zuri kuacha baadhi ya misuli isifanye kazi kwa sababu tu itapata maumivu. Maumivu mara nyingi husababishwa na jitihada za asili kutoa uhai na nguvu kwa sehemu zisizo na uhai kwa sababu ya kutofanya kazi kwa muda mrefu. Utendaji wa misuli hii mirefu ambayo haikuwa ikitenda kazi kwa muda mrefu itasababisha maumivu, kwa sababu uwezo wa asili aliouweka Mungu, ndio unayoiamsha ili iishi. {CHSw 200.1}

Kutembea, katika hali zote pale inapowezekana, ni dawa bora kwa miili yenye magonjwa, kwa sababu katika zoezi hili viungo vyote vya mwili hutumika. Wengi wanaotegemea tiba za kuvisogeza/kuvijongeza viungo wanaweza kufanikiwa zaidi kwa kufanya mazoezi ya misuli kuliko ambavyo wangeweza kusaidiwa kwa kuhama na kwenda mahali pengine. Katika baadhi ya matukio kutofanya mazoezi husababisha matumbo na misuli kudhoofika na kusinyaa, na viungo hivi ambavyo vimedhoofika kwa kutofanya kazi vitaimarishwa na mazoezi. Hakuna mazoezi ambayo yanaweza kuchukua nafasi ya kutembea. Kwa kutembea, mzunguko wa damu huboreshwa zaidi. **—Testimonies for the Church 3:78 (1871).** {CHSw 200.2}

DHAMBI YA KUTOJISHUGHULISHA

Mazoezi ya mwili pamoja na kazi vina ushawishi mzuri, uletao furaha juu ya akili, huimarisha misuli, huboresha mzunguko wa damu, na kuwapa wagonjwa kuridhika kwa kujua nguvu zao wenyewe za ustahimilivu; wakati mtu amezuiliwa kufanya mazoezi ya afya na kazi ya mwili, umakini wake unaelekezwa kwake mwenyewe. Anakuwa katika hatari ya kila wakati kujifikiria kuwa ana hali mbaya kuliko vile mambo yalivyo na kutengeneza taswira ya ugonjwa ndani yake ambayo humfanya aogope kila wakati kuwa anapitiliza katika kuzitumia nguvu zake za uvumilivu. Kama jambo la jumla, ikiwa atashiriki katika kazi iliyoratibiwa vizuri, akitumia nguvu yake na sio kuitumia vibaya, atagundua kuwa mazoezi ya mwili yatathibitisha wakala mwenye nguvu zaidi na mzuri katika kupona kwake kuliko hata tiba ya maji anayopokea. {CHSw 201.1}

Ukosefu wa utendaji wa akili na mwili kama vile kazi ya maana inavyohusika, ndio inayowafanya walemavu na wagonjwa wengi kuendelea katika hali ya udhaifu ambao wanajihisi hawana nguvu ya kuinuka juu. Pia huwapa fursa kubwa ya kuendekeza mawazo/taswira chafu…….undekezaji ambao umewaleta wengi wao katika hali yao ya sasa ya udhaifu. Wanaambiwa kwamba wametanua wigo mpana wa nguvu zao katika kazi ngumu, wakati katika kesi tisa kati ya kumi kazi waliyoifanya ndio pekee iliyokuwa mkombozi katika maisha yao na iliwaokoa kabisa, kutoka katika uharibifu. Wakati ambao akili zao zilikuwa zinajishughulisha wasingekuwa na fursa nzuri ya kuharibu miili yao na kukamilisha kazi ya kujiharibu wao wenyewe. Kufanya watu wote hao waache kushughulisha ubongo na misuli ni kuvipa fursa adhimu viungo hivyo kuchukuliwa mateka na majaribu ya Shetani. **—Testimonies for the Church 4:94, 95 (1876).** {CHSw 201.2}

FUNGUA MADIRISHA YA ROHO

Mzigo wa dhambi, pamoja na machafuko yake na tamaa zisizoridhishwa, ndipo upo katika msingi wa sehemu kubwa ya magonjwa yanayomtesa mdhambi. Kristo Ndiye mponyaji hodari na mkuu wa roho inayougua dhambi. Masikini hawa wanaoteseka wanahitaji kuwa na maarifa ya wazi zaidi ya Yeye ambaye kumjua, ni uzima wa milele. Wanahitaji kufundishwa kwa uvumilivu na fadhili lakini kwa bidii na dhati, jinsi ya kufungua madirisha ya roho na kuruhusu mwangaza wa jua wa upendo wa Mungu uingie ili kuangaza vyumba vya giza vya akili. Ukweli ulioinuliwa zaidi wa kiroho unaweza kuletwa nyumbani ndani ya moyo na vitu vya maumbile/nature. Ndege wa angani, maua ya kondeni katika urembo wao unaong'aa yakipepea, nafaka zinazochipuka, matawi yenye matunda ya mzabibu, na miti ikitoa matawi yake laini, machweo ya jua matukufu, mawingu mekundu yanayotabiri kesho njema, majira yanayojirudia —Haya yote yanaweza kutufundisha masomo muhimu ya uaminifu na imani. Mawazo hapa yana uwanja wenye matunda yanayoweza kuwa tofauti tofauti. Akili mahiri inaweza kutafakari kwa kuridhika zaidi juu ya yale masomo ya Ukweli wa Bwana ambayo Mkombozi wa ulimwengu ameyahusisha na vitu vya asili. {CHSw 202.1}

Kristo aliwakemea vikali watu wa wakati Wake kwa sababu hawakuwa wamejifunza kutoka kwenye asili/nature masomo ya kiroho ambayo wangeweza kujifunza. Vitu vyote, vilivyo hai na visivyo na uhai, vinamwelezea mwanadamu kuhusu ujuzi wa Mungu. Akili ile ile ya Bwana inayofanya kazi juu ya vitu vya asili inazungumza na akili na mioyo ya wanadamu, na kuunda hamu isiyoelezeka ya kitu ambacho hawana. Vitu vya ulimwengu haviwezi kukidhi hamu yao. **—Testimonies for the Church 4:579, 580 (1881).** {CHSw 202.2}

SEHEMU YA 5 — SANITARIUM—MALENGO YAKE

MPANGO WA MUNGU KATIKA SANITARIUM ZETU

Testimonies for the Church 6:219-228 (1900)

Kila taasisi iliyoanzishwa na Waadventista Wasabato inapaswa kuwa kwa ulimwengu kama vile Yusufu alivyokuwa kwa Misri na kama vile Danieli na wenzake walivyokuwa kwa Babeli. Kama vile katika majaliwa ya Mungu, watu hawa wateule walichukuliwa mateka, ilikuwa ni kubeba kwa mataifa ya kipagani/kikafiri baraka zinazokuja kwa wanadamu kupitia ujuzi wa Mungu. Walipaswa kuwa wawakilishi wa Yehova. Hawakupaswa kamwe kufanya maridhiano na waabudu sanamu; imani yao ya kidini na jina lao wakiwa waabudu wa Mungu aliye hai walipaswa kuibeba kuwa tunu/heshima ya pekee. {CHSw 203.1}

Na hivi walifanya. Katika mafanikio na katika shida walimheshimu Mungu, na Mungu akawaheshimu wao. **[Testimonies for the Church 6:219-228 (1900).]** {CHSw 203.2}

Ndivyo ilivyo madhumuni ya taasisi zilizoanzishwa na watu wa Mungu leo ni kwa ajili ya kulitukuza Jina Lake. Njia pekee ambayo tunaweza kutimiza matarajio Yake ni kwa kuwa wawakilishi wa Ukweli kwa wakati huu. Mungu anapaswa kutambuliwa katika taasisi zilizoanzishwa na Waadventista Wasabato. Kwao Ukweli wa wakati huu unapaswa kuwakilishwa mbele ya ulimwengu kwa nguvu ya kusadikisha. {CHSw 203.3}

Tumeitwa kuwakilisha kwa ulimwengu tabia ya Mungu kama ilivyofunuliwa kwa Musa. Katika kujibu maombi ya Musa, "***Akasema, Nakusihi unionyeshe utukufu Wako. Akasema, Nitapitisha wema Wangu wote mbele yako, Nami***

nitalitangaza Jina la BWANA mbele yako; Nami nitamfadhili yeye nitakayemfadhili; nitamrehemu yeye nitakayemrehemu. BWANA akapita mbele yake, akatangaza, BWANA, BWANA, Mungu mwingi wa huruma, Mwenye fadhili, si mwepesi wa hasira, mwingi wa rehema na kweli; Mwenye kuwaonea huruma watu elfu elfu, mwenye kusamehe uovu na makosa na dhambi; wala si Mwenye kumhesabia mtu mwovu kuwa hana hatia kamwe; Mwenye kuwapatiliza watoto uovu wa baba zao, na wana wa wana wao pia, hata kizazi cha tatu na cha nne.." Kutoka 33:18, 19; 34:6, 7. Hili ndilo tunda ambalo Mungu anataka kutoka kwa watu Wake. Katika usafi wa tabia zao, katika utakatifu wa mitindo yao ya maisha yao, katika rehema na fadhili zao na huruma, wanapaswa kudhihirisha kwamba *"sheria ya Bwana ni kamilifu, huiburudisha nafsi". Zaburi 19:7.* {CHSw 203.4}

Kusudi la Mungu kwa ajili ya taasisi Zake leo linaweza pia kusomwa katika kusudi alilotaka kutimiza kupitia taifa la Kiyahudi. Kupitia Israeli ilikuwa ni mpango Wake kutoa baraka tele kwa watu wote. Kupitia kwao njia ilipaswa kutayarishwa kwa ajili ya kueneza nuru Yake kwa ulimwengu wote. {CHSw 204.1}

Mungu alitamani kuwafanya watu Wake Israeli kuwa sifa na utukufu. Kila faida ya kiroho walipewa. Mungu hakuwanyima chochote chema kwa malezi ya tabia ambayo yangewafanya wawe wawakilishi Wake. {CHSw 204.2}

Utii wao kwa sheria za Mungu ungewafanya wawe watu wa kushangaza na maajabu ya usitawi mbele ya mataifa ya ulimwengu. Yeye ambaye angeweza kuwapa hekima na ustadi katika kazi zote za teknolojia, sanaa, sayansi na ufundi (Kutoka 31) Yeye angeendelea kuwa mwalimu wao na angewatukuza na kuwainua kupitia utii kwa sheria Zake. Ikiwa wangetii, wangehifadhiwa kutokana na magonjwa ambayo yaliyatesa mataifa mengine na wangebarikiwa kwa nguvu za akili. Utukufu wa Mungu, ukuu Wake na uweza Wake, vilipaswa kufunuliwa katika ustawi wao wote. Walipaswa kuwa ufalme

wa makuhani na wakuu-watoto wa mfalme. Mungu aliwaandalia kila namna ya kuwa taifa kubwa zaidi duniani…. {CHSw 204.3}

Miaka iliyopita Bwana alinipa mwanga wa pekee kuhusiana na kuanzishwa kwa taasisi ya afya ambapo wagonjwa wangeweza kutibiwa kwa njia tofauti kabisa na zile zinazofuatwa katika taasisi nyingine yoyote katika ulimwengu wetu. Ilipaswa kuanzishwa na kuongozwa juu ya kanuni za Biblia, kama chombo cha Bwana, na ilipaswa kuwa mikononi Mwake mojawapo ya wakala wenye ufanisi zaidi wa kutoa nuru kwa ulimwengu. Lilikuwa kusudi la Mungu kwamba ingepaswa kusimama kidete kwa uwezo wa kisayansi, kwa nguvu za kiadili na kiroho, na kama mlinzi mwaminifu wa marekebisho katika nyanja zake zote. Wote ambao wangeshiriki katika hilo walipaswa kuwa wana matengenezo, wenye kuheshimu kanuni Zake, na kutii nuru ya matengenezo ya afya inayoangaza juu yetu kama watu. {CHSw 204.4}

Mwanga Mkuu

Mungu alipanga kwamba taasisi anayopaswa kuisimamisha isimame mnara unaobeba nuru au taaili kuonya na kukemea. Angeuthibitishia ulimwengu kwamba taasisi inayoendeshwa kwa kanuni za kidini, kama kimbilio la wagonjwa, inaweza kutegemezwa bila kuacha tabia Yake ya pekee, takatifu; kwamba inaweza kuwekwa huru kutokana na vipengele visivyofaa vinavyopatikana katika taasisi nyingine za afya. Ilipaswa kuwa chombo/nyenzo ya kuleta matengenezo makubwa. {CHSw 205.1}

Bwana alifunua kwamba ustawi wa Sanitarium haukupaswa kutegemea peke yake juu ya ujuzi na ustadi wa waganga wake, lakini kwa upendeleo wa Mungu. Ilipaswa kujulikana kama taasisi ambapo Mungu alikuwa alikubaliwa kuwa Mfalme na Mkuu ulimwengu, taasisi ambayo ilikuwa chini ya usimamizi Wake wa pekee. Wasimamizi wake walipaswa kumfanya Mungu kuwa wa kwanza na wa mwisho na bora katika kila jambo. Na katika hili ilikuwa ndiyo nguvu yake. Ikiwa ingeendeshwa kwa njia ambayo Mungu angeweza

kuidhinisha, ingefaulu sana, na ingesimama mbele ya taasisi nyingine zote za aina hiyo ulimwenguni. Nuru kuu, ujuzi mkuu, na mapendeleo ya hali ya juu yalitolewa. Na kwa mujibu wa nuru iliyopokelewa itakuwa ni jukumu la wale ambao walikabidhiwa kufanya uendeshaji na maendeleo ya kusogeza mbele taasisi. {CHSw 205.2}

Kadiri kazi yetu inavyopanuka na taasisi zimeongezeka, kusudi la Mungu katika kuanzishwa kwao hubaki vile vile. Hali za ustawi hazijabadilika. {CHSw 206.1}

Familia ya kibinadamu inateseka kwa sababu ya uvunjaji wa sheria za Mungu. Bwana anatamani kwamba wanadamu waongozwe kuelewa sababu ya mateso yao na njia pekee ya kupata kitulizo. Yeye Anatamani waone kwamba ustawi wao—kimwili, kiakili, na kimaadili—unategemea utii wao kwa sheria Yake. Ni kusudi Lake kwamba taasisi zetu ziwe kama somo lenye lengo linaloonyesha matokeo ya utii kwa kanuni sahihi. {CHSw 206.2}

Kutangaza Kanuni Za Afya

Katika maandalizi ya watu kwa ajili ya ujio wa pili wa Bwana kazi kubwa inapaswa kukamilishwa kupitia utangazaji wa kanuni za afya. Watu wanapaswa kufundishwa kuhusiana na mahitaji ya mwili na thamani ya maisha yenye afya kama inavyofundishwa katika Maandiko, ili miili ambayo Mungu ameumba itolewe Kwake dhabihu iliyo hai, iliyofaa kumtolea Yeye utumishi unaokubalika. Kuna kazi kubwa ya kufanywa kwa wanadamu wanaoteseka katika kuwaondolea mateso yao kwa kutumia wakala mbadala wa asili ambao Mungu amewapa na kuwafundisha jinsi ya kuzuia magonjwa kwa udhibiti wa hamu ya chakula na tamaa za mwili. Watu wanapaswa kufundishwa kwamba uvunjaji wa sheria za asili ni uvunjaji wa sheria za Mungu. Wanapaswa kufundishwa Ukweli wa kimwili na wa kiroho kwamba "***Kumcha BWANA huelekea uhai; Mithali 19:23.*** "Kama wataka kuingia katika uzima," Kristo asema, ***"shika amri."*** Mathayo 19:17.

Uzishike amri Zangu ukaishi, Na sheria Yangu kama mboni ya jicho lako." Mithali 4:22. {CHSw 206.3}

Sanitarium zetu ni nguvu ya kuelimisha ya kufundisha watu katika mistari hii. Wale wanaofundishwa wanaweza pia kuwapa wengine ujuzi wa kanuni za kurejesha afya na kuhifadhi afya. Hivyo sanitarium zetu zinapaswa kuwa nyenzo ya kuwafikia watu, wakala wa kuwaonyesha ubaya wa kutozingatia sheria za maisha na afya, na kuwafundisha jinsi ya kuhifadhi mwili katika hali bora. Vituo vya Sanitarium vinapaswa kuanzishwa katika nchi mbalimbali ambazo wamishenari wetu wameingia nazo na vinapaswa kuwa vituo ambapo kazi ya uponyaji, kurejesha na kuelimisha itaendelezwa. {CHSw 207.1}

Tunapaswa kufanya kazi kwa ajili ya afya ya mwili na kwa ajili ya kuokoa roho. Utume wetu ni sawa na ule wa Bwana wetu, ambaye imeandikwa kwamba alizunguka huko na huko akitenda mema na kuponya wote walioonewa na Shetani. Matendo 10:38. Anasema hivi kuhusu kazi Yake Mwenyewe: “Roho ya Bwana Mungu i juu yangu, kwa sababu Bwana amenitia mafuta kuwahubiri wanyenyekevu habari njema. "*Amenituma kuwatangazia wafungwa kufunguliwa kwao, na vipofu kupata kuona tena, kuwaacha huru waliosetwa." Isaya 61:1; Luka 4:18.* Tunapofuata kielelezo cha Kristo cha kufanya kazi kwa mema na manufaa ya wengine tutaamsha shauku yao kwa Mungu ambaye tunampenda na kumtumikia. {CHSw 207.2}

Kumbukumbu Kwa Ajili Ya Mungu

Sanitarium zetu katika idara zake zote zinapaswa kuwa Kumbukizi la Mungu, vyombo vyake vya kupanda mbegu za Ukweli katika mioyo ya wanadamu. Haya yatafanyika ikiwa tu yatafanyika ipasavyo. {CHSw 207.3}

Ukweli ulio hai wa taasisi zetu za tiba. Watu na kiu ya Ukweli, na

Mungu unapaswa kujulikana katika wengi wanaokuja hapo wana njaa unapotolewa ipasavyo wataupokea

kwa furaha. Sanitarium, zetu zimekuwa njia ya kuinua Ukweli kwa wakati huu na kuuleta mbele ya maelfu. Ushawishi wa kidini unaoenea katika taasisi hizi huwavuvia na kuwatia moyo wageni kwa ujasiri. Uhakikisho kwamba Bwana anasimamia pale, na maombi mengi yanayotolewa kwa ajili ya wagonjwa, yanavuta hisia mioyoni mwa watu. Wengi ambao hawakuwahi kufikiria hapo awali thamani ya nafsi, wanasadikishwa na Roho wa Mungu, na si wachache wanaoongozwa kubadili mwenendo wao wote wa maisha. Hisia na miguso ambayo haitafutika kamwe inafanywa kwa wengi ambao wamejiridhisha, ambao wamefikiri kiwango chao cha tabia kuwa cha kutosha, na ambao wamehisi kutokuwa na haja ya haki ya Kristo. Jaribio la wakati ujao litakapokuja, nuru itakapowajia watu, si wachache kati ya hawa watachukua msimamo wao pamoja na masalia wa Mungu. {CHSw 208.1}

Mungu anaheshimiwa na taasisi zinazoendeshwa kwa njia hii. Katika rehema Zake, Yeye amezifanya Sanitarium kuwa na uwezo mkubwa wa kutuliza mateso ya kimwili hivi kwamba maelfu wamevutwa kwao ili kuponywa magonjwa yao. Na kwa wengi, uponyaji wa mwili unaambatana na uponyaji wa roho. Kutoka kwa Mwokozi wanapokea msamaha wa dhambi zao. Wanapokea neema ya Kristo na kujitambulisha pamoja Naye, pamoja na maslahi Yake, heshima Yake. Wengi huenda zao kutoka kwa Sanitarium zetu wakiwa na mioyo mipya. Mabadiliko yameamuliwa kwa kukusudia. Hawa wakirudi makwao ni kama nuru ya ulimwengu. Bwana huwafanya kuwa mashahidi Wake. Ushahidi wao ni: “***Njoni, sikieni, ninyi nyote mnaomcha Mungu, Nami nitayatangaza aliyonitendea roho yangu.” Zaburi 66:16***. {CHSw 208.2}

Kwa hivyo kupitia mkono wa Mungu wetu unaostawi juu yao, nyumba zetu za Sanitarium zimekuwa njia ya kutimiza mema makubwa. Na zinapaswa kupanda juu zaidi. Mungu atafanya kazi pamoja na watu ambao watamheshimu. {CHSw 209.1}

Kazi ya Ajabu ni ile ambayo Mungu anakusudia kukamilisha kupitia watumishi Wake, ili Jina Lake litukuzwe. Mungu alimfanya Yusufu kuwa chemchemi ya uzima kwa taifa la Misri. Kupitia Yusufu maisha ya watu hao wote yalihifadhiwa. Kupitia Danieli Mungu aliokoa maisha ya watu wote wenye hekima wa Babeli. Na ukombozi huu ulikuwa kama masomo; haya yalionyesha kwa watu baraka za kiroho walizopewa kupitia uhusiano na Mungu ambaye Yusufu na Danieli walimwabudu. Kwa hiyo kupitia watu Wake leo Mungu anatamani kuleta baraka duniani. Kila mtenda kazi ambaye Kristo anakaa ndani ya moyo wake, kila mtu ambaye ataonyesha upendo Wake kwa ulimwengu, ni mtendakazi pamoja na Mungu kwa ajili ya kuwabariki wanadamu. Anapopokea kutoka kwa Mwokozi neema ya kuwagawia wengine, kutoka katika hali yake yote hutiririka wimbi la maisha ya kiroho. Kristo alikuja kama Tabibu Mkuu ili kuponya majeraha ambayo dhambi imetengeneza katika familia ya mwanadamu; na Roho Wake, akifanya kazi kupitia kwa watumishi wake, huwapa wanadamu wagonjwa, wanaoteseka nguvu kuu ya uponyaji ambayo ni ya ufanisi kwa mwili na roho. “***Katika siku hiyo watu wa nyumba ya Daudi, na wenyeji wa Yerusalemu, watafunguliwa chemchemi kwa dhambi na kwa unajisi.” Zekaria 13:1.*** Maji ya chemchemi hii yana zeri ya dawa ambayo yataponya udhaifu wa kimwili na wa kiroho. {CHSw 209.2}

Kutoka kwenye chemchemi hii hutiririka mto mkubwa unaoonekana katika maono ya Ezekieli. “[8] Ndipo akaniambia, Maji haya yanatoka kwenda pande za nchi ya mashariki, nayo yanashuka mpaka Araba, na kuingia katika bahari maji yatokezwayo yataingia baharini, na maji yake yataponyeka. [9] Tena itakuwa, kila kiumbe hai kisongamanacho, kila mahali itakapofika mito hiyo, kitaishi; kutakuwapo wingi mkubwa wa samaki, kwa sababu maji haya yamefika huko maana maji yale yataponyeka, na kila kitu kitaishi po pote utakapofikilia mto huo. [10] Tena itakuwa, wavuvi watasimama karibu nao; toka Engedi mpaka En-eglaimu, patakuwa ni mahali pa kutandazia

nyavu; samaki wao watakuwa namna zao mbalimbali, kama samaki wa bahari kubwa, wengi sana. [11] Bali mahali penye matope, na maziwa yake, hayataponywa; yataachwa yawe ya chumvi. [12] Na karibu na mto, juu ya ukingo wake, upande huu na upande huu, utamea kila mti wa chakula, ambao majani yake hayatanyauka, wala matunda yake hayatatindika kamwe; utatoa matunda mapya kila mwezi, kwa sababu maji yake yanatoka mahali patakatifu; na matunda yake yatakuwa ni chakula; na majani yake yatakuwa ni dawa.” **Ezekieli 47:8-12.** {CHSw 210.1}

Mungu anapanga kwamba nguvu Zake zinazofanya kazi kwenye Mto wa namna hii wa uzima na uponyaji, zitakuwepo hapo kwenye huduma za sanitarium zetu. **[Testimonies for the Church 6:219-228 (1900).]** {CHSw 210.2}

KANISA LENYE SIFA YA HUDUMA

Kristo amewapa Uwezo waumini Wake kufanya kazi ile ile Aliyofanya wakati wa huduma Yake duniani. Leo, Yeye bado ni Tabibu Mwenye huruma kama Alivyokuwa alipokuwa duniani. Tunapaswa kuwafahamisha walio na maumivu kwamba Kwake Yeye kuna Zeri, naam tiba kwa kila ugonjwa, na nguvu za kuponya kwa kila udhaifu. Wanafunzi Wake katika wakati huu wanapaswa kuomba kwaajili ya wagonjwa kwa hakika kama walivyokuwa wanafunzi Wake wa zamani waliomba. Na uponyaji utafuata, kwa kuwa “***Na kule kuomba kwa imani kutamwokoa mgonjwa yule.***” **(Yakobo 5:15)** Tunahitaji Uweza Roho Mtakatifu, na uthabiti wa amani tulivu unaoweza kudai ahadi za Mungu. **—The Review and Herald, June 9, 1904.** {CHSw 210.3}

MAJI YA UZIMA KWA NAFSI ZILIZO NA KIU

Bwana anataka 1 wanaume na wanawake wenye hekima, wakifanya kazi kama wauguzi, wasaidie na

kuwafariji wagonjwa na wenye mateso...{CHSw 211.1}

Kusudi la kuokoa roho ndilo msingi wa kuanzishwa kwa sanitaramu zetu. Katika huduma zetu za kila siku, tunakutana na nyuso nyingi zilizo na huzuni na uchovu. Huzuni hizi zinaonyesha nini? Ni hitaji, na kiu ya roho ya kupata amani ya Kristo. Watu masikini, wenye huzuni na walioteseka huenda kwenye visima vilivyobomoka-bomoka, ambavyo haviwezi kushikilia maji, wakiwa na matumaini ya kutokomeza kiu yao. Hebu hawa watu na waisikie sauti ikisema: "***Haya, kila aonaye kiu, njoni majini***," "***Wala hamtaki kuja Kwangu, mpate kuwa na uzima***." **(Isaya 55:1; Yohana 5:40)** {CHSw 211.2}

Sababu ya kuanzishwa kwa sanitariamu ni kwa lengo la kuongoza roho zilizo na kiu hadi kwenye maji ya uhai—sio sanitaramu kubwa za kutisha (mammoth) na ghali, bali taasisi ndogo, ambazo watu huhudumiwa kama familia, katika maeneo tulivu na yenye furaha. {CHSw 211.3}

Wagonjwa wanapaswa kufikiwa si kwa majengo makubwa, bali kwa kuanzishwa kwa sanitaramu ndogo ndogo, ambazo zitakuwa kama taa zinazoangaza gizani. Wale wanaoshiriki katika kazi hii wanapaswa kuakisi nuru ya uso wa Kristo. Wanapaswa kuwa kama chumvi ambayo haijapoteza ladha yake. Kwa kazi ya sanitaramu inayofanywa kwa usahihi, ushawishi wa dini safi na halisi utaenea kwa roho nyingi. {CHSw 211.4}

Kutoka katika sanitarium zetu, watenda kazi waliofunzwa wanapaswa kutoka na kuelekea kwenye maeneo ambako Kweli haijawahi kutangazwa, na kufanya kazi ya kimishenari kwa ajili ya Bwana, wakidai ahadi... ***"Lo na tazama, Mimi Nipo pamoja nanyi siku zote, hata ukamilifu wa dahari*** **Mathayo 28:20. Special Testimonies, Series B 8:13, 14 (1907).** {CHSw 211.5}

SANITARIUM NA KAZI YA INJILI

[The Review and Herald, March 23, 1905.]

Vituo vyetu vya uponyaji (sanitariamu) ni miongoni mwa njia zenye mafanikio makubwa zaidi za kuwafikia watu wa kila tabaka. Kristo Hayupo tena ulimwenguni kimwili ili azunguke katika miji, vijiji, na mitaa akiwaponya wagonjwa. Yeye Amewaagiza wajumbe Wake kwa kuwatuma ili waendeleze mbele kazi ya kimishenari ya afya ambayo Yeye Mwenyewe aliianzisha, na katika kazi hii tunapaswa kufanya kadri tuwezavyo kwa bidii zote. Taasisi za kuwatunza wagonjwa zinapaswa kuanzishwa, mahali ambapo wanaume na wanawake watawekwa chini ya utunzaji wa wamishenari wa afya wenye kumcha Mungu, na watapewa tiba bila kutumia madawa. Katika taasisi hizi, watakuja wale ambao wameisababishia miili yao maradhi kwa njia ya desturi zisizo sahihi za kula na kunywa. Watu hawa wanapaswa kufundishwa kanuni za maisha yenye afya. Hebu wafundishwe thamani ya kujinyima na kujikana nafsi. Wanapaswa kupewa chakula rahisi, safi, kinachofaa kwa afya na chenye ladha nzuri, na watunzwe na waganga na wauguzi wenye hekima. {CHSw 212.1}

Sanitariamu zetu ni mkono wa kuume wa Injili, zikifungua milango ambapo wanadamu wanaoteseka wanaweza kufikiwa kwa habari njema ya uponyaji kupitia Kristo. Katika taasisi hizi wagonjwa wanaweza kufundishwa kuzikabidhi hali zao kwa Yule Tabibu Mkuu, ambaye hushirikiana na jitihada zao za dhati za kurudisha afya, na kuwaletea uponyaji wa roho pamoja na uponyaji wa mwili. {CHSw 212.2}

Kuna kazi yenye thamani kuu ya kimishenari inayopaswa kufanyika katika sanitariamu zetu. Humo, Kristo pamoja na malaika Wake hufanya kazi ya kupunguza mateso ya maradhi ya mwili. Lakini kazi hiyo haipaswi kusimama hapo tu. Maombi yanayotolewa kwa ajili ya wagonjwa na kufunguliwa kwa Maandiko Matakatifu, huwapatia maarifa ya Yule Tabibu Mkuu wa kweli. Akili zao

huelekezwa Kwake kama Yule awezae kuponya kila maradhi. Hujifunza kuhusu kipawa kikuu cha uzima wa milele, ambacho Bwana Yesu anatamani sana kuwapatia wote wanaomkubali. Hujifunza jinsi ya kujiandaa kwa ajili ya makao ambayo Kristo ameenda kuandaa kwa wale wampendao. 'Nami nikienda,' alisema...***Basi Mimi nikienda na kuwaandalia mahali, nitakuja tena niwakaribishe Kwangu; ili nilipo Mimi, nanyi muwepo***. **Yohana 14:3**. Katika Neno la Mungu kuna ahadi za neema ambazo wale wanaoteseka, iwe kimwili au kiakili, nao wanaweza kupokea faraja, tumaini na moyo wa kutia wengine nguvu. {CHSw 212.3}

Mpango wa kuanzisha taasisi kwa ajili ya kuwatunza wagonjwa kwa namna ipasavyo ulitoka kwa Bwana. Yeye Amewafundisha watu Wake kwamba taasisi hizi zianzishwe. Taasisi hizo zinapaswa kuunganishwa na madaktari wenye akili mahiri, wamchao Mungu, ambao wanajua jinsi ya kuwahudumia wagonjwa kwa mtazamo wa daktari Mkristo mwenye ujuzi wa kweli. Madaktari hawa wanapaswa kuwa dhati, wenye bidii bidii na wenye utendaji hai, wakimtumikia Bwana kwa uaminifu. Wanapaswa kukumbuka kwamba wanahudumu katika nafasi na chini ya uangalizi wa Tabibu Mkuu. Wanasimama kama walinzi wa viumbe ambao Kristo aliwanunua kwa damu Yake Mwenyewe, na kwa hiyo ni lazima waongozwe na kanuni kuu, bora na tukufu, wakitekeleza mapenzi ya Tabibu Mmishenari wa mbinguni, ambaye daima anawaangalia wagonjwa na wanaoteseka. {CHSw 213.1}

Yeyote aliyewekwa kuwa mlinzi wa afya ya wagonjwa anapaswa kufahamu kwa uzoefu, nguvu ya kutuliza ya neema ya Kristo, ili kwa wale wanaomjia kutafuta tiba, aweze kuwashirikisha kwa maneno nguvu ya kuinua na kuhuisha inayotokana na Kweli ya Mungu mwenyewe. Daktari hastahili kuingia katika kazi ya umishenari ya tiba hadi pale atakapopata maarifa ya Yeye aliyekuja ili kuwaokoa roho zinazopotea na zilizougua kwa dhambi. Ikiwa Kristo Ndiye Mwalimu wake, na kama ana

maarifa ya Kweli ya uzoefu, basi ataweza kumwinua Mwokozi mbele ya wagonjwa na wanaokaribia kufa. {CHSw 213.2}

Wagonjwa huangalia kwa makini sura, maneno, na matendo ya daktari wao; na wakati daktari Mkristo anapopiga magoti kando ya kitanda cha mgonjwa, akimwomba Tabibu Mkuu achukue jambo hilo mikononi Mwake, huweka mguso na alama moyoni mwa mgonjwa ambayo inaweza kuzaa matokeo ya wokovu wa roho yake. {CHSw 214.1}

VITUO VYA SANITARIUM VINAHITAJIKA KWENYE MAENEO MENGI

Kristo aliujumuisha na kuukumbatia ulimwengu wote katika kazi Yake ya umishenari, na Bwana amenionesha kwa ufunuo kwamba si mpango Wake kwa vituo vikubwa kujengwa, kwa taasisi kubwa kuanzishwa, na kwa ajili ya fedha za watu wetu katika sehemu zote za dunia kumalizwa katika kutegemeza taasisi kubwa chache, wakati haja za nyakati zinataka jambo fulani lifanyike, kadiri majaliwa yanvyofungua njia, katika sehemu nyingi. Miundo-mbinu inapaswa kuanzishwa katika maeneo mbalimbali duniani kote. Kwanza sehemu moja, na kisha nyingine, ya shamba la mizabibu ifikiwe, hadi maeneo yote yamelimwa. Jitihada zinapaswa kufanywa popote penye uhitaji mkubwa zaidi. Lakini hatuwezi kuendeleza vita hivi vikali na wakati uo huo kufanya matumizi ya ubadhirifu wa fedha katika maeneo machache. {CHSw 214.2}

Kituo cha afya cha Battle Creek Sanitarium ni kikubwa mno. Watenda kazi wengi zaidi watahitajika kuwahudumia wagonjwa wanaokuja. Sehemu moja ya kumi (1/10) ya idadi ya wagonjwa wanaokuja kwenye taasisi hiyo ni wengi zaidi ya idadi ile inayoweza kuhudumiwa kwa matokeo bora katika kituo kimoja cha umishenari wa tiba. Vituo vinapaswa kuwekwa katika miji yote ambayo haijafahamu kazi kubwa ambayo Bwana angefanya ili kuuonya ulimwengu kwamba mwisho wa mambo yote umekaribia. 1 “Kuna mengi mno-vituo vingi mno,” alisema Mwalimu Mkuu, “katika sehemu

moja.”—**Testimonies for the Church 8:204, 205 (1903).** {CHSw 214.3}

KATIKA ULIMWENGU WOTE

Testimonies for the Church 7:51-60 (1902).

Mungu amewastahilisha watu Wake kuangazia nuru ulimwengu. Amewapatia stadi/uwezo ambazo kwazo wanapaswa kupanua kazi Yake mpaka itakapoizunguka dunia. Katika sehemu zote za dunia wanapaswa kuanzisha Sanitarium, shule, nyumba za uchapishaji, na vituo vya tiba na vituo vya urejeshwaji kwa ajili ya kufanikisha kazi Yake (kindred facilities). {CHSw 215.1}

Ujumbe wa kufunga kazi kwa Injili unapaswa kupelekwa kwa ***“kila taifa, kabila, lugha, na jamaa.” Ufunuo 14: 6.*** Katika nchi za nje shughuli nyingi za kuendeleza ujumbe huu ni lazima zianzishwe na kupelekwa mbele. Kufunguliwa kwa migahawa ya Afya na usafi (Hyegenic Restaurants) na vyumba vya tiba, na kuanzishwa kwa Sanitarium kwa ajili ya huduma ya wagonjwa na wanaoteseka, ni muhimu huko Ulaya kama tu ilivyo Amerika/Marekani. Katika nchi nyingi misheni za tiba zinapaswa kuanzishwa ili kutumika kama mkono wa Mungu wa msaada katika kuwahudumia waliotaabika. {CHSw 215.2}

Kristo anashirikiana na wale ambao hujihusisha na kazi ya umishenari wa tiba. Wanaume na wanawake ambao bila ubinafsi hufanya kile wawezacho kuanzisha Sanitarium na vyumba vya tiba katika nchi nyingi watapewa thawabu kubwa. Wale wanaotembelea taasisi hizi watafaidika kimwili, kiakili, na kiroho - wanadamu waliochoka wataburudishwa, wagonjwa watarejeshewa afya, na wale waliolemewa na dhambi watapata ahueni. Katika nchi za mbali, kutoka kwa wale ambao mioyo yao kupitia mawakala hawa inageuzwa kutoka katika huduma ya dhambi kwenda katika huduma za haki, shukrani na sauti za wimbo zitasikika. Kwa nyimbo zao za sifa za kushukuru ushuhuda utakaowavuta wengine kutii na kuwa na

ushirika na Kristo utatolewa. {CHSw 215.3}

Kuongoa roho kwa ajili ya Mungu ni kazi kubwa, adhimu na bora zaidi ambayo wanadamu wanaweza kuishiriki. Katika kazi hii nguvu ya Mungu, utakatifu Wake, uvumilivu Wake, na upendo Wake usio na mipaka vinafunuliwa. Kila uongofu wa Kweli humtukuza Yeye na kuwafanya malaika kuanza kuimba kwa shangwe. {CHSw 215.4}

Tunakaribia mwisho wa historia ya dunia hii, na maeneo tofauti ya kazi ya Mungu yanapaswa kupelekwa mbele na kujitoa kafara kunapaswa kufanywa zaidi kuliko ilivyo sasa. Kazi kwa ajili ya siku hizi za mwisho ni kazi ya umishenari katika namna ya pekee. Uwasilishaji wa Ukweli wa sasa, kutoka herufi ya kwanza ya alafabeti yake hadi ya mwisho, humaanisha juhudi za kimishonari. Kazi inayotakiwa kufanywa inahitaji kujitoa mhanga kwa kila hatua ya ukuaji. Kutoka katika huduma hii isiyo ya ubinafsi watendakazi watatoka wakiwa wametakaswa na kusafishwa kama dhahabu iliyojaribiwa kwenye moto. {CHSw 216.1}

Kuona roho zinazoangamia katika dhambi kunapaswa kutuchochea na kutuamsha kufanya bidii zaidi kutoa nuru ya Ukweli wa sasa kwa wale ambao wako gizani, na hasa wale ambao wapo katika maeneo ambayo kazi ya kuweka kumbukumbu za Mungu zimefanywa kidogo sana. Katika sehemu zote za ulimwengu kazi ambayo ilipaswa kufanywa zamani sana, sasa inapaswa kuanzishwa na kupelekwa mbele hadi kukamilika. {CHSw 216.2}

Katika Nchi Za Ulaya

Ndugu zetu kwa ujumla hawajapata shauku na pia hawajachukua hatua walizopaswa ili kuanzisha Sanitariam katika nchi za Ulaya. Kuhusiana na kazi katika nchi hizi, maswali yanayotatiza zaidi yatatokea kwa sababu ya hali za kipekee kwa maeneo mbali mbali. Lakini kutokana na nuru niliyopewa, taasisi zitaanzishwa ambazo, ingawa mwanzoni ni ndogo, lakini kwa baraka ya Mungu, zitakua kubwa na imara. {CHSw 216.3}

Taasisi zetu katika eneo lolote hazipaswi kusongamana katika eneo moja. Mungu kamwe hakuwahi kupanga kwamba nuru ya Kweli izuiwe kwa namna hiyo. Kwa muda taifa la Kiyahudi lilihitajika kuabudu huko Yerusalemu. Lakini Yesu alimwambia yule mwanamke Msamaria: ***"Unisadiki, saa inakuja ambayo hamtamwabudu Baba katika mlima huu, wala kule Yerusalemu." Lakini saa inakuja, nayo sasa ipo, ambayo waabuduo halisi watamwabudu Baba katika roho na Kweli. Kwa maana Baba awatafuta watu kama hao wamwabudu. Mungu ni Roho, nao wamwabuduo Yeye imewapasa kumwabudu katika roho na kweli." Yohana 4:21, 23, 24.*** Ukweli unapaswa kupandwa kila mahali ambapo tunaweza kupafikia. Unapaswa kupelekwa katika maeneo yenye ukavu ambayo bado hayajamjua Mungu. Watu watabarikiwa katika kumpokea Yule ambaye ndani Yake matumaini yao ya uzima wa milele yamejikita, kwani Ndiye kitovu. Kukubali Ukweli kama ulivyo katika Yesu kutajaza mioyo yao wimbo kwa Mungu. {CHSw 216.4}

Kutumia/kuchota kiwango kikubwa cha mali katika sehemu chache ni kinyume cha kanuni za Kikristo. Kila jengo linapaswa kujengwa kwa kuzingatia hitaji la majengo kama hayo katika maeneo mengine. Mungu anatoa wito kwa watu walio katika nafasi za uongozi katika kazi Yake wasizuie fedha ya kuendeleza kazi kwa kuzitumia kwa ubinafsi katika maeneo machache yaliyopendelewa, au kwa eneo moja au mawili ya kazi, mali zote zinazoweza kupatikana. {CHSw 217.1}

Katika siku za mwanzo za ujumbe watu wetu wengi walikuwa na roho ya kujikana na kujitoa. Ndivyo mwanzo mzuri ulifanywa, na mafanikio yalifuatia juhudi zilizowekwa. Lakini kazi haijaendelea kama ilivyopaswa kuwa. Mengi yamejikita katika eneo la Battle Creek na Oakland na katika maeneo mengine machache. Ndugu zetu hawapaswi kamwe kujenga majengo makubwa katika sehemu moja kama walivyofanya huko Battle Creek. {CHSw 217.2}

Bwana ameashiria 1 kwamba kazi Yake inapaswa kupelekwa mbele katika roho ile ile ambayo ilianza nayo. Ulimwengu

unapaswa kuonywa. Eneo baada ya eneo linapaswa kufikiwa. Amri tuliyopewa ni: "Ongeza eneo jipya; ongeza eneo jipya." Je, sisi kama watu, kwa mipango yetu ya biashara, kwa mtazamo wetu kwa ulimwengu ambao haujaokoka, tunatoa Shuhuda ulio wazi zaidi na wa maamuzi kuliko ule tuliobeba miaka ishirini au thelathini iliyopita? {CHSw 217.3}

Nuru kubwa imeangaza juu yetu kuhusiana na siku za mwisho za historia ya dunia hii. Hebu tusiruhusu ukosefu wetu wa hekima na nguvu utoe ushahidi wa upofu wa kiroho. Wajumbe wa Mungu lazima wavikwe uweza. Lazima wawe na kicho cha milele ambacho kwa sasa hawana kwa ajili ya Ukweli. Ujumbe mtakatifu, wa onyo lazima utangazwe katika maeneo magumu sana na katika miji yenye dhambi zaidi - naam, katika kila mahali ambapo nuru ya ujumbe wa malaika watatu bado haijaangaza. Kwa kila mtu unapaswa kutolewa wito wa mwisho kuingia kwenye karamu ya harusi ya Mwana-kondoo. {CHSw 218.1}

Katika kutangaza ujumbe, watumishi wa Mungu wataitwa kushindana na mashaka mengi na kuvishinda vizuizi vingi. Wakati mwingine kazi itasonga mbele kwa ugumu, kama ilivyokuwa wakati waanzilishi walipoanza taasisi huko Battle Creek, huko Oakland, na katika maeneo mengine. Lakini hebu kila mmoja ajitahidi kadiri awezavyo, tukimfanya Bwana kuwa nguvu yake, akiepuka ubinafsi wote, na kuwabariki wengine kwa matendo yake mema…. {CHSw 218.2}

Katika Nchi Zote

Bwana anatuita sisi tuamke ili kuyatambua majukumu yetu. Mungu amempa kila mtu kazi Yake. Hebu kila mmoja aweze kuishi maisha yenye manufaa. Hebu tujifunze yote tuyawezayo na kisha tuwe baraka kwa wengine kwa kuwapa ujuzi wa Kweli. Hebu kila mtu afanye kulingana na uwezo wake kadhaa, akiwa tayari kusaidia kubeba mizigo. {CHSw 218.3}

Kila mahali kuna kazi ya kufanywa katika matabaka yote ya

jumuiya. Tunapaswa kuwakaribia maskini na waliopotoka, wale ambao wameanguka kwa kutokuwa na kiasi. Na, wakati huo huo, hatupaswi kusahau tabaka la juu - mawakili,wanasheria, wachungaji, mawaziri, maseneta, na majaji, ambao wengi wao ni watumwa wa tabia ya kutokuwa na kiasi. Hatupaswi kuacha bidii kuwaonesha kwamba roho zao zina thamani ya kuokolewa, kwamba jitihada zinastahili kwa ajili ya uzima wa milele. Kwa wale walio katika nafasi za juu tunapaswa kuwasilisha ahadi ya kujizuia, tukiomba watoe pesa ambazo wangezitumia kwa matumizi mabaya ya pombe na tumbaku ziweze kuanzisha taasisi ambazo watoto na vijana wanaweza kuwa tayari kujaza nafasi za kuwa wa manufaa katika Dunia (Kwa wale walioamua kuacha vileo kwa hiari moyo, walikuwa na fomu ya kujaza kwamba mtu amekubali kutotumia vileo). {CHSw 218.4}

Malaika Wanasubiri Kushirikiana Nasi

Nuru kubwa imekuwa ikiangaza juu yetu, lakini ni kidogo sana, kiasi gani tunaiakisi nuru hiyo kwa ulimwengu! Malaika wa mbinguni wanasubiri wanadamu kushirikiana nao katika kutekeleza kwa vitendo kanuni za Ukweli. Ni kupitia wakala wa Sanitarium zetu na mashirika yanayosaidia afya (Kindred enterprises), sehemu kubwa ya kazi hii itafanywa. Taasisi hizi zinapaswa kuwa kumbukumbu za Mungu, ambapo nguvu Yake ya uponyaji inaweza kufikia tabaka zote, za juu na za chini, tajiri na maskini. Kila dola iliyowekezwa ndani yake kwa ajili ya Kristo italeta baraka kwa mtoaji na kwa wanadamu wanaoteseka. {CHSw 219.1}

Kazi ya umishenari wa tiba ni mkono wa kuume wa Injili. Ni muhimu katika kuendeleza kazi ya Mungu. Kwani kwa njia hiyo wanaume na wanawake wanaongozwa kuona umuhimu wa mwenendo sahihi wa maisha, na nguvu ya kuokoa ya Ukweli itafahamishwa. Kila mji unapaswa kuingiwa na watendakazi waliofunzwa kufanya kazi ya umishenari ya tiba. Kama mkono wa kulia wa ujumbe wa malaika wa tatu, njia za Mungu za kutibu magonjwa zitafungua

milango ya kuingiza Ukweli wa sasa. Machapisho yetu ya afya lazima yasambazwe katika nchi nyingi. Matabibu wetu huko Ulaya na nchi zingine wanapaswa kuamka juu ya umuhimu wa kuwa na kazi za afya, zilizoandaliwa na watu waliopo katika msingi na ambao wanaweza kukutana na watu pale walipo na maagizo muhimu zaidi. {CHSw 219.2}

Ushirikiano wa Sanitarium

Bwana atazipatia Sanitarium zetu ambazo kazi yake tayari imeshaanzishwa fursa ya kushirikiana Naye katika kusaidia vituo vilivyoanzishwa tayari. Kila taasisi mpya inapaswa kuzingatiwa kama dada au pacha-msaidizi katika kazi kubwa ya kutangaza ujumbe wa malaika watatu. Mungu amezipatia Sanitarium zetu fursa ya kuweka katika utekelezaji kazi ambayo itakuwa kama jiwe lililojaa uhai, likikikua na likiwa linavingirishwa na Mkono usioonekana. Hebu Jiwe hili la ajabu liwekwe katika mjongeo. {CHSw 220.1}

Bwana ameniagiza niwaonye wale ambao katika siku za usoni wanaanzisha vituo vya sanitarium katika maeneo mapya, waanze kazi yao kwa unyenyekevu, wakiweka wakfu uwezo wao kwa huduma Yake. Majengo yanayojengwa hayapaswi kuwa makubwa au ya gharama kubwa. Sanitarium ndogo mahalia zinapaswa kuanzishwa katika uhusiano na shule zetu za mafunzo. Katika vituo hivi vya afya vijana wa kiume na wa kike wenye uwezo, waliojiweka wakfu na kujitolea wakusanywe—wale ambao watakaoenda katika upendo na hofu ya Mungu, wale ambao, wakati wanajiandaa kwa kuhitimu, hawatahisi kuwa wanajua yote ambayo wanahitaji kujua, lakini watasoma na kujifunza kwa bidii na uadilifu na kutekeleza kwa uangalifu masomo yaliyotolewa na Kristo. Haki ya Kristo itatangulia mbele ya watu kama hao, na utukufu wa Mungu utakuwa thawabu yao. **[Testimonies for the Church 7:51-60 (1902).]** {CHSw 220.2}

SANITARIUM YA SYDNEY IWE YA KIELIMU

[The second tithe: A systematic offering for the Sydney Sanitarium, pages 3-6 (1899).]

Bwana ameendelea mara kwa mara kutoa kurudia maagizo kuhusu umuhimu wa taasisi hii na haja ya kuianzisha. Yeye Anataka sanitarium ijengwe ili tushirikiane na mipango Yake katika kupunguza mateso ya wanadamu. {CHSw 221.1}

Katika kazi ya sanitarium, madaktari, mama mlezi, na wauguzi wanapaswa kushirikiana na Mungu katika kuwarejeshea wagonjwa afya. Wanapofanya hivyo, wanashirikiana Naye katika kuurejesha mfano Wake ndani ya nafsi-sura Yake ndani ya mwanadamu. Tusiweke mipaka kwa Yeye aliye Mtakatifu wa Israeli. Je, Kristo hasimami kwa ajili yetu katika Patakatifu pa mbinguni, mkono wa kuume wa Mungu? Je, Yeye hakufa kwa ajili ya wale wanaoteseka kimwili na kiroho? Yeye Anawaalika waje Kwake Yeye aliyekufa, lakini sasa Yu hai milele na milele. {CHSw 221.2}

Mungu anatamani wanadamu wanaoteseka wafundishwe jinsi ya kuepuka magonjwa kwa kutenda mazoea sahihi ya kula, kunywa, na kuvaa. Wengi wanateseka chini ya nguvu kandamizi za desturi za dhambi, ilhali wangeweza kurejeshewa afya kwa kuzingatia kwa akili sheria za uhai na afya, kwa kushirikiana na Yeye aliyekufa ili wapate uzima wa milele. Haya ndiyo maarifa ambayo watu, wanaume na wanawake, wanayahitaji. Wanapaswa kufundishwa namna ya kuchunguza sheria za Mungu/Kiungu alizotoa Kristo kwa ajili ya mema ya wanadamu wote. Hii ndiyo kazi inayopaswa kufanyika katika sanitarium zetu. {CHSw 221.3}

Nyenzo za Mungu zinapaswa kujitahidi kufuata nyayo

za Tabibu wa Kiungu. Wale wanaokuja katika sanitarium wanapaswa kufundishwa namna ya kujitunza mwili, wakikumbuka maneno: *"Au hamjui ya kuwa mwili wenu ni hekalu la Roho Mtakatifu aliye ndani yenu, mliyepewa na Mungu? Wala ninyi si mali yenu wenyewe; maana mlinunuliwa kwa thamani. Sasa basi, mtukuzeni Mungu katika miili yenu."* 1 Wakorintho 6:19-20 Ndiyo, sisi ni mali ya Mungu, na njia ya utii kwa sheria za asili ndiyo njia ya moja kwa moja kuelekea mbinguni. Yeye ambaye ameongolewa kutoka kwenye makosa ya kula, kunywa, na kujivika, anajiandaa kusikia na kupokea Kweli kwa moyo mwema na wenye hiari. Wengi, kwa kutii sheria za asili na kwa kupokea neema ya kufanywa upya kutoka kwa Mungu ndani ya nafsi, hupokea upya wa maisha ya kimwili na ya kiroho. *"Kumcha Bwana ni mwanzo wa hekima; Na kumjua Mtakatifu ni ufahamu."* Mithali 9:10 Hebu *Sauti ya hekima na isikike, Njia zake ni njia za kupendeza sana, Na mapito yake yote ni amani.* Mithali 3:17 {CHSw 221.4}

Utukufu wa Injili

Ni utukufu wa Injili kwamba msingi wake umejengwa juu ya kanuni ya kurejeshwa kwa wanadamu walioanguka, warudie sura ya Mungu kwa kudhihirisha daima moyo wa ukarimu. Kazi hii ilianzia katika nyua za mbinguni. Huko Mungu aliamua kuwapatia wanadamu ushahidi usiokuwa na shaka wa upendo aliokuwa nao kwao. *"Kwa maana jinsi hii Mungu aliupenda ulimwengu, hata akamtoa Mwanawe pekee, ili kila mtu amwaminiye asipotee, bali awe na uzima wa milele."* Yohana 3:16 {CHSw 222.1}

Uungu wote ulihamasishwa na sikitiko kwa ajili ya kizazi cha wanadamu, na Baba, Mwana, na Roho Mtakatifu wakajitoa wenyewe katika utekelezaji wa mpango wa ukombozi. Ili mpango huu utekelezwe kikamilifu, iliamuliwa kwamba Kristo, Mwana wa pekee wa Mungu, ajitoe mwenyewe awe dhabihu ya dhambi. Ni kipimo gani kinaweza kupima kina cha upendo huu? Mungu alihakikisha kwamba haiwezekani kwa mwanadamu kusema kwamba Angeweza

kufanya zaidi. Kwa kumtoa Kristo, alitoa pia rasilimali zote za mbingu, ili lisikose lolote katika mpango wa kuinua mwanadamu. Huu ndio upendo—tafakari yake inapaswa kuijaza nafsi kwa shukrani isiyoelezeka! Ee, ni upendo gani, upendo usio na kifani! Kutafakari upendo huu kutaisafisha nafsi kutoka kila ubinafsi. Kutampeleka kila mfuasi kukanusha nafsi, kubeba msalaba, na kumfuata Mkombozi. {CHSw 222.2}

Kila Mtu Anapaswa Kushiriki

Uanzishaji wa makanisa na sanitariamu ni udhihirisho zaidi wa upendo wa Mungu, na katika kazi hii watu wote wa Mungu wanapaswa kushiriki. Kristo aliunda kanisa Lake hapa duniani kwa kusudi mahsusi la kuonyesha kupitia washiriki Wake neema ya Mungu. Ulimwenguni kote watu Wake wanapaswa kusimamisha kumbukumbu za Sabato Yake—ishara kati Yake na wao kwamba Yeye Ndiye anayewatakasa. Kwa njia hii wanaonyesha kwamba wamerudi katika uaminifu wao na wamesimama imara kwa ajili ya kanuni za sheria Yake. {CHSw 223.1}

FAIDA ZA KILIMO

Bwana aliruhusu moto kuteketeza majengo makuu ya Review and Herald na sanitariamu, na hivyo kuondoa pingamizi kuu lililosisitizwa dhidi ya kuhama kutoka Battle Creek. Lilikuwa ni kusudi Lake kwamba badala ya kujenga upya sanitariamu hii moja kubwa, watu wetu wangetengeneza majengo katika sehemu mbalimbali. Hizi sanitariamu ndogo ndogo zilipaswa kuwa zimeanzishwa mahali ambapo ardhi ingeweza kupatikana kwa madhumuni ya kilimo. Ni mpango wa Mungu kwamba kilimo kihusianishwe na kazi ya sanitariamu na shule zetu. Vijana wetu wanahitaji elimu itakayopatikana katika mielekeo hii ya kazi. Ni vyema, na zaidi ya kuwa vyema – ni lazima kwamba juhudi zifanywe ili kutekeleza mpango wa Bwana kuhusiana na hili. **—Testimonies for the Church 8:227, 228** (1903). {CHSw 223.2}

ONYO JUU YA MKUSANYIKO

St Helena, California,

Septemba 4, 1902.

Kwa Viongozi katika Kazi Yetu ya Tiba

Ndugu Wapendwa,

Bwana anafanya kazi bila upendeleo kwa kila sehemu ya shamba Lake la mizabibu. Ni watu ndiyo huvuruga kazi Yake. Yeye Hawapatii watu Wake fursa ya kukusanya mali nyingi za kuanzisha taasisi katika maeneo machache, na kwamba hakuna kitu kitakachosalia kwa ajili ya kuanzishwa kwa taasisi kama hizo katika maeneo mengine. {CHSw 224.1}

Vituo vingi vinapaswa kuanzishwa katika miji ya Marekani, na hasa katika miji ya Kusini, ambayo bado kazi imefanywa kidogo. Na katika nchi za kigeni mashirika mengi ya umishenari wa tiba yanapaswa kuanzishwa na kupelekwa mbele hadi kwenye mafanikio. Kuanzishwa kwa sanitarium ni muhimu sana huko Ulaya na nchi zingine za nje kama ilivyo Amerika. {CHSw 224.2}

Bwana anatamani watu Wake wawe na uelewa sahihi wa kazi inayopaswa kufanywa na, kama mawakili waaminifu, kusonga mbele kwa busara katika uwekezaji wa mali. Katika ujenzi wa majengo anawataka wahesabu gharama ili kuona ikiwa wanacho kiasi cha kutosha kumaliza. Anawataka pia wakumbuke kwamba hawapaswi kukusanya kwa ubinafsi mali zote zinazowezekana kuwekezwa katika maeneo machache, bali wanapaswa kufanya kazi kwa kuzingatia maeneo mengine mengi ambayo taasisi lazima zianzishwe. {CHSw 224.3}

Kutokana na nuru niliyopewa, mameneja wa taasisi zetu zote, na hasa wa sanitarium mpya, wanapaswa kuwa waangalifu kupunguza gharama za matumizi, ili waweze kusaidia taasisi zinazofanana ambazo zitaanzishwa katika sehemu za ulimwengu. Hata ikiwa wana kiasi kikubwa cha pesa katika hazina, wanapaswa kufanya kila mpango wakirejelea mahitaji ya uwanja mkubwa wa Mungu wa umishenari. {CHSw 224.4}

Sio mapenzi ya Bwana kwa watu Wake kujenga nyumba kubwa mno za sanitarium mahali popote (no mammouth sanitariums). Sanitarium nyingi zinapaswa kuanzishwa. Hazipaswi kuwa kubwa, lakini zilizokamilika kwa kutosha kufanya kazi nzuri na yenye mafanikio. {CHSw 225.1}

Nimepewa tahadhari kwa habari ya kazi ya kufundisha wauguzi na wainjilisti wa tiba. Hatupaswi kuweka kazi hii katika sehemu moja. Katika kila Sanitarium iliyoanzishwa, vijana wa kike na wa kiume wanapaswa kufundishwa kuwa wamishenari wa tiba. Bwana atafungua njia mbele yao wanapotoka kwenda kufanya kazi kwa ajili Yake. {CHSw 225.2}

Ushahidi ulio mbele yetu wa utimilifu wa unabii unatangaza kwamba mwisho wa mambo yote umekaribia. Kazi muhimu sana inapaswa kufanywa nje na mbali na mahali ambapo zamani kazi yetu ilikuwa imejikita zaidi. {CHSw 225.3}

Tunapoleta mkondo wa maji kwenye bustani kuinyweshea, hatupaswi kumwagilia sehemu moja tu, na kuziacha sehemu zingine kavu na tasa, zikilia: “Tupe maji.” Na bado hii inawakilisha njia ambayo kazi hiyo imekuwa ikipelekwa mbele katika maeneo machache, kwa kupuuzia eneo kubwa. Je, maeneo yenye ukiwa yatabaki ukiwa? Hapana. Hebu mkondo wa sanitarium utiririke kila mahali, ukibeba furaha na rutuba. {CHSw 225.4}

Kamwe hatupaswi kutegemea kutambuliwa na viwango vya ulimwengu. Kamwe sisi, katika kuanzishwa kwa taasisi, tusijaribu kushindana na taasisi za ulimwengu kwa ukubwa au umaridadi au fahari. Tutapata ushindi, sio kwa kujenga majengo makubwa, tukishindana na maadui zetu, lakini kwa kuthamini roho kama ya Kristo—roho ya upole na unyenyekevu. Bora zaidi msalaba na matumaini yaliyokatishwa tamaa, na uzima wa milele hatimaye, kuliko kuishi na wana wa kifalme na kupoteza mbingu. {CHSw 225.5}

Mwokozi wa wanadamu alizaliwa na wazazi wanyenyekevu, katika ulimwengu uliolaaniwa na dhambi. Alilelewa huko Nazareti, mji mdogo huko Galilaya. Alianza kazi Yake katika umaskini na bila cheo cha ulimwengu. Hivyo ndivyo Mungu aliitambulisha Injili, kwa njia tofauti kabisa na njia ambayo wengi katika siku zetu wanaona ni busara kutangaza Injili hiyo hiyo. {CHSw 226.1}

Mwanzoni mwa kipindi cha Injili, Yeye alifundisha kanisa Lake kutotegemea kiwango cha ulimwengu na maonyesho ya umaridadi wake, lakini kwa nguvu ya imani na utii. Upendeleo wa Mungu una thamani kubwa kuliko dhahabu na fedha. Nguvu za Roho Wake zina thamani kubwa isiyokadirika. {CHSw 226.2}

Bwana asema hivi: "Majengo yatatoa sifa kwa kazi Yangu, pale tu wale wanaoyajenga watakapofuata maagizo Yangu kuhusu kuanzishwa kwa taasisi. Laiti wale ambao walisimamia na kudumisha kazi hapo zamani wangetawaliwa na kanuni safi, zisizo na ubinafsi, kusingekuwa na kujikusanyia kwa ubinafsi mahali pamoja, sehemu kubwa ya mali Zangu - katika sehemu moja au mbili. Taasisi zingeanzishwa katika maeneo mengi. Mbegu za Kweli, zilizopandwa katika mashamba mengi zaidi, zingechipua, zikakua na kuzaa matunda kwa utukufu Wangu. {CHSw 226.3}

Maeneo ambayo yametelekezwa sasa yanapewa uangalifu. Watu Wangu wanapaswa kufanya kazi bora na ya

haraka sana. Wale ambao kwa usafi wa kusudi wanajiweka wakfu kikamilifu Kwangu, kimwili, kiroho, na nafsi, watafanya kazi kwa njia Yangu na kwa Jina Langu. Kila mtu atasimama katika nafasi yake, akinitazama Mimi, Kiongozi na Mshauri wake. {CHSw 226.4}

"Nitawafundisha wasiojua, na kutia mafuta ya macho ya mbinguni macho ya wengi ambao sasa wako katika giza la kiroho. Nitawainua mawakala watakaotimiza mapenzi Yangu kuwaandaa watu kusimama mbele Zangu wakati wa mwisho Katika maeneo mengi ambapo kabla ya kazi hii ya sanitarium na shule, nitaanzisha taasisi Zangu, na taasisi hizi zitakuwa vituo vya mafunzo kwa ajili ya kuwafundisha watendakazi. {CHSw 227.1}

Fursa za Majaliwa

Bwana atatenda kazi katika akili za watu kwa namna isiyotarajiwa. Wengine ambao wanaonekana kuwa ni maadui wa Kweli, kwa majaliwa ya Mungu, watawekeza mali zao kuendeleza rasilimali za ardhi na kujenga majengo. Baada ya muda mfupi, rasilimali hizi zitatolewa kwa kuuzwa kwa bei iliyo chini ya gharama zao. Watu wetu watatambua mkono wa Majaliwa katika dili/bei hizi na watatwaa rasilimali hizi za thamani kwa matumizi ya kazi ya elimu. Watapanga na kusimamia kwa unyenyekevu, kujikana nafsi, na kujitoa. Kwa hivyo watu wenye mali wanaandaa msaada bila kujua, usaidizi ambao utawawezesha watu wa Bwana kuendeleza kazi Yake haraka. {CHSw 227.2}

Katika maeneo anuwai, rasilimali zinapaswa kununuliwa ili kutumika kwa madhumuni ya sanitarium. Watu wetu wanapaswa kutafuta fursa za kununua rasilimali mbali na miji, ambayo kuna majengo tayari yamejengwa na bustani za matunda, tayari zipo. Ardhi ni milki ya thamani. Kwa kuunganishwa na sanitarium zetu kunapaswa kuwe na ardhi, sehemu ndogo ambazo zinaweza kutumika kwa nyumba za wasaidizi na wengine ambao wanapata mafunzo ya kazi ya umishenari wa tiba. [Testimonies for the Church 7:99-

102 (1902).] {CHSw 227.3}

WAJIBU KWA MASKINI

Testimonies for the Church 8:204, 205 (1903).

Wasimamizi wa Vituo vya Tiba hawapaswi kuongozwa na kanuni zinazotawala taasisi zingine za aina hii, ambazo viongozi wanaofanya kazi kwa kufuata sera, mara nyingi humheshimu tajiri, wakati masikini akipuuzwa. Mara nyingi hawa wa mwisho wanahitaji sana huruma na ushauri, ambayo hawaipati kila wakati, ingawa kwa thamani ya maadili wanaweza kusimama juu sana katika makadirio ya Mungu kuliko watu matajiri. Mtume Yakobo ametoa ushauri wa uhakika kuhusu jinsi tunavyopaswa kuwatendea matajiri na maskini: {CHSw 228.1}

"Maana akiingia katika sinagogi lenu mtu mwenye pete ya dhahabu na mavazi mazuri; kisha akiingia na maskini, mwenye mavazi mabovu; nanyi mkimstahi yule aliyevaa mavazi mazuri, na kumwambia, Keti wewe hapa mahali pazuri; na kumwambia yule maskini, Simama wewe pale, au keti miguuni pangu, je! Hamkufanya hitilafu mioyoni mwenu, mkawa waamuzi wenye mawazo mabovu? Ndugu zangu wapenzi, sikilizeni, Je! Mungu hakuwachagua maskini wa dunia wawe matajiri wa imani na warithi wa ufalme aliowaahidia wampendao?" Yakobo 2:2 -5. {CHSw 228.2}

Ingawa Kristo alikuwa tajiri katika nyua za mbinguni, lakini alifanyika maskini ili sisi kupitia umaskini Wake tupate kuwa matajiri. Yesu aliwaheshimu maskini kwa kushiriki hali yao ya unyenyekevu. Kutoka katika historia ya maisha Yake tunapaswa kujifunza jinsi ya kuwatendea maskini. Wengine hubeba wajibu wa matendo mema,rehema fadhila na ukarimu kwa kupitiliza kiasi na kuwaumiza sana wahitaji kwa kuwafanyia mengi mno. Sio mara zote maskini hujituma au kujiongeza inavyopaswa. Ingawa hawatakiwi kupuuzwa na kuachwa wakiteseka, lazima wafundishwe kujisaidia wenyewe. {CHSw 228.3}

Kazi ya Mungu haipaswi kupuuzwa ili kuwajali kwanza maskini. Kristo aliwapatia wanafunzi Wake somo muhimu sana juu ya jambo hili. Mariamu alipomimina mafuta/marhamu hayo juu ya kichwa cha Yesu, Yuda mwenye tamaa alisihi kwa dua kwa ajili ya maskini, akinung'unika kwa kile alichoona kuwa ni upotevu wa pesa. Lakini Yesu alithibitisha kitendo hicho, akisema: ***"Mwacheni; mbona mnamtaabisha? Amenitendea kazi njema; Amin, nawaambia, Kila ihubiriwapo Injili katika ulimwengu wote, na hili alilotenda huyu litatajwa kwa kumbukumbu lake. Yuda Akubali Kumsaliti Yesu." "Popote itakapohubiriwa Injili katika ulimwengu wote, hilo alilolitenda litatajwa kwa ukumbusho wake Marko 14:6,9."*** Kwa hili tunafundishwa kwamba Kristo anapaswa kuheshimiwa katika kutoa wakfu kwa kile kilicho bora zaidi cha mali yetu. Iwapo usikivu wetu wote ungeelekezwa katika kusaidia mahitaji ya maskini, kazi ya Mungu ingepuuzwa. Wala kazi hiyo haitateseka ikiwa wasimamizi wake watafanya wajibu wao, bali kazi ya Kristo inapaswa kuja kwanza. {CHSw 229.1}

Maskini wanapaswa kushughulikiwa kwa kupewa maslahi na uangalifu kama ilivyo kwa matajiri. Tabia ya kuwaheshimu matajiri huku maskini wakidharaulika na kupuuzwa ni hatia mbele za Mungu. Wale ambao wamezungukwa na faraja (comfort) zote za maisha, au wanaobembelezwa na kudekezwa na ulimwengu kwa sababu wao ni matajiri, hawahisi hitaji la huruma na fikra nyororo kama vile watu ambao maisha yao yamekuwa yakipambana kwa muda mrefu na umaskini. Wale wa mwisho wana machache katika maisha haya ya kuwafanya wawe na furaha au uchangamfu, na watathamini huruma na upendo. Matabibu na wauguzi hawapaswi kulipuuza kundi hili, kwa maana kwa kufanya hivyo wanaweza kumpuuza Kristo katika nafsi ya watakatifu Wake. {CHSw 229.2}

Wajibu wa Kanisa

Kituo chetu cha Afya 1 kilijengwa ili kuwasaidia wanadamu wanaoteseka, matajiri na maskini, ulimwenguni kote. Mengi ya

makanisa yetu yana shauku ndogo tu katika taasisi hii, ijapokuwa yana ushahidi wa kutosha kwamba ni mojawapo ya vyombo vilivyoundwa na Mungu kuwaleta wanaume na wanawake chini ya ushawishi wa Ukweli na kuokoa roho nyingi. Makanisa ambayo yana maskini miongoni mwao hayapaswi kupuuza uwakili wao na kutupa mzigo wa maskini na wagonjwa kwenye vituo hivi. Washiriki wote wa makanisa kadhaa wanawajibika mbele za Mungu kwa ajili ya wale wanaoteseka. Wanapaswa kubeba mizigo yao wenyewe. Ikiwa wana wagonjwa miongoni mwao ambao wanataka kufaidika na tiba, wanapaswa, kama wanaweza, kuwapeleka kwenye vituo hivyo vya Sanitarium. Kwa kufanya hivi, hawatakuwa tu wakilinda taasisi ambayo Mungu ameianzisha, bali pia watakuwa wakiwasaidia wale wanaohitaji msaada, wakiwajali na kuwatunza maskini kama vile Mungu anavyotutaka tufanye. {CHSw 229.3}

Halikuwa kusudi la Mungu kwamba umaskini upate kamwe kuondoka duniani. Madaraja katika jamii hayajawahi kusawazishwa, kwa kuwa hali mbalimbali ambazo hutambulisha jamii yetu ya ubinadamu ni mojawapo ya njia ambazo Mungu amepanga kuthibitisha na kuendeleza tabia. Wengi wamehimiza kwa shauku kubwa kwamba wanadamu wote wanapaswa kuwa na sehemu sawa katika baraka za muda za Mungu, lakini hili halikuwa kusudi la Muumba. Kristo amesema kuwa tutakuwa na maskini pamoja nasi siku zote. Maskini, pamoja na matajiri, wote wamenunuliwa na damu Yake; na miongoni mwa wanaojiita wafuasi Wake, katika hali nyingi, maskini wanamtumikia Yeye kwa kusudi moja, huku matajiri daima wakiweka upendo wao juu ya hazina zao za kidunia, na Kristo amesahauliwa. Masumbufu ya maisha haya na uchu wa mali hufunika utukufu wa ulimwengu wa milele. Itakuwa ni jambo baya sana ambalo limewahi kuwapata wanadamu ikiwa mali zote zingewekwa kwa watu kwa usawa katika dunia yetu. **[Testimonies for the Church 4:550-552 (1881).]** {CHSw 230.1}

SANITARIUM ZETU ZA KUSINI MWA CALIFORNIA

[The Review and Herald, June 21, 1906.]

Madaktari na wachungaji wanapaswa kuwa na umoja kwa jitihada za kuwaongoza wanaume na wanawake kutii amri za Mungu. Wao wanahitaji kuchunguza uhusiano wa karibu uliopo kati ya utii na afya. Ni wajibu mzito na adhimu unaowekwa juu ya wamishenari wa tiba. Wao wanapaswa kuwa wamishenari kwa maana ya kweli ya neno hilo. Wagonjwa na wanaoteseka wanaojikabidhi kwa matunzo ya wasaidizi katika taasisi zetu za tiba hawapaswi kuvunjwa moyo. Wanapaswa kufundishwa jinsi ya kuishi kwa upatanifu na mbingu. Wanapojifunza kutii sheria ya Mungu, watabarikiwa kwa wingi katika mwili na roho. {CHSw 231.1}

Thamani ya Maisha ya Nje ya jengo

Faida ya maisha ya nje ya jengo, haipaswi kupuuzwa kamwe. Ni kwa kiasi gani tunapaswa kumshukuru Mungu kwa kutupatia mali nzuri za taasisi za uponyaji huko Paradise Valley, Glendale, na Loma Linda! “Tokeni mijini! Tokeni mijini!”—hii imekuwa ndiyo ujumbe wangu kwa miaka mingi. Hatuwezi kutarajia wagonjwa wapone kwa haraka wanapofungiwa ndani ya kuta nne za jengo, katikati ya mji, bila mandhari mengine ila majengo, majengo, majengo—hakuna kitu cha kuchangamsha, wala cha kuhuisha. Lakini bado, ni kwa jinsi gani watu wengine wanachelewa kutambua kwamba miji yenye msongamano siyo sehemu zinazofaa kwa kazi ya sanitarium! {CHSw 231.2}

Hata huko Kusini mwa California, siyo miaka mingi iliyopita, walikuwapo baadhi waliokuwa wakipendelea kujengwa jengo kubwa la taasisi ya tiba-sanitarium, katikati ya jiji la Los Angeles. Lakini kwa nuru ya maagizo aliyotupa Mungu, hatungeweza kukubali mpango wa namna hiyo. Katika maono ya usiku Bwana alinionyesha mali zilizokuwa hazijakaliwa mashambani, zinazofaa kwa kazi ya taasisi za uponyaji, na zilizokuwa zinauzwa kwa bei ndogo

sana kuliko ile ya awali. {CHSw 231.3}

Kutafuta Maeneo Yanayofaa

Ilituchukua muda fulani kabla ya kupata maeneo haya. Kwanza, tulipata Paradise Valley Sanitarium, karibu na San Diego. Baada ya miezi michache, kwa majaliwa na uongozi wa neema ya Mungu, sehemu ya Glendale iliwekwa mbele ya watu wetu, ikanunuliwa na kuandaliwa kwa ajili ya huduma. Lakini nuru ilikuja kwamba kazi yetu ya kuanzisha taasisi za afya huko Kusini mwa California haikuwa imekamilika, na mara kwa mara ushuhuda ulitolewa kwamba kazi ya umishenari ya tiba ilipaswa kufanyika karibu na vitongoji vya Redlands. {CHSw 232.1}

Katika makala iliyochapishwa kwenye Review ya Aprili 6, 1905, niliandika: {CHSw 232.2}

“Katika safari yetu tukirejea Redlands, wakati gari la moshi letu lilipopitia kwenye mashamba marefu ya michungwa, nilitafakari juu ya juhudi ambazo zinapaswa kufanywa katika bonde hili zuri ili kutangaza Kweli ya wakati huu. Nililitambua eneo hili la Kusini mwa California kuwa miongoni mwa maeneo yaliyowasilishwa kwangu kwa neno kwamba lilipaswa kuwa na sanitarium iliyo na vifaa kamili. {CHSw 232.3}

‘Kwa nini maeneo kama Redlands na Riverside yameachwa karibu bila kufanyiwa kazi? Nilipotazama kutoka dirishani mwa gari la moshi na kuona miti ikibeba matunda mengi, nilijiuliza: Je, juhudi za dhati zenye sura ya Kristo zisingalileta mavuno tele ya kiroho pia? Katika muda wa miaka michache tu, miji hii imejengwa na kuendelezwa; na nilipotazama uzuri wake na rutuba ya maeneo yanayouzunguka, maono yaliinuka mbele yangu kuhusu kile ambacho kingekuwa, naam mavuno ya kiroho laiti juhudi za dhati zenye sura ya Kristo zingalitolewa kwa ajili ya wokovu wa roho. {CHSw 232.4}

‘Bwana anataka wanaume na wanawake jasiri na waaminifu wajitwike 1 jukumu la kazi yake katika maeneo haya. Sababu ya Mungu inapaswa kusonga kwa haraka zaidi huko

Kusini mwa California kuliko ilivyofanya zamani. Kila mwaka maelfu ya watu hutembelea Kusini mwa California wakitafuta afya, na kwa njia mbalimbali tunapaswa kuwafikia kwa ile Kweli. Ni lazima wasikie onyo la kujiandaa kwa siku kuu ya Bwana, ambayo iko karibu sana nasi.... {CHSw 233.1}

‘Tumeitwa na Mungu kuwasilisha Kweli ya wakati huu kwa wale ambao mwaka kwa mwaka huja Kusini mwa California kutoka sehemu zote za Amerika. Watenda-kazi wanaoweza kuhutubia makutano wanapaswa kuwekwa mahali ambapo wanaweza kukutana na watu na kuwapa ujumbe wa onyo. Wachungaji na wasambazaji wa vitabu wanapaswa kuwepo, wakilinda nafasi yao ya kuwasilisha Kweli na kuendesha mikutano. Hebu na wawe wepesi kuona fursa za kuweka Kweli ya sasa mbele ya wale wasioijua. Watoe ujumbe kwa uwazi na kwa nguvu, ili wale wenye masikio ya kusikia wapate kusikia.’” {CHSw 233.2}

Hebu tukumbuke daima kwamba mojawapo ya nyenzo muhimu zaidi ni kazi yetu ya umishenari wa tiba. Hatuwezi kamwe kupoteza mtazamo wa kusudi kuu la kuanzisha taasisi zetu za afya—yaani kusonga mbele kazi ya mwisho ya Mungu duniani, kazi ya kufunga kazi ya Bwana. {CHSw 233.3}

Loma Linda haitakuwa tu sanitarium, bali pia kituo cha elimu. Kwa kupewa mali hii kunakuja jukumu zito la kuhakikisha kuwa kazi ya taasisi hii ni ya tabia ya kielimu. Shule itaanzishwa hapa kwa ajili ya mafunzo ya wainjilisti wa umishenari wa tiba. {CHSw 233.4}

SABATO KATIKA SANITARIUM ZETU

Testimonies for the Church 7:104-109 (1902)

Nimeagizwa kwamba taasisi zetu za tiba zinapaswa kusimama kama mashahidi wa Mungu. Hizi zimewekwa ili kuwasaidia wagonjwa na wenye shida, kuamsha roho ya uchunguzi, kusambaza nuru, na kuendeleza matengenezo. Taasisi hizi, zikiendeshwa kwa usahihi,

zitakuwa njia ya kuleta maarifa ya matengenezo muhimu ili kuandaa watu kwa ujio wa Bwana, watu wengi ambao vinginevyo isingewezekana kuwafikia. {CHSw 234.1}

Wafadhili na wakereketwa wengi wa taasisi zetu za tiba wana maoni mazuri juu ya uwepo wa Mungu anayekaa katika taasisi wanayotembelea; na wanahusika sana na mvuto wa kiroho unaotawala hapo. Laiti kama matabibu, wauguzi, na wasaidizi wote wanaenenda kwa busara mbele za Mungu, wana nguvu zaidi ya kibinadamu katika kushughulika na wanaume na wanawake hawa. Kila taasisi ambayo watenda kazi wake wamewekwa wakfu imesheheni nguvu za Bwana; na wagonjwa siyo tu watapata ahueni katika udhaifu wa mwili, lakini hupata zeri/dawa ya uponyaji kwa ajili ya roho zao zenye ugonjwa wa dhambi. {CHSw 234.2}

Hebu walio viongozi kati ya watu wetu wasisitize umuhimu wa mvuto mkubwa wa kidini kudumishwa katika taasisi zetu za tiba. Bwana amekusudia kwamba taasisi hizi zitakuwa mahali ambapo Yeye ataheshimiwa kwa maneno na kwa matendo, mahali ambapo sheria Yake itatukuzwa na Ukweli wa Biblia kufanywa wazi na kuonekana. Wamishenari wa tiba wanapaswa kufanya kazi kubwa kwa ajili ya Mungu. Wanapaswa kuwa macho na kuwa waangalifu, wakiwa wamevikwa kila kipande cha silaha za Kikristo na kupigana vita kwa bidi na ushujaa. Wanapaswa kuwa waaminifu kwa Kiongozi wao, kutii amri Zake, pamoja na kufunua ishara ya utaratibu wao. {CHSw 234.3}

Ishara ya Utaratibu Wetu

Utunzaji wa Sabato ni ishara kati ya Mungu na watu Wake. Hebu na tusione aibu kubeba ishara inayotutofautisha na ulimwengu. Nilipozingatia jambo hili katika majira ya usiku hivi karibuni, Mmoja aliye na mamlaka ilitushauri kusoma maagizo waliyopewa Waisraeli kuhusu Sabato. *"Hakika mtazishika Sabato Zangu, kwa kuwa ni ishara kati ya Mimi na ninyi katika vizazi vyenu*

vyote; ili mpate kujua ya kuwa Mimi Ndimi BWANA niwatakasaye ninyi. Basi mtaishika hiyo Sabato; kwa kuwa ni takatifu kwenu; kila mtu atakayeitia unajisi hakika yake atauawa; kwa kuwa kila mtu afanyaye kazi katika siku hiyo, nafsi hiyo itakatiliwa mbali na watu wake. Kazi itafanywa siku sita; lakini siku ya saba ni Sabato ya kustarehe kabisa, takatifu kwa BWANA; kila mtu atakayefanya kazi yo yote katika siku ya Sabato, hakika yake atauawa. Kwa ajili ya hayo wana wa Israeli wataishika Sabato, kuiangalia sana hiyo Sabato katika vizazi vyao vyote, ni agano la milele. Ni ishara kati ya Mimi na wana wa Israeli milele; kwani kwa siku sita BWANA alifanya mbingu na nchi, akastarehe kwa siku ya saba na kupumzika. Kutoka 31:13-17. {CHSw 235.1}

Sabato daima ni ishara inayowatofautisha wanadamu watiifu na wale wasiotii. Kwa nguvu ya ustadi Shetani amefanya kazi ya kubatilisha amri ya nne na kuifanya kutofaa, ili ishara ya Mungu isionekane. Ulimwengu wa Kikristo umekanyaga chini Sabato ya Bwana (Jumamosi) na kuzingatia sabato iliyoanzishwa na adui (Jumapili). Lakini Mungu anao watu ambao ni waaminifu Kwake. Kazi Yake inapaswa kusonga mbele katika namna sahihi. Watu wanaobeba ishara yake wanapaswa kuanzisha makanisa na taasisi kama ukumbusho kwa Mungu. Kumbukumbu hizi, ingawa zitakuwa na muonekano wa unyenyekevu/sahili, kila mara zitashuhudia dhidi ya sabato ya uwongo iliyoanzishwa na Shetani, na kwa niaba ya Sabato iliyoanzishwa na Bwana pale Edeni, wakati nyota za asubuhi zilipoimba pamoja na wana wote wa Mungu kupiga kelele za shangwe. {CHSw 235.2}

Roho ya kutokuwa na kicho na kutokujali katika utunzaji wa Sabato inaelekea kutokea katika Sanitarium zetu. Watu wenye majukumu katika kazi ya umishenari wa tiba wanawajibika kutoa maagizo kwa waganga, wauguzi, na wasaidizi kuhusu utakatifu wa Siku takatifu ya Mungu. Haswa, kila daktari anapaswa kujitahidi kuwa mfano sahihi. Asili ya majukumu yake kwa kawaida humwongoza

kujiona kuwa na haki ya kufanya mambo mengi siku ya Sabato ambayo anapaswa kujizuia kuyafanya. Kwa kadri inavyowezekana anapaswa kupanga kazi yake ili aweze kuweka kando majukumu yake ya kawaida. {CHSw 236.1}

Watesekao Kamwe Wasipuuzwe

Mara nyingi matatibu na wauguzi huitwa wakati wa Sabato kuhudumia wagonjwa, na wakati mwingine haiwezekani kwao kupata muda wa kupumzika na kuhudhuria huduma za ibada. Mahitaji ya wanadamu wanaoteseka kamwe hayapaswi kupuuzwa. Mwokozi, kwa mfano Wake, ametuonyesha kuwa ni sahihi kupunguza au kuponya mateso siku ya Sabato. Lakini kazi isiyo ya lazima, kama tiba ya kawaida na shughuli ambazo zinaweza kuahirishwa, zinapaswa kuahirishwa (usafi, kupika na mengineyo yanayoweza kuepukwa mara nyingi). Hebu wagonjwa waelewe kwamba madaktari na wafanya-kazi, wasaidizi wanapaswa kuwa na siku moja ya kupumzika. Hebu waelewe kwamba watenda-kazi wanamcha Mungu na wanatamani kuiweka takatifu siku ambayo ameitenga kwa wafuasi Wake kuitazama kama ishara kati Yake na wao. {CHSw 236.2}

Waalimu na wale wanaoelimisha katika taasisi zetu za tiba wanapaswa kukumbuka kuwa, kuitunza Sabato ipasavyo, naam kwa usahihi, ina maana sana kwao na kwa wafadhili. Kwa kutunza Sabato, ambayo Mungu hutangaza inapaswa kutunzwa takatifu, hutoa ishara ya utaratibu wao, wakionesha wazi kuwa wao wako upande wa Bwana. {CHSw 236.3}

Kuwa Nje na Mitego ya Ulimwengu-Jitegue

Sasa na daima tunapaswa kusimama kama watu tofauti na wa kipekee, huru kutoka katika sera zote za ulimwengu, kuishi bila aibu kwa kushirikiana na wale ambao hawana hekima ya kutambua madai ya Mungu yaliyowekwa wazi katika sheria Yake. Taasisi zetu zote za tiba zimeanzishwa kama

taasisi za Waadventista wa Sabato kuwakilisha sehemu mbali mbali za kazi ya Injili ya tiba ya Injili na hivyo kuandaa njia ya kuja kwa Bwana. Tunapaswa kuonyesha kwamba tunatafuta kufanya kazi kwa maelewano na mbingu. Tunapaswa kutoa ushuhuda kwa mataifa yote, jamaa, na lugha kwamba sisi ni watu wanaompenda na kumcha Mungu, watu ambao huweka kumbukumbu takatifu ya uumbaji Wake, ishara kati Yake na watoto Wake watiifu kwamba Yeye huwatakasa. Na kwa uwazi tunapaswa kuonesha imani yetu katika kuja kwa Bwana wetu hivi karibuni katika mawingu ya mbinguni. {CHSw 237.1}

Kama watu tumefedheheshwa sana na kazi ambayo baadhi ya ndugu zetu walio katika nafasi za uwajibikaji na wale ambao wametanga mbali na mapito ya zamani-alama za imani. Kuna wale ambao, ili kutekeleza mipango yao, kwa maneno yao wameikana imani yao. Hii inaonyesha jinsi utegemezi mdogo unavyoweza kuwekwa katika hekima na maamuzi ya kibinadamu. Sasa, kuliko ilivyokuwa awali, tunahitaji kuona hatari ya kuongozwa bila kinga kutoka katika uaminifu kwa amri za Mungu. Tunapaswa kutambua kwamba Mungu ametupa ujumbe uliokusudiwa, wa kuonya ulimwengu kabisa, kama vile alivyompa Nuhu ujumbe wa onyo kwa watu wa zamani walioishi kabla ya gharika- antediluvians. Hebu watu wetu wajihadhari kuipa umuhimu mdogo Sabato ili kuungana na wasioamini. Hebu wajihadhari na kujitenga na kanuni za imani yetu, na kuifanya ionekane kuwa sio vibaya kuendana na ulimwengu. Hebu waogope kutii ushauri wa mtu yeyote, kwa namna yoyote msimamo wake unavyoweza kuwa, anayefanya kazi kinyume na kile ambacho Mungu ametenda ili kuwatenga watu Wake na ulimwengu. {CHSw 237.2}

Bwana anawajaribu watu Wake ili kuona ni nani atakayekuwa mwaminifu kwa kanuni za ukweli Wake. Kazi yetu ni kutangazia ulimwengu ujumbe wa malaika wa kwanza, wa pili, na wa tatu. Katika kutekeleza majukumu yetu hatupaswi kuwadharau wala kuwaogopa maadui zetu.

Kujifungamanisha kwa mikataba na wale wasio wa imani yetu sio mpango wa Mungu. Tunapaswa kuwatendea kwa fadhili, staha na adabu wale wanaokataa kuwa waaminifu kwa Mungu, lakini hatupaswi kamwe! Kamwe! kuungana nao katika ushauri kuhusu maslahi muhimu ya kazi Yake. Kwa kuweka tumaini letu kwa Mungu, tunapaswa kusonga mbele kwa kasi, tukifanya kazi Yake bila ubinafsi, kwa kumtegemea Yeye kwa unyenyekevu, tukijikabidhi katika majaliwa Yake na yote yanayotuhusu sasa na siku zijazo, tukishikilia chanzo cha ujasiri wetu imara hadi mwisho, tukikukumbuka kwamba tunapokea baraka za mbinguni, sio kwa sababu ya kustahili kwetu, lakini kwa sababu ya kustahili kwa Kristo na ukubali wetu, kwa njia ya imani Kwake, neema nyingi za Mungu. {CHSw 238.1}

Tumeitwa Kuwa Watakatifu

Ninaomba kwamba ndugu zangu watambue kuwa ujumbe wa malaika wa tatu una thamani kubwa sana kwetu na kwamba utunzaji wa Sabato ya Kweli unapaswa kuwa ishara inayowatofautisha wale wanaomtumikia Mungu na wale wasiomtumikia Yeye. Hebu wale ambao wanasinzia na wasiojali waamke. Tumeitwa kuwa watakatifu, na tunapaswa kuepuka kwa uangalifu kutoa mvuto usio na faida yoyote ikiwa tutadumisha au la sifa za kipekee za imani yetu. Juu yetu tunalo jukumu zito la kuchukua hatua madhubuti zaidi za Ukweli na haki kuliko tulivyokuwa hapo awali. Mstari unaotenganisha kati ya wale wanaoshika amri za Mungu na wale wasiozishika, unapaswa kufunuliwa kwa uwazi dhahiri. Tunapaswa kumheshimu Mungu kwa dhati na kwa dhamiri, tukitumia kwa bidii kila njia ya kutunza uhusiano wa Agano na Yeye, ili tupokee baraka Zake, baraka zilizo muhimu sana kwa watu ambao watajaribiwa vikali. Kutoa muonekano kwamba imani yetu, dini yetu, sio nguvu muhimu maishani mwetu, ni kumvunjia Mungu heshima inayotawala maishani mwetu. Kwa hivyo tunapoziacha amri Zake, ambazo ni uhai wetu, tunakataa kwamba Yeye ni Mungu wetu na kwamba sisi ni watu Wake. **[Testimonies for**

the Church 7:104-109 (1902).] {CHSw 238.2}

SANITARIUM KUBWA SI MUHIMU

Nimeonyeshwa mara kwa mara kwamba sio busara kujenga taasisi kubwa. Sio kwa ukubwa wa taasisi ambapo kazi kubwa kwa ajili ya roho itakapotimizwa. Kituo cha afya kikubwa kinahitaji watendakazi wengi. Na mahali ambapo watu wengi wamekusanywa pamoja, ni vigumu sana kudumisha kiwango cha juu cha Maisha ya kiroho. Katika taasisi kubwa mara nyingi hutokea kwamba sehemu zenye uwajibikaji zinajazwa na watenda kazi ambao hawana nia za kiroho, ambao hawatumii busara kushughulika na wale ambao, ikiwa watatibiwa kwa busara, wataamshwa, watasadikishwa, na kuongolewa. {CHSw 239.1}

Hakuna hata robo moja ya kazi iliyofanyika ya kufungua Maandiko kwa wagonjwa ambayo ingeweza kufanywa, na hiyo ingefanywa katika sanitarium zetu ikiwa watenda-kazi wangepokea mafundisho kamili katika kazi za kidini. {CHSw 239.2}

Mahali ambapo watenda kazi wengi wamekusanyika mahali pamoja katika sehemu moja, usimamizi wa hali ya juu zaidi ya kiroho unahitajika kuliko ilivyokuwa ikidumishwa mara nyingi katika sanitarium zetu kubwa. —Testimonies for the Church 7:102, 103 (1902). {CHSw 239.3}

MABURUDISHO KATIKA SANITARIUM ZETU

Testimonies for the Church 4:577-579 (1881)

Wale ambao wanabeba jukumu katika vituo vya tiba wanapaswa kulindwa sana ili kwamba burudani zisiwe na tabia itakayoshusha kiwango cha Ukristo, na kisha kuishusha taasisi hii kwa usawa na zingine na kudhoofisha nguvu ya utauwa wa Kweli katika akili za wale ambao wameunganishwa nayo. Burudani za ulimwengu au za maonesho siyo muhimu kwa ustawi wa vituo vya tiba au kwa afya ya wagonjwa. Kadri wanavyokuwa na burudani ya aina hii, ndivyo watakavyopendezwa kwa udogo,

isipokuwa kama kitu cha aina hiyo kitaendelezwa. Akili iko kwenye homa ya machafuko ya kutafuta kitu kipya, cha kufurahisha, kitu ambacho haipaswi kuwa nacho. Na ikiwa burudani hizi zinaruhusiwa mara moja, zinatarajiwa tena, na wagonjwa hupoteza ladha yao kwa mpangilio wowote rahisi wa wakati huo. Lakini pumziko/repose, badala ya msisimko, ndicho wagonjwa wengi wanachokihitaji. {CHSw 240.1}

Mara tu burudani hizi zinapoingizwa, pingamizi juu ya kwenda majumba ya sinema huondolewa kutoka katika akili nyingi, na kusihi/ombi kwamba maonesho ya maadili na ya juu yanapaswa kuigizwa kwenye ukumbi wa michezo huvunja kizuizi cha mwisho. Wale ambao wangeruhusu kundi hili la burudani kwenye vituo vya tiba, ingekuwa bora kutafuta hekima kutoka kwa Mungu kuwaongoza hawa watu masikini, wenye njaa, wenye kiu kwenye Chemchemi ya raha, na amani, na furaha. {CHSw 240.2}

Wakati kunapokuwa na hali ya kuondoka kutoka kwenye njia sahihi, ni vigumu kurudi. Vizuizi vimeondolewa, kinga zimevunjwa. Hatua moja katika mwelekeo mbaya inaandaa hatua nyingine. Glasi moja ya kileo inaweza kufungua mlango wa majaribu ambayo yatasababisha tabia ya ulevi. Hisia moja ya kulipiza kisasi iliyoendekezwa inaweza kufungua njia kwenye mkondo wa hisia ambazo zitaishia katika mauaji. Kupotoka kidogo kutoka kwenye haki na kanuni husababisha kujitenga na Mungu na huweza kuishia katika uasi. Tunachofanya mara moja, tunaweza kukifanya tena kwa urahisi kwa utayari safari nyingine; na kwenda mbele katika njia fulani, iwe sawa au sio sawa, ni rahisi zaidi kuliko kuanza. Inachukua muda kidogo na bidii kuharibu njia zetu mbele za Mungu kuliko kuingiza tabia za haki na ukweli. Chochote ambacho mtu amekizoea, kiwe ni ushawishi mzuri au mbaya kwake, ni vigumu kuachana nacho. {CHSw 240.3}

Wasimamizi wa vituo vya tiba bora wahitimishe mara moja kwamba 1 hawataweza kamwe kuridhisha kundi hilo la akili ambalo linaweza kupata furaha tu katika kitu kipya na

cha kufurahisha. Kwa watu wengi hili limekuwa lishe ya akili wakati wa maisha yao; kuna ugonjwa wa kuvembewa akili na mwili(dyspeptic-kurundukiwa vitu akilini au mwilini mpaka kushindwa kuviyeyusha). Wengi wanaugua magonjwa roho zaidi ya magonjwa ya mwili, na hawatapata ahueni mpaka watakapomjia Kristo, chemchemi ya uzima. Malalamiko ya uchovu, upweke, na kutoridhika ndipo vitakoma. Furaha ya kuridhisha itatoa nguvu kwenye akili na afya na nguvu muhimu kwa mwili. {CHSw 241.1}

Ikiwa matabibu na watenda kazi watajidanganya kwamba watapata suluhisho la shida au magonjwa yote kwa kuwapatia maburudisho kadhaa, sawa na yale ambayo yamekuwa laana ya maisha yao, watakatishwa tamaa. Usiruhusu burudani hizi kuwekwa katika nafasi ambayo Chemchemi hai inapaswa kuchukua. Nafsi yenye njaa na kiu itaendelea kupata njaa na kiu, maadamu inashiriki burudani hizi zisizoridhisha moyo. Lakini wale wanaokunywa maji yaliyo hai hawataona kiu tena kwa burudani za upuuzi,za kusisimua, batili, za kupendeza, na za kufurahisha. Kanuni bora za Kiroho/kidini zitaimarisha nguvu za kiakili na zitaharibu hamu ya kuridhika. **[Testimonies for the Church 4:577-579 (1881).]** {CHSw 241.2}

KUTIANA MOYO

[The Review and Herald, August 8, 1907.]

Katika ujenzi wa sanitarium zetu,tunapaswa kuwa waangalifu sana kuepuka matumizi yasiyo ya lazima ya mali. Ni wajibu wetu kujifunza na kuzingatia usahili na unyenyekevu. Hata hivyo, kuna baadhi ya maeneo yenye umuhimu maalum na ushawishi mkubwa ambapo nyumba bora zaidi na nafasi zaidi zinahitajika kuliko vile inavyohitajika kwa kazi ya sanitarium katika maeneo mengine. Maana tunayotaka kuacha katika akili za wagonjwa ni ile ya Kweli tunayoifundisha, si ya ukubwa wa majengo. {CHSw 242.1}

Hatujajenga sanitarium nyingi mno. Katika dunia yetu, kuna shamba kubwa la kazi ya kweli ya utume wa umishenari wa tiba. Sanitarium zetu vinapaswa kuwa kama taa zinazoangaza katikati ya giza la maadili. Ndani yake, wagonjwa na walio katika maumivu watashuhudia nguvu ya ajabu ya Kristo inayofanya miujiza, kama inavyoonyeshwa katika maisha ya watenda kazi wa huduma hii. ***Vivyo hivyo nuru yenu na iangaze mbele ya watu, wapate kuyaona matendo yenu mema, wamtukuze Baba yenu aliye mbinguni.*** **Mathayo 5:16** Ruhusu taa ya mwanga kutoka kwenye neno la Mungu iingie wazi bila shaka. {CHSw 242.2}

Hebu kila kitu kinachohusiana na sanitariamu na mazingira yake kihifadhiwe kwa utaratibu, unadhifu na usafi, ili kazi hiyo ipandishwe hadhi katika macho ya watu, na pia iendelee kuwa na ushawishi unaoinua roho mara kwa mara...{CHSw 242.3}

Shule Karibu na Sanitariamu

Kazi ya kielimu inapaswa kuendelezwa kwa kuunganishwa na sanitariamu zetu zote. Kuna uhusiano wa karibu kati ya kazi ya shule zetu na sanitariamu zetu, na popote inapowezekana, kuna faida kubwa kuwa na shule iliyo karibu na sanitariamu. Mpangilio kama huu unaleta faida kubwa kwa pande zote mbili za kazi. {CHSw 242.4}

Ongea maneno ya kutia moyo

Tuwakatishe tamaa wenzetu. Tushikamane kwa umoja kuhakikisha kila kipengele cha kazi ya Bwana kinafanikiwa. Ikiwa mtu anakujia na kukueleza maneno ya kukatisha tamaa kuhusu kazi katika taasisi zetu fulani, akisema kuwa ni za fahari kwa kupitiliza au zina ubaradhifu kupita kiasi, mwambie, “Nasikitika ikiwa hivyo ni kweli, lakini

tuwasaidie ikiwa wako katika hali ya shida.” Ukizungumza kwa namna hii, unaweza kuepuka maovu mengi ambayo yangejitokeza kama ungekata huruma zako na kushindwa kusaidia wale ambao, huenda, wamewasilishwa kwa njia isiyo sahihi au kusingiziwa jambo. Tusikate tamaa hata kwa wale waliofanya makosa, kwa kuwachukulia kana kwamba wametukosea dhambi isiyoweza kusameheka. Badala yake, tuwahimize kwa njia zote zinazowezekana, na tukiona wanashughulika kwa bidii kunyanyua taasisi, hebu nasi tuinue kazi pamoja nao……

•

Tunahitaji kuwa wepesi katika maombi, watu wenye utayari kwa maombi, wakati wowote. Ni nafasi yetu kubwa kupeleka roho zetu zisizo na msaada kwa Yesu Kristo, na kupumzika kwa wokovu wetu kwa misingi ya mapenzi Yake. Tuseme maneno yanayoinua, yanayoboresha na kuutunza moyo, na ambayo yataacha mguso wa kumbukumbu njema kwa wale tunaozungumza nao. Bwana anataka tutakaswe na kutembea kwa unyenyekevu wa nia na akili mbele Zake. Tukizitii amri Zake, hatuwezi kuaibishwa na, kukatishwa tamaa kwa haki. Wengine wanaweza kuzungumzia, kueneza habari za uovu kuhusu sisi, lakini habari hizo siyo lazima ziwe kweli. {CHSw 243.2}

Tabia Inayofanana na Kristo

Katika taasisi zetu, ambapo watu wengi wenye tabia tofauti wanakusanyika, ni lazima kila mmoja akuze na kupalilia roho ya ukarimu na kutokuwa na ubinafsi. Ijapokuwa kila mmoja ataonyesha upekee au utambulisho wake, awekwe akidhani ni nafasi yake kuunda wengine kulingana na akili au maoni yake binafsi. Ingawa kila mmoja ataonyesha upekee au utambulisho wake kama mtu binafsi,ila iwe ni upekee unaodhibitiwa na Roho Mtakatifu. Tukikubali wema na

tabia ya Kristo, kutakuwa na muunganiko wa mioyo na maslahi yanayofaa kwa wote. {CHSw 243.3}

Sanitariamu zetu zinapaswa kuwa mawakala wa kuwaletea wagonjwa afya inayodumishwa kwa furaha na amani ya roho. Kila mtendakazi anapaswa kushirikiana na daktari, kwa kuonyesha wema na upole-huruma nyororo, ili kuwaletea wagonjwa na watu wanaoteseka zeri/tiba ya uponyaji. {CHSw 244.1}

Kila mtu ana wajibu mbele za Mungu kuhusu utumiaji wa vipaji vyake. Ana wajibu wa kukua kila siku katika neema. Hebu mtu yoyote yule asidhanie kwamba kwa vile yeye amejiimarisha kwa ile Kweli ya sasa, kuwa hafanyi makosa. Lakini ikiwa makosa yamefanywa, awe tayari kuyarekebisha. Tuyaepuke yote yanayoweza kuleta migongano na chuki, kwani mbinguni ipo mbele yetu, na huko hakuna migongano itakayokuwa kati ya wake. {CHSw 244.2}

Tunapaswa kuishi, si kwa ajili ya kujinua wenyewe, bali kama watoto wadogo wa Mungu, kufanya kazi tuliyopewa kwa uwezo wetu wote. Ni jukumu letu kutoa mguso/taswira sahihi kwa wengine. Tunajiandaa kwa uzima wa milele, kwa ajili ya sanitariamu ya juu mbinguni, ambapo Daktari Mkuu atafuta machozi ya kila jicho, na ambapo majani ya mti wa uzima yapo kwa uponyaji wa mataofa. {CHSw 244.3}

MAWAZO YA KIDINI YASIYOPASWA KUHIMIZWA KWA WAGONJWA

Testimonies for the Church 3:166, 167 (1872)

Dini ya Kristo haipaswi takatifu kufanywa ili maarufu. Kama kiwango

kuwekwa nyuma na kanuni zake kukidhi tabaka lolote, hata kama ni cha Ukweli na utakatifu kitashushwa,

kusudi la Mungu halitatimizwa katika taasisi hii. {CHSw 245.1}

Lakini Mafundisho yetu ya imani yetu ya kipekee hayapaswi kujadiliwa na wagonjwa. Akili zao hazipaswi kusisimuliwa bila sababu juu ya masomo ambayo tunatofautiana, isipokuwa kama wao wenyewe watapenda kuyajadili; na kisha tahadhari kubwa inapaswa kuchukuliwa kutosumbua akili kwa kuwahamasisha watu kuipokea imani yetu ya kipekee. Taasisi ya Afya siyo mahali pa kukimbilia kuingia kwenye majadiliano juu ya maoni ya imani yetu ambayo tunatofautiana na ulimwengu wa kidini kwa ujumla. Mikutano ya maombi hufanyika katika Taasisi ambayo wote wanaweza kushiriki ikiwa wanachagua, lakini kuna mengi ya kuzungumzia kuhusiana na dini ya Biblia yasiyohitaji kugusa tofauti zenye kutatanisha. Ushawishi wa kimya utafanya makubwa zaidi ya mabishano ya wazi. {CHSw 245.2}

Katika kuhimiza kwenye mikutano ya maombi baadhi ya watunza Sabato wamehisi kuwa imewapasa kuingiza Ujumbe wa Sabato na wa malaika wa tatu vinginevyo wangekosa kuwa na uhuru. Hii ni tabia ya akili finyu. Wagonjwa ambao hawajui imani yetu hawajui nini maana ya ujumbe wa malaika wa tatu. kuzitambulisha mada hizi bila ufafanuzi wazi juu yake hufanya madhara tu. Lazima tukutane na watu mahali walipo, na bado hatuhitaji kuitoa mhanga, hata kanuni moja ya Ukweli. Mkutano wa maombi utathibitisha baraka kwa wagonjwa, wasaidizi, na matabibu. Vipindi vifupi na vya kupendeza vya sala na ibada ya kijamii itaongeza ujasiri wa wagonjwa kwa wadaktari na wasaidizi wao. Wasaidizi hawapaswi kunyimwa mikutano hii kwa sababu ya kazi zao isipokuwa pale ambapo ni lazima. Wanawahitaji na wanapaswa kufurahi pamoja nao. {CHSw 245.3}

Kwa kuanzisha mikutano 1 yenye masaa endelevu, wagonjwa huisadki Taasisi na wanahisi wako nyumbani zaidi. Na

hivyo njia huwa imeandaliwa kwa mbegu ya Ukweli kuota mizizi katika baadhi ya mioyo. Mikutano hii inavutia sana wale wanaodai kuwa Wakristo na hujenga hisia nzuri kwa wale ambao siyo Wakristo. Kuaminiana kunaongezeka kati yao, na chuki hupunguzwa na katika hali nyingi huondolewa kabisa. Halafu kunakuwepo fadhaa ya kuhudhuria mkutano wa Sabato. Pale, katika nyumba ya Mungu, ni mahali pa kuongea mitazamo yetu ya kimadhehebu. Hapo mchungaji anaweza kuzungumzia kwa uwazi juu ya mambo muhimu ya Ukweli wa leo na kwa roho ya Kristo, kwa upendo na unyororo, kusisitiza mioyoni juu ya hitaji la utii kwa mahitaji yote ya Mungu, na kuuacha Ukweli usadikishe mioyo. **[Testimonies for the Church 3:166, 167 (1872).]** {CHSw 246.1}

KWA MADHEHEBU NA MATABAKA YOTE

Tunapaswa kumwalika kila mtu - watu wa hali ya juu na wa chini, tajiri na maskini, wa madhehebu yote na matabaka yote - kushiriki faida za taasisi zetu za tiba. Tunapokea watu wa madhehebu yote katika taasisi zetu. Lakini sisi wenyewe tunapaswa kuwa madhubuti katika dhehebu (strictly denomination); maana kwa utakatifu tumetengwa na Mungu na tuko chini ya utawala Wake. Lakini hatupaswi kushinikiza kwa mtu yeyote alama za upekee wa imani yetu bila busara. **—Testimonies for the Church 7:109 (1902).** {CHSw 246.2}

Huduma ya Tiba, Maisha Hai na Maombi

Niliona kwamba sababu ambayo Mungu hakuyasikia kikamilifu maombi ya watumishi Wake kwa wagonjwa walio miongoni mwetu ni kwa kuwa hakuweza kutukuzwa kwa kufanya hivyo wakati walipokuwa wakikiuka sheria za afya. Na niliona

pia kwamba Mungu amebuni matengenezo ya afya na taasisi ya afya ili kuandaa njia ya maombi ya imani kujibiwa kikamilifu. Imani na matendo mema vinapaswa kwenda sambamba katika kuwatuliza walioteswa miongoni mwetu, na kuwafanya watu wafae kumtukuza Mungu hapa na kuokolewa wakati wa kuja kwa Kristo. Mungu aepushie mbali ili hawa waliotaabika kamwe wasije wakakatishwa tamaa na kuhuzunishwa kwa kuwakuta wakuu wa taasisi wakifanya kazi kwa mtazamo wa kilimwengu badala ya kuongeza bidii kwenye mazoezi ya usafi na afya, baraka na fadhila za akina baba na akina mama walezi katika Israeli (mothers in Israeli). {CHSw 247.1}

Hebu mtu yeyote asipate wazo kwamba taasisi ni mahali pao pa kuja ili kuinuliwa katika maombi ya imani. Hapo ni mahali pa kupata nafuu ya magonjwa kwa tiba na mazoea ya mtindo wa maisha bora, na kujifunza jinsi ya kuepukana na magonjwa. Lakini ikiwa kuna sehemu moja chini ya mbingu zaidi ya nyingine ambapo sala inayotuliza, yenye huruma inapaswa kutolewa na wanaume na wanawake wa waliojitoa wakfu na wenye imani ni katika taasisi kama hiyo. Wale wanaowatibu wagonjwa wanapaswa kusonga mbele katika kazi yao muhimu wakimtegemea sana Mungu kwa baraka Zake na kutumia rasilimali ambazo ameziandaa kwa neema, na ambazo kwa ukarimu na rehema Zake amevuta usikivu wetu kama hewa safi, usafi, lishe bora, vipindi sahihi vya kazi na mapumziko, na matumizi ya maji. Hawapaswi kuwa na masilahi ya ubinafsi nje ya kazi hii muhimu na makini. **—Testimonies for the Church 1:561 (1865).** {CHSw 247.2}

VITUO VYA MVUTO NA MAFUNZO

[The Review and Herald, May 2, 1912]

Bwana ameagiza kwamba sanitariamu zianzishwe katika sehemu nyingi ili zisimame kama kumbukumbu kwa ajili Yake. Hii ni mojawapo ya njia Zake teule za kutangaza ujumbe wa malaika wa tatu. Kwa njia hii, Ukweli utawafikia wengi ambao, bila vyombo hivi, wasingewahi kuangaziwa na nuru ya Injili. Katika kuwasilisha Ukweli, wengine watavutwa na sehemu moja ya ujumbe wa Injili na wengine, kwa sehemu nyingine. Tumeagizwa na Bwana tufanye kazi kwa namna ambayo itawafikia watu wa tabaka zote. Ujumbe huu lazima uende kwa ulimwengu wote. Kazi ya sanitariamu zetu ni kusaidia kukamilisha idadi ya watu wa Mungu. Kupitia kazi hii ya juhudi za kimishenari, watu wasioamini wataongoka. Kupitia miujiza ya uponyaji itakayoshuhudiwa katika sanitariamu zetu, wengi wataelekezwa kumtazama Kristo kama tabibu wa roho na mwili. {CHSw 248.1}

Watendakazi wanaojikana nafsi, wenye imani timilifu kwa Mungu, wanapaswa kuchaguliwa kusimamia taasisi hizi. Wanaume na wanawake wenye hekima, wakihudumu katika nafasi ya wauguzi, wanapaswa kuwafariji na kuwasaidia wagonjwa na wenye kuteseka. Sanitariamu zetu zinapaswa kuwa kama nuru ing'aayo katika giza, kwa sababu madaktari, wauguzi na wasaidizi wanaakisi mwanga wa jua wa haki ya Kristo.... {CHSw 248.2}

Sanitariamu zinapaswa kuanzishwa na kuendeshwa kwa namna ya kielimu. Zinapaswa kuuonyesha ulimwengu wema na ukarimu wa Mbinguni. Ingawa uwepo wa Kristo kwa macho hauonekani leo, watendakazi wanaweza kudai ahadi hii: "***Na tazama, Mimi Nipo pamoja nanyi siku zote, hata ukamilifu wa dahari.***" **(Mathayo 28:20).** Amewahakikishia wafuasi Wake kwamba kwa wale wampendao na kumcha, atawapa nguvu ya kuendeleza kazi aliyoianzisha. Alienda akitenda mema, Akiwafundisha na kuponya wagonjwa. Kazi Yake haikukomea tu katika kuonyesha uwezo Wake juu ya magonjwa. Kila tendo la uponyaji alilitumia kama fursa ya kupandikiza ndani ya moyo wa wanadamu kanuni za Kiungu za

upendo na wema. Vivyo hivyo wafuasi Wake wanapaswa kufanya kazi. Kristo Hayupo tena duniani kimwili, lakini Ametutuma tuendeleze kazi ya kimishenari ya afya aliyoianzisha; na katika kazi hii tunapaswa kufanya kwa ubora zaidi. Ili kuendeleza kazi hii, taasisi za kutunza wagonjwa zinapaswa kuanzishwa, ambapo wanaume na wanawake wanaoteseka kwa magonjwa watawekwa chini ya utunzaji wa madaktari na wauguzi wacha Mungu. {CHSw 248.3}

Katika sanitariamu zetu, Ukweli unapaswa kuthaminiwa, wala usifukuzwe au kufichwa; na kutoka humo nuru wa Kweli ya sasa lazima iangaze kwa miale iliyo wazi na dhahiri. Taasisi hizi ni vyombo vya Bwana kwa ajili ya kufufua maadili safi na ya juu. Hatuzianzishi kama biashara ya kutafuta faida, bali ili kuwasaidia wanaume na wanawake kufuata tabia sahihi za maisha. Wale ambao kwa sasa hawana ufahamu wanapaswa kuwa wenye hekima. Wanaoteseka wanapaswa kupatiwa nafuu, na afya kurejeshwa. Watu wafundishwe jinsi, kwa kutumia uangalifu katika mazoea yao ya kila siku, wanaweza kudumisha afya. Kristo alikufa ili kuwaokoa wanadamu wasiangamie. Sanitariamu zetu zinapaswa kuwa mkono wa msaada wa Kristo, zikifundisha wanaume na wanawake jinsi ya kuishi kwa namna itakayomheshimu na kumtukuza Mungu. Iwapo kazi hii haitatekelezwa katika sanitariamu zetu, wale wanaoziendesha watakuwa wamefanya kosa kubwa. {CHSw 249.1}

WITO MKUU KWA WATENDAKAZI WA SANITARIUM ZETU

Testimonies for the Church 7:68-71 (1902)

Watenda-kazi katika sanitarium zetu wana wito mkuu na mtakatifu. Wanahitajika kuamka ili kutambua utakatifu wa kazi yao. Tabia ya kazi hii na 1 kiwango cha mvuto wake vinahitaji bidii ya dhati na kujiweka wakfu kweli kweli. {CHSw 250.1}

Katika sanitarium zetu wagonjwa na wanaoteseka wanapaswa kuongozwa kutambua kwamba wanahitaji msaada wa kiroho na urejeshaji wa afya ya mwili. Wanapaswa kupewa kila faida kwa urejeshaji wa afya ya mwili; na wanapaswa kuoneshwa pia maana ya kubarikiwa na nuru na maisha ya Kristo, inamaanisha nini kufungamanishwa na Yeye. Wanapaswa kuongozwa kuona kwamba neema ya Kristo katika nafsi hukiinua kiumbe chote. Na kwa njia yoyote bora hawawezi kujifunza juu ya maisha ya Kristo kwa ubora kuliko kuona yakifunuliwa katika maisha ya wafuasi Wake. {CHSw 250.2}

Mtendakazi mwaminifu huweka macho yake kwa Kristo. Akikumbuka kuwa tumaini lake la uzima wa milele ni kwa sababu ya msalaba wa Kristo, ameamua kamwe kutomvunjia heshima Yeye aliyetoa uhai Wake kwa ajili Yake. Moyo Wake unavutwa (shauku) sana kwa binadamu wanaoteseka. Yeye huomba na kufanya kazi, akiangalia roho kama mtu ambaye anapaswa kutoa hesabu, akijua kwamba roho ambazo Mungu huzileta ili kukutana na Kweli na haki zinastahili wokovu. {CHSw 250.3}

Watenda kazi wetu wa sanitarium wanahusika katika vita takatifu. Kwa wagonjwa na wanaotaabika na kuteseka wanapaswa kuwasilisha Ukweli kama ulivyo katika Yesu; wanapaswa kuuwasilisha kwa adhima yake yote, lakini kwa unyenyekevu na upole ili kwamba roho zivutwe kwa Mwokozi. Daima, kwa maneno na matendo, wanapaswa kumfanya Yesu ainuliwe kama tumaini la uzima wa milele. Siyo kwa kuzungumza neno hata moja kali, sio kwa kufanya matendo ya ubinafsi. Watenda kazi wanapaswa kuwatendea wote kwa wema-fadhila. Maneno yao yanapaswa kuwa ya upole na ya upendo. Wale wanaoonesha unyenyekevu wa kweli na adabu ya Kikristo wataongoa roho kwa ajili ya Kristo. {CHSw 250.4}

Angahewa la Utulivu-amani

Tunapaswa kujitahidi kuwarejeshea afya ya mwili na kiroho wale wanaokuja katika sanitarium zetu. Hebu basi tufanye maandalizi ya kuwavuta kwa msimu mmoja mbali na yale mazingira yanayowaongoza kwenda mbali na Mungu, kwenda katika angahewa safi. Kutoka nje, kuzungukwa na vitu vizuri ambavyo Mungu ameumba, kupumua hewa safi, inayotoa afya, wagonjwa wanaweza kuambiwa kwa uzuri juu ya maisha mapya katika Kristo. Hapa maneno ya Mungu yanaweza kufundishwa. Hapa mwanga wa jua la haki ya Kristo unaweza kuangaza ndani ya mioyo iliyotiwa giza na dhambi. Kwa subira, kwa huruma, ongoza wagonjwa kuona hitaji lao la Mwokozi. Waambie kwamba Yeye huwapa nguvu wanyonge wanaozimia na kwamba kwa wale wasio na nguvu, Yeye Anawaongezea nguvu. {CHSw 251.1}

Tunahitaji kufahamu kikamilifu zaidi maana ya maneno: ***"Naliketi kivulini Mwake kwa furaha, Na matunda yake naliyaonja kuwa matamu.." Wimbo Ulio bora 2: 3.*** Maneno haya hayatuletei akilini mwetu picha ya kusafiri kwa haraka, lakini picha ya kupumzika kwa utulivu. Kuna watu wengi wanaodai kuwa Wakristo ambao wana wasiwasi na huzuni, wengi ambao wamejaa shughuli nyingi kiasi kwamba hawawezi kupata wakati wa kupumzika kwa utulivu katika ahadi za Mungu, watu wanaojifanya kana kwamba hawawezi kuwa na amani na utulivu. Kwa wote hao mwaliko wa Kristo ni: ***"Njooni Kwangu, ... Nami nitawapumzisha." Mathayo 11:28.*** {CHSw 251.2}

Hebu tuachane na njia za maisha zenye vumbi na joto ili kupumzika katika kivuli cha upendo wa Kristo. Hapa tunapata nguvu katika pambano. Hapa tunajifunza jinsi ya kupunguza shida na wasiwasi, na jinsi ya kuzungumza na kuziimba sifa za Mungu. Hebu waliochoka na wenye kulemewa wajifunze toka kwa Kristo somo la Imani iliyotulia na tumaini. Lazima waketi chini ya kivuli Chake

kama wangetaka kuwa wamiliki wa amani na pumziko Lake. {CHSw 251.3}

Nyumba ya Hazina ya Uzoefu

Wale ambao hufanya kazi katika sanitarium wanapaswa kuwa na hazina iliyojaa utajiri kwa sababu Ukweli umepandikizwa moyoni na kama kitu kitakatifu hutunzwa na kulishwa na neema ya Mungu. Wakiweka mizizi na msingi wa Ukweli, wanapaswa kuwa na imani inayofanya kazi kwa upendo na kutakasa roho. Wakiomba baraka daima, wanapaswa kufunga madirisha ya roho dhidi ya hali ya hewa mbaya ya ulimwengu na kuyafungua yale yanayoelekea mbinguni ili kupokea miale mizuri ya Jua la Haki. {CHSw 252.1}

Ni nani anayejiandaa kuchukua kwa uangalifu kazi ya umishenari wa tiba? Kwa kazi hii akili za wale wanaokuja kwenye vituo vyetu vya tiba wanapaswa waongozwe kwa Kristo na kufundishwa kuunganisha udhaifu wao na nguvu Zake. Kila mtendakazi anapaswa kuwa na uelewa mzuri kwa ufanisi. Halafu kwa hali ya juu na pana anaweza kuwasilisha Ukweli kama ulivyo katika Yesu. {CHSw 252.2}

Watenda kazi katika Sanitarium zetu wanaendelea kukutana na majaribu daima. Hukutanishwa na wasioamini, na wale ambao hawajasimikwa katika imani watadhurika kwa kukutana huko. Bali wale wanaokaa ndani ya Kristo watakutana na wasioamini kama Yeye (Kristo) alivyokutana nao, wakikataa kuvutwa kutoka katika utii wao, lakini daima wakiwa tayari kuzungumza neno kwa msimu, mara zote wakiwa tayari kupanda mbegu za Ukweli. Watakesha katika maombi, wakidumisha uadilifu wao thabiti na kila siku wakionesha msimamo usiobadilika wa dini yao. Mvuto wa watenda kazi kama hao ni baraka kwa wengi. Kwa maisha yenye mpangilio mzuri huvuta roho msalabani. Mkristo wa Kweli anamkubali Kristo kila wakati. Yeye ni mchangamfu kila wakati, Yuko tayari kuongea maneno ya matumaini na faraja kwa wanaoteseka. {CHSw 252.3}

"Kumcha Bwana ni chanzo cha maarifa." Mithali 1:7. Sentensi moja ya Maandiko ina thamani zaidi ya maoni au hoja elfu kumi za wanadamu. Wale ambao wanakataa kufuata njia ya Mungu mwishowe watapokea hukumu, *"Ondokeni Kwangu."* Lakini tunaponyenyekea katika njia ya Mungu, Bwana Yesu huongoza akili zetu na hujaza midomo yetu kwa hakikisho. Tunaweza kuwa na nguvu katika Bwana na katika uweza wa nguvu Zake. Tunapompokea Kristo, tumevikwa nguvu. Mwokozi anayekaa kwetu hufanya nguvu Zake mali yetu. Ukweli unakuwa hisa yetu katika biashara. Hakuna uovu unaoonekana maishani. Tunaweza kusema maneno kwa wakati kwa wale ambao hawajui Ukweli. Uwepo wa Kristo moyoni ni nguvu inayochangamsha, inayoimarisha kiumbe chote. {CHSw 253.1}

Kujitosheleza Wenyewe ni Hatari

Nimeagizwa kuwaambia watenda kazi wetu wa sanitarium kuwa kutokuamini na kujitosheleza ni hatari ambazo lazima wazichunge aima na kujiepusha nazo kila wakati. Wanapaswa kuendeleza vita dhidi ya uovu kwa bidii na kujitolea ili wagonjwa wahisi mvuto unaoinua wa juhudi zao zisizo na ubinafsi. {CHSw 253.2}

Hakuna chembe ya kutafuta-ubinafsi ambayo inapaswa kuharibu huduma yetu. *"Hamwezi kumtumikia Mungu na mali." Mathayo 6:24.* Mwinue, Mtu wa Kalvari. Mwinue kwa imani iliyo hai kwa Mungu, ili maombi yako yashinde. Je, tunatambua jinsi Yesu atakavyosogea karibu nasi? Yeye Anazungumza nasi kibinafsi. Atajifunua kwa kila mtu ambaye yuko tayari kuvikwa vazi la haki Yake. Yeye Anasema: *"Kwa maana Mimi, BWANA, Mungu wako, nitakushika mkono wako wa kuume. Isaiah 41:13."* Hebu na tujiweke mahali ambapo anaweza kutushika mkono, ambapo tunaweza kumsikia akisema kwa uhakika na kwa mamlaka: *"na Mimi Ndiye aliye hai; Nami nalikuwa nimekufa, na tazama, ni hai hata milele* 1 *na milele. Nami ninazo funguo za mauti, na za kuzimu." Ufunuo 1:18*. **[Testimonies for the Church 7:68-71 (1902).]** {CHSw 253.3}

MBADALA WA LISHE BORA

Mtu anapoacha kutumia lishe ya nyama, mbadala wake unapasa uwe aina mbalimbali za nafaka, njugu, mboga-mboga, na matunda ambayo yatakuwa yenye lishe ya kuvutia na kupendeza na hivyo kumfanya mtu awe na hamu ya kula. Hii ni muhimu sana, hasa kwa wale ambao ni dhaifu au ambao wanapata uchovu kwa kujishughulisha na kazi daima. Kwenye baadhi ya nchi ambako umaskini umesheheni, nyama ndicho chakula chenye bei nafuu zaidi. Chini ya hali kama hizi, mabadiliko yatafanywa kwa shida zaidi; lakini mabadiliko yanaweza kutekelezwa. Tunapaswa, hata hivyo, kuzingatia mazingira ya watu na nguvu ya mazoea ya maisha na katika kuleta mabadiliko, na tunapaswa kuwa waangalifu na wenye busara ili tusisitize yale mawazo ambayo siyo sahihi kwa njia isiyofaa. Hakuna anayepaswa kulazimishwa kufanya mabadiliko ya ghafla. Ulaji wa nyama unapaswa kuachwa kwa kuingiza mbadala wa vyakula vizuri ambavyo ni vya bei nafuu. Katika suala hili, mengi yanategemea mpishi. Kwa kuwa na uangalifu na stadi, chakula kinachoandaliwa, kitakuwa lishe bora na chenye ladha nzuri, na ambacho kwa kiwango kikubwa, kitakuwa kama mbadala wa chakula cha nyama. **—The Ministry of Healing, 316, 317 (1905).** {CHSw 254.1}

SEHEMU YA 6—KAZI YA TAASISI ILIYOFANIKIWA
SIRI YA MAFANIKIO

Mafanikio ya vituo vya tiba vya sanatarium hutegemea kudumisha unyenyekevu wa utauwa na kuachana na upumbavu wa ulimwengu katika kula, kunywa, kuvaa, na burudani. Lazima iwe ya matengenezo katika kanuni zake zote. Msiruhusu kitu chochote kibuniwe ili kukidhi matakwa ya roho na kuchukua nafasi na muda unaodaiwa na Kristo na huduma Yake; kwa kuwa hii itaharibu nguvu ya taasisi kama nyenzo ya Mungu ya kugeuza roho maskini, za wagonjwa-wenye dhambi, ambao, bila kujua njia ya maisha na amani, wametafuta furaha kwa kiburi na upumbavu wa bure. {CHSw 255.1}

"Kusimama katika kusudi na kuwa Mkweli," kunapaswa kuwa msimamo wa wote wanaounganishwa na vituo vya tiba rahisi vya Sanitarium. Wakati hakuna anayepaswa kusisitiza imani yetu juu ya wagonjwa au kushiriki katika mabishano ya kidini nao, maandishi na machapisho yetu, yaliyochaguliwa kwa uangalifu, yanapaswa kuonekana karibu kila mahali. Kipengele cha kidini/kiroho lazima kiwe kipaumbele. Hii limekuwa na litakuwa nguvu ya taasisi hiyo milele. Hebu tusiruhusu kimbilio letu la afya kupotoshwa kwa huduma ya ulimwengu na mitindo/fasheni. Kuna taasisi za afya na usafi (hygenic restaurants-google usome zaidi) za kutosha katika nchi yetu ambazo ni zipo kama hoteli tu za kukaa huko kuliko zilivyo mahali ambapo wagonjwa na wanaoteseka wanaweza kupata ahueni kwa magonjwa yao ya mwili na roho inayougua dhambi kupata amani na mapumziko kwa Yesu ambayo hayapatikani mahali pengine popote. Hebu kanuni za kidini zijulikane na ziwe jambo muhimu na kuwekwa hivyo; hebu kiburi na umaarufu vitupwe; hebu unyenyekevu na uwazi/usahili,

fadhili na uaminifu, vionekane kila mahali; Kisha Sanitarium, yaani vituo vya tiba rahisi, vitakuwa vile ambavyo Mungu alikusudia viwe; ndipo Bwana atakapoipatia upendeleo. **—Testimonies for the Church 4:586, 587 (1881).** {CHSw 255.2}

TABIA YA KIADILI NA KIAKILI

Testimonies for the Church 4:545-549 (1878)

Katika maono niliyopewa Oktoba 9, 1878, nilionyeshwa nafasi ambayo kituo chetu cha Afya huko Battle Creek kinavyopaswa kuwepo, kuendeshwa na tabia na ushawishi ambao unapaswa kudumishwa na wote wanaohusika nacho. Taasisi hii muhimu imeanzishwa kwa majaliwa ya Mungu, na baraka Zake ni za lazima kwa mafanikio yake. Madaktari si wababaishaji/matapeli wala makafiri (quacks), bali ni watu wanaoelewa mfumo wa binadamu na mbinu bora zaidi za kutibu magonjwa -- watu wanaomcha Mungu na ambao wana nia ya dhati kwa ajili ya ustawi wa kimaadili na ya kiroho ya wagonjwa wao. Maslahi haya kwa manufaa ya kiroho na kimwili, wasimamizi/mameneja wa taasisi hawapaswi kujitahidi kuyaficha. Kwa maisha ya uaminifu-maadili ya Kweli ya Kikristo wanaweza kuutolea ulimwengu kielelezo kinachostahili kuigwa, nao hawapaswi kusitasita kuruhusu ionekane kwamba pamoja na ustadi wao wa kutibu magonjwa, wao wanaendelea kupata hekima na ujuzi kutoka kwa Kristo, Mwalimu mkuu ambaye ulimwengu umewahi kumjua. Ni lazima wawe na uhusiano huu na Chanzo cha hekima yote, ili kazi yao ifanikiwe. {CHSw 256.1}

Nguvu ya Ukweli

Ukweli una uwezo wa kumwinua mpokeaji. Kama Kweli ya Biblia ikiwa na mvuto wake mtakatifu juu ya moyo na tabia, itawafanya waumini kuwa na akili zaidi. Mkristo ataelewa wajibu wake kwa Mungu na kwa wanadamu wenzake ikiwa kweli ameunganishwa na Mwana-Kondoo wa Mungu, ambaye alitoa uhai Wake kwa ajili ya ulimwengu. Ni kwa kuboreshwa tu kwa kuendelea kwa

kiakili na vilevile nguvu za maadili ndipo tunaweza kutumaini kujibu kusudi la Muumba wetu. {CHSw 256.2}

Ufanisi Usiofaa Humchukiza Mungu

Mungu anachukizwa na wale ambao ni wazembe sana au wavivu wasio wachapakazi wazuri, na wasio na ujuzi. Mkristo anapaswa kuwa na akili mahiri na utambuzi zaidi kuliko walimwengu. Kujifunza Neno la Mungu daima huendelea kupanua na kuimarisha akili. Hakuna kitu kitakachosafisha na kuinua tabia, na kutoa nguvu kwa kila nyanja, kama mazoezi ya mara kwa mara ya akili kushika na kufahamu Kweli nzito na muhimu za Bwana (Maandiko Matakatifu). {CHSw 257.1}

Akili ya mwanadamu inakuwa duni na kudhoofika inaposhughulika na mambo ya kawaida tu wakati wote, kamwe isiinuke katika kiwango cha mambo ya muda na kitambo na akili bali ifahamu mafumbo yasiyoonekana. Uelewa huo polepole huletwa kwa kiwango cha masomo ambayo mtu anapenda kuyatafakari kila wakati. Akili itasinyaa na kupoteza uwezo wake ikiwa haitatumiwa kupata maarifa ya ziada na kunyumbulishwa kwa kufahamu mafunuo ya uweza wa Kiungu katika asili na katika Neno Takatifu. {CHSw 257.2}

Lakini kuyafahamu mambo ya hakika na nadharia, hata yawe na maana kiasi gani ndani yake yenyewe, hakuna thamani ya Kweli mpaka yawekwe katika vitendo. Kuna hatari kwamba wale ambao wamepata elimu yao hasa kutoka kwenye vitabu watashindwa kutambua kwamba wao ni wanafunzi wasio na maarifa (novices) pale maarifa ya vitendo yanapohusika. Hii ni kweli hasa kwa wale waliounganishwa na kituo cha tiba. Taasisi hii inahitaji watu wenye fikra na uwezo. Madaktari, wasimamizi, walezi (matroni/patroni), na wasaidizi wanapaswa kuwa watu wa wanaokuza utamaduni (adabu, maendeleo, uungwana na usafi) na wenye uzoefu. Lakini wengine wanashindwa kuelewa kipi kinachohitajika katika taasisi kama hiyo, na wanaendelea, mwaka baada ya mwaka, bila kufanya maendeleo yoyote.

Wanaonekana kuwa vile vile, bila mabadiliko au maboresho; Kila siku inayofuata ni marudio ya siku iliyopita. {CHSw 257.3}

Akili na mioyo ya watenda-kazi wa kazi hawa wanaofanya kazi kwa ratiba bila moyo kuhusika, au kama mashine huwa ni duni. Fursa ziko mbele yao; ikiwa wanapenda kusoma, wanaweza kupata elimu ya thamani kubwa zaidi; lakini hawathamini fursa yao. Hakuna anayepaswa kuridhika na elimu yake ya sasa. Wote wanaweza kuwa wanahitimu kila siku kujaza nafasi fulani ya dhamani ofisini. {CHSw 258.1}

Mvuto wa Watendakazi Wacha Mungu

Watenda kazi wenye akili mahiri, wanaomcha Mungu wanaweza kutenda kiasi kikubwa cha manufaa katika kazi ya kuwarekebisha wale wanaokuja kama walemavu ili kutibiwa kwenye kituo cha tiba cha Sanitarium. Watu hawa ni wagonjwa, sio tu wa kimwili, bali pia kiakili na kimaadili. Elimu, mazoea, na maisha yote ya wengi yamekuwa na makosa. Hawawezi katika siku chache kufanya mabadiliko makubwa muhimu kwa kuasili tabia sahihi. Ni lazima wawe na muda wa kufikiria jambo hilo na kujifunza njia sahihi. Ikiwa wote wanaohusishwa na kituo cha tiba ni wawakilishi sahihi wa Ukweli wa matengenezo ya afya na imani yetu takatifu, wanatoa ushawishi wa kufinyanga akili za wagonjwa wao. Tofauti ya tabia potovu na zile zinazopatana na Ukweli wa Mungu ina nguvu ya kusadikisha. {CHSw 258.2}

Mwanadamu siyo vile anavyoweza kuwa bali vile anavyopaswa kuwa kutokana na mapenzi yake Mungu. Nguvu kubwa za Shetani juu ya wanadamu huwaweka katika kiwango cha chini; lakini hii haipaswi kuwa hivyo, vinginevyo Henoko asingeweza kuinuliwa hivyo hata kutembea na Mungu. Mwanadamu hana haja ya kuacha kukua kiakili na kiroho wakati wa maisha yake. Lakini akili za wengi zimejishughulisha sana na mambo yao yao wenyewe na ubinafsi kiasi cha kuacha nafasi ya mawazo ya hali ya juu na bora zaidi. Na

kiwango cha ufikiaji wa juuwa kiakili na kiroho kiko chini sana. Kwa wengi, kadri ya wanavyochukua nafasi ya juu zaidi ya majukumu, ndivyo wanavyoridhika, wanavyojipongeza kufurahi zaidi kuhusu wao wenyewe; na wanathamini wazo kwamba nafasi hiyo inampatia mtu tabia yake. Ni watu wachache sana wanaotambua kwamba wana kazi ya kudumu mbele yao ya kukuza ustahimilivu, huruma, hisani, dhamira, uangalifu, na uaminifu—sifa za tabia ambazo ni muhimu sana kwa wale wanaochukua nafasi za uwajibikaji. Wote wanaohusishwa na Sanitarium wanapaswa kuwa na heshima takatifu kuhusu haki za wengine, ambayo ni kutii tu kanuni za sheria ya Mungu. {CHSw 258.3}

Wengine katika taasisi hii wana upungufu wa kuhuzunisha katika sifa muhimu sana kuhusu furaha ya watu wote wanaohusishwa nao. Madaktari, na wasaidizi katika matawi mbalimbali ya kazi, wanapaswa kulinda kwa uangalifu dhidi ya ubaridi wa ubinafsi, tabia ya kujiweka mbali na watu, isiyo ya kijamii/kijumuiya (antisocial); kwa maana hii itaondoa mapenzi na imani ya wagonjwa. Wengi wanaokuja kwenye kituo cha afya ni watu waliosafishwa/bora (maendeleo, adabu, wameelimika, utambuzi wao ni mzuri, wema na mara zingine uwezo) nyeti, wenye busara kali na utambuzi makini. Watu hawa hugundua kasoro kama hizo mara moja na kutoa maoni juu yake. Wanadamu hawawezi kumpenda Mungu kupita vitu vyote, yaani kwa moyo wote, na roho zote, na nguvu zote na jirani zao kama zao wenyewe, na bado wawe baridi kama mawe ya barafu. Siyo tu kwamba wanamnyang’anya Mungu upendo anaostahili, bali pia wanawaibia jirani zao upendo. Upendo ni mmea wa ukuaji wa mbinguni, na lazima uimarishwe, ujaliwe na kupewa lishe. Mioyo yenye kuonyesha mapenzi kwa wengine, maneno ya Kweli, yenye upendo, yatatengeneza familia zenye furaha na kutoa ushawishi wa kuinua juu ya wote wanaokuja ndani ya duru/nyanja ya ushawishi wao. {CHSw 259.1}

Wale wanaotumia vyema upendeleo na fursa zao watakuwa, katika maana ya Biblia, watu wenye vipaji na walioelimika; si tu kujifunza, lakini watu walioelimisha katika akili, katika adabu, uungwana, katika mwenendo. Watasafishwa, na kuwa wapole, wenye huruma nyororo, na wenye mapenzi kwa watu….{CHSw 259.2}

Wanafunzi na Walimu Wote

Tunapaswa kukumbuka kwamba sisi sio wanafunzi tu, bali ni walimu katika ulimwengu huu, tukijiandaa sisi wenyewe na kuwaandaa wengine kufaa kwa nyanja ya juu zaidi ya utendaji katika maisha yajayo. Kipimo cha manufaa ya mwanadamu ni katika kujua mapenzi ya Mungu na kuyafanya. Ni ndani ya uwezo wetu kuboresha akili, mwenendo, hulka na adabu ili kwamba Mungu asione haya kutumiliki. Lazima kuwe na kiwango cha juu kwenye kituo cha tiba cha sanitarium. Iwapo kuna watu wenye elimu/utamaduni, wenye uwezo wa kiakili na kimaadili, wanaopatikana katika safu zetu, lazima waitwe mbele, ili kujaza nafasi katika taasisi zetu. {CHSw 260.1}

Madaktari hawapaswi kuwa na upungufu katika hali yoyote. Uwanja mpana wa manufaa uko wazi mbele yao, na wasipokuwa na ujuzi katika taaluma yao basi lawama imelala kwao wenyewe tu. Ni lazima wawe wanafunzi wenye bidii; na, kwa maombi ya dhati na kuzingatia kwa umakini maelezo na maarifa kwa undani, wanapaswa kuwa watunzaji-walinzi. Haipaswi kuwa lazima kwa mtu yeyote kuwafuata madaktari ili kuwachungulia na kuona kwamba kazi yao inafanyika bila makosa. {CHSw 260.2}

Wale walio na nyadhifa za madaraka wanapaswa kujielimisha na kujitia nidhamu ili wote walio ndani ya nyanja ya ushawishi wao waweze kuona jinsi mwanadamu anavyoweza kuwa, na kile anachoweza kufanya, anapounganishwa na Mungu wa hekima na nguvu. Na kwa nini mtu aliye na upendeleo wa namna hiyo asiwe na nguvu ya kiakili? Tena na tena walimwengu wamedai kwa dhihaka kwamba wale wanaoamini Ukweli wa sasa wana akili dhaifu, wasioelimika, wasio na cheo wala ushawishi. Hili tunajua kwamba si la kweli, lakini je, hakuna sababu fulani ya madai haya? Wengi wameona kuwa ni alama ya unyenyekevu kuwa wajinga (wasiojua mambo) na kutojiendeleza na kupalilia maisha yao. Watu kama hao wanadanganywa kuhusu unyenyekevu wa kweli na upole wa Kikristo. **[Testimonies for the Church 4:545-549 (1878).]** {CHSw 260.3}

MATENGENEZO YA AFYA KATIKA SANITARIUM

Miongoni mwa hatari kubwa zaidi kwa taasisi zetu za afya ni ushawishi wa madaktari, wasimamizi na wasaidizi wanaodai kuamini Ukweli uliopo lakini ambao hawajawahi kuchukua msimamo wao kikamilifu juu ya matengenezo ya afya. Wengine dhamiri zao husita-sita kuhusiana maadili ya kula na kunywa, na kuvaa kwao. Je, tabibu au mtu mwingine yeyote atawezaje kuwasilisha jambo kama ilivyo wakati yeye mwenyewe anajihusisha na matumizi ya vitu vyenye madhara? Baraka ya Mungu itakaa juu ya kila jitihada inayofanywa ili kuamsha shauku ya matengenezo ya afya, kwa kuwa inahitajika kila mahali. Lazima kuwe na uamsho kuhusiana na jambo hili, kwa kuwa Mungu anakusudia kutimiza mengi kupitia njia hii. {CHSw 261.1}

Tiba kwa njia ya madawa [1] (drug medication), kama inavyofanyika kwa ujumla ni laana. Jielimishe kutembea mbali

na na madawa (educate away from drugs). Tumia kwa kiwango kidogo, na kidogo zaidi sana tumia mawakala wa afya na usafi; kisha mwili utakubaliana na madaktari wa Mungu- yaani hewa safi, maji safi, mazoezi yanayofaa, dhamiri safi. Wale wanaoendelea kutumia chai, kahawa, na chakula cha nyama watahisi uhitaji wa dawa, lakini wengi wanaweza kupona bila hata chembe moja ya dawa ikiwa watatii sheria za afya. Dawa za famasia zinapaswa kutumiwa mara chache mno. {CHSw 261.2}

Ikiwa moyo utatakaswa kwa kuutii Ukweli, hakutakuwa na kuipenda-nafsi yako peke yake, wala nia potovu; hakutakuwa na upendeleo wenye ubinafsi, hakutakuwa na moyo wenye mahaba ya kufikirika (lovesick),ambao ushawishi wake wa uharibifu umeonekana katika taasisi zetu zote, hautaendelezwa. Ulinzi mkali unapaswa kuwekwa ili laana hii isiwe na sumu au kuharibu taasisi zetu za afya. **—Health, Philanthropic, and Medical Missionary Work, 42, 43 (1890).** {CHSw 261.3}

MATOKEO YA JITIHADA YA UAMINIFU

Testimonies for the Church 3:173-176 (1872)

Niliona kwamba kulikuwa na idadi kubwa ya mali ya ziada miongoni mwa watu wetu, sehemu ambayo inapaswa kuwekwa katika Taasisi ya Afya. Niliona pia kuwa kuna maskini wengi wenye stahiki kati ya watu wetu ambao ni wagonjwa na wanateseka, na ambao wamekuwa wakitafuta Taasisi kupata msaada, lakini ambao hawawezi kulipa bei za kawaida za bweni, chakula na tiba, n.k Taasisi imejitahidi kupambana kwa taabu na madeni miaka mitatu iliyopita na haikuweza kutibu wagonjwa kwa kiwango chochote bila malipo kamili. Ingempendeza Mungu kwa watu wetu wote wanaoweza kufanya hivyo, kuchukua hisa kwa wingi katika Taasisi ili kuiweka katika hali ambayo inaweza kusaidia maskini wanaostahili na wanyenyekevu Mungu. Kuhusiana na hili niliona kwamba Kristo

anajitambulisha mwenyewe na u ubinadamu unaoteseka, na kwamba tuliyopata fursa kuyafanya kwa hata watoto Wake wadogo, ambao Yeye anawaita ndugu Zake, tumekuwa tunamfanyia Mwana wa Mungu. {CHSw 262.1}

Kuinua Taasisi ya Afya kutoka hali yake ya chini katika msimu wa kupukutisha majani wa 1869 hadi hali yake ya sasa ya kufanikiwa, na hali ya matumaini, ilihitaji dhabihu na juhudi ambayo marafiki zake wa nje ya nchi walijua kiasi kidogo. Halafu ikawa na deni la dola elfu kumi na tatu na kulikuwa na wagonjwa wanane tu waliokuwa wakilipia tiba. Na kilichokuwa kibaya zaidi, ni kuwa hatua ya mameneja wa zamani ilikuwa kama ya kuwakatisha tamaa marafiki wa Taasisi, kiasi kwamba hawakuwa na moyo wa kuwekeza mali katika kuondoa deni au hata kuwashauri wagonjwa kuilinda Taasisi hiyo kwa kuwa msaada na kuwa na fadhila. Ilikuwa ni katika wakati huu wa kukatisha tamaa ambapo mume wangu aliamua akilini mwake kwamba mali ya Taasisi lazima iuzwe ili kulipa deni, na salio, baada ya malipo ya deni, kurudishwa kwa wenye hisa kulingana na kiwango cha hisa ambazo kila mmoja alikuwa amenunua. Lakini asubuhi moja, wakati akiomba kwenye madhabahu ya familia, Roho wa Mungu alimshukia alipokuwa akiomba mwongozo wa Mungu katika maswala yanayohusu Taasisi, naye akasema, huku akiinama magotini: “Bwana atathibitisha kila neno alilolisema kupitia maono kuhusiana na Taasisi ya Afya, nayo itainuliwa kutoka kwa hali yake ya chini na kufanikiwa kwa utukufu.” {CHSw 262.2}

Kuanzia wakati huo tulichukua kazi hiyo kwa dhati na bidii na tumefanya kazi bega kwa bega na Taasisi hiyo ili kupiku/kukabiliana na ushawishi wa watu wenye ubinafsi ambao walileta aibu juu yake. Tumetoa mali zetu, na hivyo kuweka mfano kwa wengine. Tumehamasisha matumizi mazuri ya fedha na bidii katika utendaji kazi kwa upande wa wote waliounganishwa na

Taasisi na tumesihi wasimamizi kwamba matabibu na wasaidizi wafanye kazi kwa bidii kwa malipo kidogo mpaka taasisi itakapokuwa imejiimarisha tena kwa kiwango kitakachorejesha matumaini kwa watu wetu. Tumetoa Shuhuda za wazi dhidi ya udhihirisho wa ubinafsi kwa mtu yeyote aliye na uhusiano na Taasisi na tumeshauri na kukemea makosa. Tulijua kwamba Taasisi ya Afya haingefaulu mpaka pale baraka ya Bwana itakapokuwa juu yake. Kama baraka Yake ingeandamana nayo, marafiki wa kazi hiyo wangekuwa na uhakika kuwa ilikuwa kazi ya Mungu na wangejisikia salama kutoa mchango wa fedha ili kuifanya taasisi hii iwe hai tena, na hivyo iweze kutimiza kile Mungu alichokikusudia ifanye. {CHSw 263.1}

Waganga na wasaidizi wengine walienda kufanya kazi kwa dhati na bidii. Walifanya kazi kwa bidii katika mazingira ya kukatishwa tamaa sana. Dk. Ginley, Chamberlain, na Lamson walifanya kazi kwa nguvu, dhati na bidii, kwa malipo kidogo, ili kujenga taasisi hii iliyokuwa inazama. Na, tunasema asante Mungu, deni la awali limeondolewa, na nyongeza kubwa za makazi ya wagonjwa imefanyika na kulipwa. Gazeti la *Matengenezo ya Afya-Health Reformer*, ambao uko katika msingi wa mafanikio ya Taasisi, umeongezeka mara mbili, na limekuwa ni jarida lililo hai. Imani ya watu kwa Taasisiimerejeshwa kikamilifu katika akili za watu wetu wengi, na kumekuwa na wagonjwa wengi katika Taasisi hiyo, karibu kwa mwaka mzima, kwa kuwa waliweza kupatiwa malazi na kutibiwa vizuri na waganga wetu. **[Testimonies for the Church 3:173-176 (1872).]** {CHSw 263.2}

DUMISHA KIWANGO CHA JUU

Ni rahisi mno kuruhusu yaende kwa ulegevu na kung'oa kile kilicho cha mambo katika taasisi zetu muhimu kutokuwa na nidhamu, kuliko kuudhi, ambacho kitaharibu na

kuangamiza ujasiri na imani. Lakini ingekuwa heri zaidi kuwa na idadi ndogo ya watendakazi,na kufanya kazi ndogo zaidi, lakini kwa kadri iwezekanavyo wale wanaohusika katika kazi hiyo wawe wakweli kwa moyo wote, thabiti kama mwamba katika kanuni, wakiipenda Kweli yote, na kutii amri zote za Mungu. {CHSw 264.1}

Wale waliovikwa mavazi meupe wanaozunguka kiti cha enzi cha Mungu si sehemu ya kundi lililokuwa wapenda anasa zaidi ya kumpenda Mungu, wala wale waliopendelea kujiachia ili wachukuliwe na mkondo wa mambo badala ya kushindana na mawimbi ya upinzani. Wote watakaobaki safi na wasiochafuliwa na roho na mvuto unaotawala wakati huu watakuwa na mapambano makali. Watapitia dhiki kuu; watafua mavazi ya tabia zao na kuyafanya meupe katika damu ya Mwana-Kondoo. Hao ndio watakaoimba wimbo wa ushindi katika ufalme wa utukufu. Wale watakaoteseka pamoja na Kristo watashiriki katika utukufu Wake. — **The Review and Herald, Oktoba 16, 1883.** {CHSw 264.2}

MAHALI PA KITUO CHA AFYA

Testimonies for the Church 7:80-83 (1902)

Wale ambao wanahusika na kupatikana kwa maeneo kwa ajili ya sanitarium zetu wanapaswa kwa kuomba kuchunguza tabia na lengo la kazi ya sanitarium. Wanapaswa kukumbuka kuwa wanafanya kazi ya kurudisha sura ya Mungu ndani ya mwanadamu. Kwa mkono mmoja wanapaswa kubeba tiba rahisi za kupunguza mateso ya mwili, na kwa mkono mwingine wanapaswa kubeba Injili kwa ajili ya kuleta ahueni kwa ajili ya nafsi zilizolemewa na dhambi. Kwa hivyo wanapaswa kufanya kazi kama wamishenari wa Kweli wa tiba. Wanapaswa kupanda mbegu za Kweli katika mioyo mingi. {CHSw 265.1}

Hakuna ubinafsi, hakuna 1 matamanio binafsi ya ukuu, inayoweza kuruhusiwa kuingia katika kazi ya kuchagua maeneo kwa ajili

ya sanitarium zetu. Kristo alikuja ulimwenguni hapa kutuonesha jinsi ya kuishi na kufanya kazi. Hebu tujifunze kutoka Kwake kutochagua maeneo yetu ya sanitarium ambayo yanayotupendeza sisi, bali yawe ni maeneo ambayo yanafaa zaidi kwa kazi yetu. {CHSw 265.2}

Nje ya Miji

Nuru imetolewa kwangu kwamba katika kazi ya umishenari wa tiba tumepoteza faida kubwa kwa kushindwa kutambua hitaji la mabadiliko katika mipango yetu kuhusu eneo la sanitarium. Ni mapenzi ya Bwana kwamba taasisi hizi zianzishwe nje ya mji. Zinapaswa kuwa katika maeneo ya mashambani, katikati ya mazingira ya kuvutia kadri iwezekanavyo. Katika asili—bustani ya Bwana—kila wakati wagonjwa watapata kitu cha kugeuza usikivu wao kutoka kwao wenyewe na kuinua mawazo yao kwa Mungu. {CHSw 265.3}

Nimeagizwa kuwa wagonjwa wanapaswa kutunzwa mbali na msongamano wa miji, mbali na kelele za magari ya barabarani na mitikisiko ya kila wakati ya mikokoteni na magari. Watu wanaokuja kwenye Sanitarium zetu kutoka nyumba za mashambani watathamini mahali patulivu; na katika kujitenga, Wagonjwa od.

Katikati ya Mandhari ya Asili

Bustani ya Edeni, nyumba ya wazazi wetu wa kwanza, ilikuwa nzuri kupindukia. Vichaka vizuri na maua maridadi vilikutana na jicho kila mahali. Katika bustani hiyo kulikuwa na miti ya kila aina, mingi ikiwa imejaa matunda yenye harufu nzuri na ladha. Juu ya matawi yake ndege waliimba nyimbo zao za sifa. Adamu na Hawa, katika usafi wao usiotiwa unajisi, walifurahia kwa kuona na kusikia sauti za Edeni. Na leo, ingawa dhambi imetanda kivuli chake juu ya dunia, Mungu anatamani watoto Wake wapate kufurahia kazi za mikono Yake. Kuweka sanitarium zetu katikati ya mandhari ya asili itakuwa ni kufuata mpango wa Mungu; na kadiri mpango huu unavyofuatwa kwa karibu, ndivyo atakavyofanya kazi ya kushangaza

kurejesha afya ya binadamu wanaoteseka. Kwa taasisi zetu za elimu na tiba, mahali panapaswa kuchaguliwa ambapo, ni mbali na mawingu meusi ya dhambi ambayo hutanda juu ya miji mikubwa, Jua la Haki litawazukia, ***"lenye kuponya katika mbawa Zake" Malaki 4:2.*** {CHSw 266.1}

Hebu viongozi katika kazi yetu wawafundishe watu kwamba Sanitarium zinapaswa kuanzishwa katikati ya mazingira mazuri zaidi, katika maeneo ambayo hayasongwi na msukosuko wa jiji, mahali ambapo kwa maagizo ya busara na mawazo ya wagonjwa yanaweza kushikamana na mawazo ya Mungu. Tena na tena nimeelezea maeneo kama haya; lakini inaonekana kana kwamba hakujakuwa na sikio la kusikia. Hivi karibuni kwa njia iliyo wazi, jambo hili liliwasilishwa kwangu, na hakika lilikuwa kwa njia kusadikisha, kuhusu faida ya kuanzisha taasisi zetu, hasa Sanitarium na shule, nje ya miji {CHSw 266.2}

•

Mazingira Yasiyofaa

Kwa nini Madaktari wetu wana hamu kubwa ya kuwa katika miji? Mazingira ya miji hiyo imekuwa na uchafuzi. Ndani yao, wagonjwa ambao wana uchu usio wa kawaida, ladha za chakula zisizokuwa za kawaida kushinda hawawezi kusimamiwa vizuri. Kwa wagonjwa ambao ni wahanga wa kileo au vinywaji vikali, baa za mijini ni jaribu la kudumu. Kuweka Sanitarium zetu mahali ambapo pamezungukwa na ukosefu wa uadilifu, pasipo na wacha Mungu, ni kupingana na juhudi zinazofanywa za kuwarejesha wagonjwa kwenye afya. {CHSw 267.1}

Katika siku za usoni hali ya mambo katika miji itakuwa yenye kuchukukiza na kutiliwa mashaka zaidi, na mvuto wa mazingira ya miji utakubaliwa kama ule usiofaa katika

kufanikisha kazi ambayo sanitarium zetu zinapaswa kufanya. {CHSw 267.2}

Kwa upande wa afya, moshi na vumbi za mijini hazifai wala kupendeza. Na wagonjwa ambao kwa sehemu kubwa ya wakati wao wamefungwa ndani ya kuta nne yaani vyumba vyao, mara nyingi huhisi kuwa wao ni wafungwa katika vyumba vyao. Wanapotazama nje kupitia katika madirisha yao hawaoni chochote isipokuwa nyumba, nyumba, nyumba. Wale ambao wamefungwa kwenye vyumba vyao wana nafasi kubwa ya kufikiria-fikiria mateso na huzuni zao. Wakati mwingine mgonjwa hutiwa sumu na pumzi yake mwenyewe (hewa bora ya oksijeni inapungua mahali palipofungwa). {CHSw 267.3}

Maovu mengine mengi hufuata uanzishwaji wa taasisi kubwa za tiba katika miji mikubwa. {CHSw 267.4}

Athari Njema za Maisha ya Nje na Miji

Kwa nini kuwanyima wagonjwa baraka ya kurejesha afya inayopatikana katika maisha ya nje ya jengo? Nimeagizwa kwamba, wagonjwa wanapohimizwa kuacha vyumba vyao na kutumia muda katika hewa ya wazi, kulima maua, au kufanya kazi nyingine nyepesi, ya kupendeza, akili zao zitahamishwa kutoka kwao na kwenda kwa kitu kingine chenye kutoa afya. Mazoezi katika sehemu ya wazi yenye hewa yanapaswa kutolewa maagizo (Rx) kama hitaji la faida na la kutoa uhai. Kadri wagonjwa wanavyoweza kuachwa katika eneo la nje ndivyo watakavyohitaji utunzaji mdogo. Kadri mazingira yao yanavyokuwa ya uchangamfu zaidi, ndivyo watakuwa na matumaini zaidi. Wazungukwe na mambo mazuri ya asili; wawekwe mahali ambapo wanaweza kuona maua yakikua na kusikia ndege wakiimba, na mioyo yao itarindima wimbo kwa kupatana na wimbo wa ndege. Wafungie ndani ya vyumba, na, hata ikiwa hivi vyumba vimepambwa kwa ufahari watakuwa wenye kuudhika,mfadhaiko na huzuni.

Wapeni baraka ya maisha ya nje; na hapo roho zao zitainuliwa. Uponyaji utakuja katika mwili na akili. {CHSw 267.5}

"Tokeni mijini" ndio ujumbe wangu. Madaktari wetu walipaswa kuwa macho kabisa juu ya kipengele hiki tangu zamani. Natumaini na kuomba na kuamini kwamba sasa wataamka na kuendan na umuhimu wa kuingia maeneo ya vijijini/mashambani. {CHSw 268.1}

Hatari ya Maisha ya Mjini

Wakati umekaribia ambapo miji mikubwa itatembelewa na hukumu za Mungu. Kwa kitambo kidogo miji hii itatetemeshwa sana. Haijalishi majengo yao ni makubwa kiasi gani au ni imara kiasi gani, haidhuru ni kinga kiasi gani dhidi ya moto imewekwa, hebu Mungu aguse majengo haya, na kwa dakika chache au masaa machache yatakuwa magofu. {CHSw 268.2}

Miji isiyomcha Mungu ya ulimwengu wetu inapaswa kufagiliwa na ufagio wa uharibifu. Katika majanga ambayo sasa yanayapata majengo makubwa na sehemu kubwa za miji ni Mungu anatuonyesha kile kitakachokuja juu ya dunia nzima. Yeye Ametuambia*: "Basi kwa mtini jifunzeni mfano; tawi lake likiisha kuchipuka na kuchanua majani, mwatambua ya kuwa wakati wa mavuno u karibu; nanyi kadhalika, myaonapo hayo yote, tambueni ya kuwa Yu karibu, milangoni." Mathayo 24:32, 33.* **[Testimonies for the Church 7:80-83 (1902).]** {CHSw 268.3}

ISIWE MIONGONI MWA MATAJIRI

[Testimonies for the Church 7:88, 89(1902)]

Inaweza kuonekana kwetu kuwa itakuwa bora kuchagua eneo kati ya matajiri kwa 1 ajili ya sanitarium zetu; kwamba hii itaipa taswira kazi yetu na kupata wafadhili/sponsa kwa ajili ya taasisi

zetu. Lakini katika hii hakuna nuru. ***"Bwana haangalii kama binadamu aangaliavyo." 1 Samweli 16: 7.*** Maana wanadamu huitazama sura ya nje, bali Bwana huutazama moyo. Kadri majengo makubwa yatakavyokuwa machache karibu na taasisi zetu, ndivyo tutakavyopata uzoefu mdogo wenye usumbufu. Wamiliki wengi wa mali ni watu wasio na dini na wasiojiweka wakfu. Mawazo ya kidunia hujaza akili zao. Maburudisho/burdani za ulimwengu, shamra shamra, na matumbuizo yanayopilitiza yenye sauti za juu za vicheko. Mavazi ya kifahari na maisha ya anasa hunyonya mali zao. Wajumbe wa mbinguni hawakaribishwi majumbani mwao. Wanataka Mungu awe mbali. {CHSw 269.1}

Unyenyekevu ni somo gumu kwa ubinadamu kujifunza, na ni gumu zaidi kwa matajiri na wale wanaojifurahisha wenyewe. Wale ambao hawajioni kuwa wanawajibika kwa Mungu kwa kila kitu walicho nacho wanajaribiwa kujiinua, kana kwamba utajiri walionao katika ardhi na akiba zilizopo benki huwafanya wawe huru kutoka kwa Mungu. Wamejaa kiburi na majivuno, wanajiwekea kadirio linalopimwa na utajiri wao. {CHSw 269.2}

Kuna matajiri wengi ambao machoni pa Mungu ni mawakili wasio waaminifu. Katika mapato yao na matumizi ya mali Mungu anaona unyang'anyi. Wamempuuza Mmiliki mkuu wa vyote na hawajatumia mali walizokabidhiwa kuwasaidia wanaoteseka na waliodhulumiwa. Wamekuwa wakijiwekea akiba ya ghadhabu juu ya siku ya ghadhabu; kwa maana Mungu atamlipa kila mtu kadiri ya kazi yake. Watu hawa hawamwabudu Mungu; nafsi ni sanamu yao. Wanaondoa haki na rehema katika akili, na badala yake wanaingiza uhasama na ugomvi. Mungu anasema***: "Je! Nisiwapatilize kwa mambo hayo?" Yeremia 9: 9.*** {CHSw 269.3}

Mungu hatafurahishwa kwa taasisi zetu zozote kuwepo

katika jumuiya yenye tabia ya aina hii, licha ya faida zake dhahiri kuwa kubwa. Watu matajiri wenye ubinafsi wana mvuto wa tabia juu ya akili zingine, na adui atafanya kazi kupitia wao kuziba njia yetu. Mashirika maovu kila wakati huwa na madhara kwa uchaji Mungu na ibada, na kwa kanuni ambazo zinakubaliwa na Mungu zinaweza kudhoofishwa na mashirika kama hayo. Mungu hapendi yoyote kati yetu afikiwe na kama yale yaliyompata Lutu, ambaye alichagua nyumba mahali ambapo yeye na familia yake walikuwa wakikutana na uovu mara kwa mara. Lutu aliingia Sodoma akiwa tajiri; aliondoka bila kitu, akiongozwa na mkono wa malaika, wakati wajumbe wa ghadhabu walingoja kumwaga milipuko ya moto ambayo ingewateketeza wenyeji wa mji huo uliopendelewa sana na kuufuta uzuri wake uliokuwa unavutia mpaka watu wakatekewa, na kupafanya kuwa jangwa lisilo na kitu mahali ambapo hapo kabla, Mungu alipafanya kuwa pazuri sana. {CHSw 270.1}

Sanitarium zetu hazipaswi kuwa karibu na makazi ya matajiri, ambapo zitaonekana kama uvumbuzi na majengo machafu, na kusemwa vibaya, kwa sababu yanapokea wanadamu wanaotaabika kutoka katika matabaka yote. Dini safi na isiyo na unajisi huwafanya wale ambao ni watoto wa Mungu kuwa familia moja, iliyofungamana na Kristo katika Mungu. Lakini roho ya ulimwengu ni ya kiburi, ya kutenga watu, ya upendeleo. ya ubaguzi, na inayopendelea wachache tu. {CHSw 270.2}

Katika kujenga majengo yetu, lazima tujiepushe na nyumba za watu mashuhuri wa ulimwengu, hebu watafute msaada wanaohitaji kwa kujiondoa kutoka kwa ushirika wao, na kwenda katika maeneo ya vijijini zaidi. Hatutampendeza Mungu kwa kujenga Sanitarium zetu kati ya watu wabadhirifu katika mavazi na mtindo wa maisha, ambao wanavutiwa na wale ambao wanaweza kufanya maonyesho makubwa. **[Testimonies for the Church 7:88, 89 (1902).]** {CHSw 270.3}

SI KWA AJILI YA WAJIPENDEZAO au WATAFUTA AMASA

[Testimonies for the Church 7:95-97 (1902)]

Kwa nini tunaanzisha sanitarium? Ili wagonjwa wanaokuja kwao wapate tiba wapate ahueni kutoka katika mateso ya kimwili na pia wapate msaada wa kiroho. Kwa sababu ya hali yao ya kiafya wanaathiriwa na mvuto utakasao wa wamish enari wa tiba wanaofanya kazi kwa ajili ya urejeshaji wa afya zao. Hebu tufanye kazi kwa busara, kwa faida yao. {CHSw 271.1}

Hatujengi sanitarium kwa ajili ya hoteli/nyumba za wageni. Katika sanitarium zetu wapokee wale tu wanaotamani kufuata kanuni sahihi, wale ambao watakubali vyakula ambavyo tunaweza kuweka mbele yao tukiwa na dhamiri njema. Je, tunapaswa kuwaruhusu wagonjwa kuwa na vileo katika vyumba vyao, au tutawapatiaje nyama, endapo tutafanya hivi, basi tusingeweza kuwapa msaada wanaopaswa kuupokea kutoka katika sanitarium zetu. Twapaswa kuweka mambo wazi, ili ijulikane kuwa hatuandai au kuwapa vitu hivyo kwaajili ya kanuni katika sanitarium na migahawa yetu ya afya. Je, hatutatamani kuona wanadamu wenzetu wamewekwa huru dhidi ya magonjwa na udhaifu, na kuwa katika raha ya afya na nguvu? Basi hebu tuwe wakweli kwa kanuni kama dira katika ncha ya kaskazini. {CHSw 271.2}

Wale ambao kazi yao ni kufanya kazi kwa ajili ya wokovu wa roho lazima wajiweke mbali na mipango ya sera za ulimwengu. Hawapaswi, kwa ajili ya kupata mvuto wa mtu fulani tajiri, na kuingia katika mipango inayowafungafunga na kuwadhalilisha kukiri kwao imani. Hawapaswi kuuza roho zao kwa faida ya kifedha. Hawapaswi kufanya chochote ambacho kitazuia kazi ya Mungu na kushusha kiwango cha haki. Sisi ni watumishi wa Mungu, na tunapaswa kuwa watendakazi pamoja Naye, tukifanya kazi Yake kwa njia Yake, ili wote ambao tunawafanyia kazi waone kwamba shauku yetu ni kufikia kiwango cha juu cha utakatifu. Wale ambao tunawasiliana nao wanapaswa

kuona kwamba hatuzungumzii tu juu ya kujikana nafsi na kujitoa kafara, bali tunavidhihirisha vitu hivi katika maisha yetu. Kielelezo chetu kinapaswa kuhamasisha wale ambao tunawasiliana nao katika kazi yetu, kuwa na ufahamu mzuri juu ya mambo ya Mungu. {CHSw 271.3}

Ikiwa tutaenda katika gharama ya kujenga sanitarium ili tuweze kufanya kazi kwa wokovu wa wagonjwa na wanaoteseka, lazima tupange kazi yetu kwa njia ambayo wale tunaotaka kuwasaidia watapata msaada wanaohitaji. Tunapaswa kufanya yote yaliyo katika uwezo wetu kwa ajili ya uponyaji wa kimwili; lakini tunapaswa kufanya uponyaji wa kiroho kuwa wa muhimu zaidi. Wale wanaokuja kwenye Sanitarium zetu kama wagonjwa wataoneshwa njia ya wokovu, ili watubu na kusikia maneno haya: Umesamehewa dhambi zako; enenda kwa amani, na usitende dhambi tena. {CHSw 272.1}

Hatupaswi kutumia wakati na nguvu za watu wenye uwezo wa kuendelea mbele na kazi ya Bwana kwa njia ambayo ameielezea tusiifanye katika biashara ya makaazi na burudani ya wanaotafuta raha, ambao shauku yao kubwa ni kujiridhisha nafsi. Kuwaunganisha watendakazi na biashara/programu kama hiyo itakuwa hatari kwa usalama wao. Hebu tuwakinge vijana wetu wa kike na wa kiume dhidi ya mivuto yote hatarishi. Na ikiwa ndugu zetu wangeshiriki katika shuguli kama hiyo, hawataendeleza kazi ya kuokoa roho kama wanavyofikiria. {CHSw 272.2}

Sanitarium zetu lazima zianzishwe kwa lengo moja, kuendeleza Ukweli wa sasa. Na zinapaswa kufanya kazi kiasi kwamba mguso wa moyoni wa kuamua kwa ajili ya Ukweli unaoelezwa, utafanywa katika akili za wale wanaokuja kwa ajili ya kupata tiba. Mwenendo wa watenda kazi, kuanzia kwa meneja mkuu hadi mtendakazi anayeshika nafasi ya chini kabisa, ni kusimama na kutetea upande wa kweli. Taasisi hiyo inapaswa kutawaliwa kwa angahewa la kiroho. Tunao ujumbe wa onyo wa kuupelekwa kwa ulimwengu, na bidii yetu, na unyofu katika kujitoa kwetu kwa huduma ya Mungu, ni kuwavutia na

kuwagusa moyo, wale wanaokuja kwenye sanitarium zetu. Haraka iwezekanavyo, sanitarium zinapaswa kuanzishwa katika maeneo tofauti tofauti Kusini mwa California. Hebu mwanzo ufanywe katika maeneo kadhaa. Ikiwezekana, hebu ardhi inunuliwe ambayo majengo tayari yamejengwa. Halafu, kama ustawi wa kazi unavyodai, hebu upanuzi unaofaa ufanyike. {CHSw 272.3}

Tunaishi karibu kabisa na kufungwa kwa historia ya dunia hii, na tunapaswa kusonga kwa uangalifu/tahadhari, tukifahamu mapenzi ya Bwana ni nini, na kujazwa na Roho Wake, tukifanya kazi ambayo itakuwa na faida kwa ajili ya kazi Yake, kazi ambayo itatangaza ujumbe wa onyo kwa ulimwengu uliorubuniwa akili kana kwamba umelogwa (infatuated), uliodanganyika na unaoangamia katika dhambi. **[Testimonies for the Church 7:95-97 (1902).]** {CHSw 273.1}

HALI ZA MJI

Kwa miaka mingi nimeshapewa nuru maalum kwamba hatupaswi kuweka kazi yetu mijini. Msukosuko na mkanganyiko uliojaa katika miji hii, hali zinazoletwa na vyama vya watenda kazi (labor unions) na migomo, ingekuwa kikwazo kikubwa kwa kazi yetu. Watu wanatafuta kuwaleta wale wanaojihusisha katika biashara tofauti chini ya utumwa wa vyama fulani (unions). Huu sio mpango wa Mungu, bali mpango wa mamlaka ambayo hatupaswi kuukubali. Neno la Mungu linatimizwa; waovu wanajifunga katika matita-mafungu tayari kwa kuchomwa moto. {CHSw 273.2}

Sasa tunapaswa kutumia uwezo wetu wote tuliokabidhiwa katika kutoa ujumbe wa mwisho wa onyo kwa ulimwengu. Katika kazi hii tunapaswa kuhifadhi upekee na utambulisho wetu. Hatupaswi kuungana na 1 vyama vya siri au na vyama vya wafanyikazi. Tunapaswa kusimama huru kwa Mungu, tukimtazama

Kristo kila mara kwa mafundisho-maagizo.

Harakati zetu zote zinapaswa kufanywa kwa utambuzi wa umuhimu wa kazi inayopaswa kutimizwa kwa ajili ya Mungu. **—Testimonies for the Church 7:84 (1902).** {CHSw 273.3}

KUTUMIA RASILIMALI VIZURI KATIKA KUANZISHA SANITARIUM -uchumi'

[Testimonies for the Church 7:90-94 (1902)]

Kama watu wa Mungu wateule, hatuwezi kuiga mazoea, malengo, au mitindo ya ulimwengu. Hatujaachwa gizani katika kuiga mifano ya kidunia na kutegemea muonekano wa nje kwa ajili ya mafanikio. Bwana ametuambia zinakotoka nguvu zetu. "Hili ndilo Neno la Bwana kwa Zerubabeli, kusema, Sio kwa uwezo, wala si kwa nguvu, bali ni kwa Roho Yangu, asema Bwana wa majeshi." Zekaria 4:6. Kwa kadiri Bwana anavyoona inafaa, Yeye huwapa wale wanaoshika njia Yake, nguvu inayowawezesha kuwa na ushawishi wenye nguvu kwa mema. Wanamtegemea Mungu, na lazima watoe hesabu kwa Mungu juu ya namna wanavyotumia talanta ambazo amewakabidhi. Wanapaswa kutambua kwamba wao ni mawakili wa Mungu na wanapaswa kutafuta kulitukuza jina Lake. {CHSw 274.1}

Maonyesho ya Nje Yasiyotakiwa

Wale ambao mapenzi yao yamewekwa kwa Mungu watafanikiwa. Nafsi zao zitazama ndani ya Kristo na hivyo ubinafsi utaisha, na mivuto ya kidunia haitakuwa na nguvu ya kuwavutia kutoka katika utii wao. Watatambua kuwa onesho la nje halitoi nguvu. Si uigizaji au kujigamba, au kujionesha kwa nje kunakotoa uwakilishi sahihi wa kazi ambayo sisi, kama watu wateule wa Mungu, tunapaswa kufanya. Wale ambao wameunganishwa na kazi yetu ya Sanitarium wanapaswa kuvikwa neema ya Kristo. Hii itawapa mvuto mkubwa kwa mema. {CHSw 274.2}

Bwana anatutendea kwa moyo wa dhati na bidii. Ahadi Zake hutolewa kwa sharti kwamba tutekeleze mapenzi Yake kwa uaminifu; kwa hiyo katika ujenzi wa sanitarium Yeye anapaswa kufanywa wa kwanza wa mwisho na bora zaidi katika kila kitu (first, best and last). {CHSw 274.3}

Hebu wote ambao wameunganishwa na huduma ya Mungu walindwe, wasije wakatumbukia katika mtego wa kutamani maonesho hata wawaongoze wengine katika kujifurahisha na kujitukuza wenyewe. Mungu hataki mtumishi Wake yeyote aingie katika mambo yasiyo ya lazima, yenye mikakati yenye gharama kubwa, ambazo huleta mzigo mzito wa deni kwa watu, na hivyo kuwanyima mali ambazo zingetoa miundo mbinu kwa ajili ya kazi ya Bwana. Ili mradi wale wanaodai kuamini Ukweli wa wakati huu wanatembea katika njia ya Bwana, na kutenda haki na hukumu, wanaweza kutarajia kwamba Bwana atawapa kufanikiwa. Lakini wanapoamua kutangatanga kutoka katika njia nyembamba, wanajiletea uharibifu wao na wale wanaowatazama ili kupata maongozi. {CHSw 274.4}

Kilelelezo cha Kutokuwa na Ubinafsi

Wale wanaoongoza katika kuanzishwa kwa taasisi za tiba lazima waoneshe mfano mzuri. Hata kama pesa inaoneka kuwepo, hawapaswi kutumia zaidi ya inavyohitajika kabisa. Kazi ya Bwana inapaswa kufanywa kwa kuzingatia mahitaji ya kila sehemu ya shamba Lake. Sisi sote ni washiriki wa familia moja, watoto wa Baba mmoja, na mapato ya Bwana lazima yatumiwe kwa kuzingatia maslahi ya kazi Yake ulimwenguni kote. Bwana hutazama sehemu zote za shamba, na shamba Lake la mizabibu linapaswa kulimwa kwa ujumla. {CHSw 275.1}

Hatupaswi kuweka pesa zote zilizopo kwenye hazina katika eneo moja, lakini lazima tufanye kazi ili kujenga kazi katika sehemu nyingi. Sehemu mpya zinapaswa kuongezwa katika ufalme wa Bwana. Sehemu zingine za shamba Lake la mizabibu zinapaswa kutolewa na vifaa ambavyo vitaipa sifa kazi. Bwana anatukataza kutumia

mipango ya ubinafsi katika huduma Yake. Yeye Anatukataza kuasili mipango ambayo itamnyang'anya jirani yetu nyenzo ambazo zitamwezesha kufanya sehemu yake katika kuwakilisha Ukweli. Tunapaswa kumpenda jirani yetu kama nafsi zetu. {CHSw 275.2}

Majengo Yetu Kuwakilisha Imani Yetu

Lazima pia tukumbuke kuwa kazi yetu inapaswa kufanana na imani yetu. Tunaamini kwamba Bwana atakuja hivi karibuni, je, imani yetu haipaswi kuwakilishwa katika majengo tunayoyajenga? Je, Tutaweka pesa nyingi kwenye jengo ambalo hivi karibuni litateketezwa kwa moto? Pesa zetu zinamaanisha roho za watu, na zinapaswa kutumika kuleta maarifa ya Ukweli kwa wale ambao, kwa sababu ya dhambi, wako chini ya hukumu ya Mungu. Hivyo basi na tuitelekeze mipango yetu ya matamanio ya ukuu, ambayo inatokana na tamaa za mioyo yetu tu; hebu tujilinde dhidi ya ubadhirifu au kutumia fedha bila busara, au kujali mambo yanayokuja siku za usoni,hebu hazina ya Bwana isije ikawa tupu na wajenzi wakakosa pesa ya kufanya kazi yao waliyochaguliwa kuitekeleza. {CHSw 276.1}

Pesa nyingi zaidi zimetumika kwa ajili ya taasisi zetu za zamani pasipo kuwa na umuhimu wa kutumiwa hivyo. Wale ambao wamefanya hivi walifikiria kuwa kwa njia hii wangeipatia sifa kazi hiyo. Lakini ombi hili sio kisingizio cha matumizi yasiyo ya lazima. {CHSw 276.2}

Mungu anataka kwamba roho ya unyenyekevu, upole na roho ya kujishusha ya Bwana, ambaye Ndiye Ukuu wa mbinguni, Mfalme wa utukufu, daima ufunuliwe katika taasisi zetu. Ujio wa kwanza wa Kristo haujasomwa kama inavyopaswa kuwa. Alikuja ili kuwa mfano wetu katika mambo yote. Maisha Yake yalikuwa ya kujinyima sana na kujikana nafsi. Ikiwa tunafuata mfano Wake, hatutatumia mali yoyote isivyo lazima. Kamwe hatupaswi kutafuta kujionesha kwa nje. Hebu kujionesha kwetu kuwe kule kwa nuru ya Kweli kuweza kuangaza kupitia matendo yetu mema, ili Mungu aweze

kutukuzwa kwa kutumia njia bora kabisa za kuwarejeshea wagonjwa afya na kuwapa ahueni wanaoteseka. Kazi inapata sifa, na tabia si kwa kuwekeza mali katika majengo makubwa, lakini kwa kudumisha kiwango cha Kweli cha kanuni za kidini/kiroho, na tabia nzuri ya kufanana na Kristo. {CHSw 276.3}

Makosa ambayo yamefanywa katika ujenzi wa majengo hapo zamani yanapaswa kuwa maonyo ya kufaa kwetu kwa ajili ya wakati ujao. Tunapaswa kuweka umakini pale ambapo wengine walishindwa, na, badala ya kuiga makosa yao, hebu tufanye maboresho. Katika kazi yetu yote ya awali lazima tuzingatie umuhimu wa uchumi. Hatupaswi kuwa na gharama zisizo za lazima. Bwana Yu karibu kuja, na matumizi yetu katika majengo yanapaswa kuwa sawa na imani yetu. Mali zetu Zinapaswa kutumika katika kutoa vyumba vya kupendeza, mazingira yenye afya, na chakula kizuri cha afya kisichokobolewa au kusindikwa. {CHSw 277.1}

Mawazo yetu ya kujenga na kuweka samani taasisi zetu yanapaswa kuongozwa na kujengwa kwa ujuzi wa Kweli, wa vitendo juu ya kile kinachomaanishwa na kutembea kwa unyenyekevu na Mungu. Kamwe haipaswi kufikiriwa kuwa ni muhimu kufanya maonyesho ya kuwa tajiri mbele za watu. Kamwe mwonekano haupaswi kutegemewa kama njia ya mafanikio. Huu ni udanganyifu. Shauku ya kuonekana mbele za watu, ambayo kwa namna iwayo yote haifai kwa kazi ambayo Mungu ametupa kufanya, muonekano ambao unaweza kutegemezwa tu kwa kutumia pesa nyingi, ni udhalimu usio na huruma. Ni kama kidonda cha kansa au kidonda ndugu, ambacho siku zote hula nguvu za uhai. {CHSw 277.2}

Faraja Ni Muhimu Zaidi Kuliko Uzuri wa Mwonekano

Watu wenye busara wanathamini faraja zaidi ya uzuri wa

maonesho. Ni makosa kudhani kwamba, kwa kuendelea kutunza muonekano, wagonjwa watakuja zaidi, na kwa hivyo mali nyingi zingepatikana. Lakini hata kama njia hii ingeleta ongezeko la wafadhili, tusingekubali sanitarium zetu kuwekwa samani kulingana na mitazamo ya luxury/ufahari wa zama hizi. Mvuto wa Kikristo ni wa thamani sana kuweza kutolewa dhabihu kwa njia hii. Mazingira yote, ndani na nje ya taasisi zetu, lazima yawe sawa na mafundisho ya Kristo na usemi wa imani yetu. Kazi yetu katika idara/nyanja zake zote inapaswa kuwa kielelezo, si kwa maonesho na ubadhirifu, lakini ya utambuzi na maamuzi yaliyotakaswa. {CHSw 277.3}

Si majengo makubwa ya gharama; si samani za kitajiri (fenicha); si meza zilizosheheni vyakula vitamu, ambavyo vitaipa kazi yetu mvuto na mafanikio. Ni imani inayofanya kazi kwa upendo na kutakasa roho; ni mazingira ya neema yanayomzunguka muumini, Roho Mtakatifu anayefanya kazi akilini na moyoni, ndiyo inayomfanya muumini kuwa harufu ya uzima iletayo uzima, na kumwezesha Mungu abariki kazi yake. {CHSw 278.1}

Mungu anaweza kuwasiliana na watu Wake leo na kutoa hekima ya kufanya mapenzi Yake, kama vile alivyowasiliana na watu Wake wa zamani na kuwapa hekima katika kujenga maskani-Patakatifu. Katika ujenzi wa jengo hili alitoa uwakilishi wa nguvu na utukufu Wake; na Jina Lake linastahili kuheshimiwa katika majengo ambayo yamejengwa kwa ajili Yake leo. Uaminifu, utulivu, kufaa na uimara vinapaswa kuonekana katika kila sehemu. {CHSw 278.2}

Watendakazi Pamoja na Mungu

Wale ambao wapo katika ujenzi wa sanitarium wanapaswa kuwakilisha ile Kweli kwa kufanya kazi katika roho na upendo wa Mungu. Kama vile Nuhu katika siku zake alivyoonya ulimwengu katika ujenzi wa safina, kwa hivyo, kwa kazi ya uaminifu ambayo inafanywa leo katika kujenga taasisi za Bwana, mahubiri yatahubiriwa, na

mioyo ya wengine itasadikishwa na kuongoka. Baada ya hilo, hebu watendakazi wawiwe na kuwa na shauku kubwa ya kupata msaada wa Kristo wa kudumu, ili taasisi zilizoanzishwa zisipotee bure. Wakati kazi ya ujenzi inaendelea mbele, hebu wakumbuke kwamba, kama ilivyokuwa katika siku za Nuhu na Musa, Mungu alipanga kila mchanganuo wa safina na maskani kwa undani, kwa hiyo hata leo katika ujenzi wa taasisi Zake, Yeye Mwenyewe anaangalia kazi inayofanyika. Hebu wakumbuke kwamba Mjenzi Mkuu, kwa Neno Lake, kwa Roho Wake, na kwa uongozi Wake, ana mpango wa kuongoza kazi Yake. Wanapaswa kuchukua muda kuuliza ushauri Kwake Bwana. Sauti ya sala na sauti ya wimbo mtakatifu zinapaswa kupaa kama uvumba mtamu. Wote wanapaswa kutambua utegemezi wao wote kwa Mungu; wanapaswa kukumbuka kuwa wanaunda taasisi ambayo inapaswa kupeleka mbele kazi yenye kuleta hatima ya milele, na kwamba, kwa kufanya kazi hii, wanapaswa kuwa watendakazi pamoja na Mungu. “Tukimtazama Yesu” daima ndio kaulimbiu yetu. Na uhakikisho ni: ***“Nitakufundisha na kukuonyesha njia utakayoiendea; Nitakushauri, jicho Langu likikutazama.” Zaburi 32:8.*** **[Testimonies for the Church 7:90-94 (1902).]** {CHSw 278.3}

FAIDA YA MAJENGO YA MBAO

Majengo ya matofali na mawe hayafai sana kwa ajili ya Sanitarium kwani kwa ujumla yana ubaridi na hupata unyevu-nyevu. Inaweza kusemwa kuwa jengo la matofali linatoa muonekano mzuri zaidi, na kwamba jengo linapaswa kuvutia watu. Lakini tunahitaji majengo yenye nafasi kubwa; na ikiwa matofali ni ya gharama kubwa, lazima tujenge kwa mbao. Uchumi lazima uwe somo letu. Hili ni jambo la lazima, kwa sababu ya ukubwa wa kazi ambayo lazima ifanywe katika maeneo mengi katika shamba la Mungu la maadili. {CHSw 279.1}

Imependekezwa kuwa wagonjwa hawatahisi kuwa salama

dhidi ya moto katika mjengo wa mbao. Lakini ikiwa tuko mashambani, na sio katika miji ambayo majengo yamesongana, moto ungetoka ndani, na wala sio nje; kwa hivyo matofali hayangekuwa kinga. Inapaswa kuwasilishwa kwa wagonjwa kwamba kwa ajili ya afya jengo la mbao ni bora kuliko la matofali. **—Testimonies for the Church 7:83, 84 (1902).** {CHSw 279.2}

UCHUMI KATIKA UENDESHAJI

[Testimonies for the Church 4:571-573 (1881)]

Uchumi katika bajeti ni tawi bora la hekima ya Kikristo. Jambo hili halizingatiwi vya kutosha na wale ambao wanaoshika nafasi za uwajibikaji katika taasisi zetu. Pesa ni zawadi bora ya Mungu. Katika mikono ya watoto Wake ni chakula kwa wenye njaa, kinywaji kwa wenye kiu, na mavazi kwa walio uchi; ni kinga kwa wanyonge na msaada wa afya kwa wagonjwa. Mali hazipaswi kutumiwa bila ulazima au kwa matumizi makubwa kwa kuridhisha kiburi au tamaa ya makuu. {CHSw 280.1}

Kanuni Sharti Zitumike

Ili kukidhi mahitaji halisi ya watu, misukumo mikali ya kanuni za kidini lazima iwe na nguvu ya udhibiti. Wakati Wakristo na walimwengu wanapokusanywa pamoja, kipengele cha tabia ya Ukristo hakipaswi kujihusisha na vile ambavyo havijatakaswa. Tofauti kati ya hizi mbili lazima iwekwe wazi na chanya zaidi. Wao ni watumishi wa mabwana wawili tofauti. Kundi moja linajitahidi kuweka njia ya unyenyekevu ya kutii matakwa ya Mungu, - njia ya unyenyekevu, upole, na usahili, - likiiga Kielelezo, yaani Kristo Yesu. Kundi lingine kwa kila njia ni kinyume cha lile la kwanza. Wao ni watumishi wa ulimwengu, wenye hamu na tamaa ya kufuata mitindo yake katika mavazi ya kupindukia na katika kuridhisha uchu wa kula. Hili ndilo uwanja ambao

Kristo amewapa wale waliounganishwa na vituo vya tiba kazi yao iliyoteuliwa. Hatupaswi kupunguza umbali kati yetu na walimwengu kwa kufika kwenye kiwango chao, tukishuka kutoka kwenye njia ya juu iliyotengwa kwa ajili ya waliokombolewa na Bwana. Lakini hirizi zilizooneshwa katika maisha ya Mkristo — kanuni zinazotekelezwa katika kazi ya kila siku, katika kushikilia uchu chini ya udhibiti wa kazi, kudumisha unyenyekevu katika mavazi, na kushiriki mazungumzo matakatifu - itakuwa nuru inayoangaza daima kwenye njia ya wale ambao tabia zao ni za udanganyifu. {CHSw 280.2}

Wote ambao wameunganishwa na taasisi zetu wanapaswa kuwa na huduma/utunzaji wenye wivu kwamba hakuna kitu kitakachopotezwa au kufujwa, hata ikiwa jambo hilo haliingii kwenye sehemu ya kazi waliyopewa. Kila mtu anaweza kufanya kitu fulani kuelekea kutofuja au kutunza uchumi (kutotumia mali au vitu ovyo). Wote wanapaswa kutekeleza kazi yao, sio ili kupata sifa kutoka kwa wanadamu, bali kwa njia ambayo inaweza kubeba uchunguzi wa Mungu. {CHSw 281.1}

Kristo aliwahi kuwapa wanafunzi Wake somo juu ya uchumi ambao unastahili kuzingatiwa kwa uangalifu. Alifanya muujiza kuwalisha maelfu ya watu wenye njaa ambao walikuwa wamesikiliza mafundisho Yake; lakini baada ya wote kula na kushiba, Hakuruhusu vipande hivyo vilivyobaki, vipotee. Yeye ambaye angeweza katika uhitaji wao, kulisha umati mkubwa kwa nguvu Yake ya mbingu, aliwaamuru wanafunzi Wake wakusanye vipande vya mikate, ili kitu chochote kisipotee. Somo hili lilitolewa kwa faida yetu kama kwa wale walioishi katika siku za Kristo. Mwana wa Mungu anajali mahitaji ya maisha yetu hapa duniani, japo ni ya muda mfupi. Hakupuuza vipande vya mikate vilivyovunjika baada ya tafrija, ingawa aliweza kufanya karamu kama hiyo wakati wowote alipochagua. Watenda kazi katika taasisi zetu wangefanya vizuri kutii 1 somo hili: ***"Kusanyeni vipande vilivyobaki, kisiwepo kitu kinachopotea YOHANA 6:12."*** Hili ni jukumu la

wote; na wale ambao wanashikilia nafasi za uongozi wanapaswa kuweka mfano. **[Testimonies for the Church 4:571-573 (1881).]** {CHSw 281.2}

UAMINIFU KWA TAASISI ZETU

[Health, Philanthropic, and Medical Missionary Work, 29-33 (1888)]

Sanitarium ya Battle Creek imejengwa chini ya shinikizo la matatizo mengi. Imebidi kuchukuliwa hatua thabiti, na mikataba ikasainiwa na wale waliokuwa wakihusiana kama wasaidizi kwamba watabaki kwa muda wa miaka fulani. Hii imekuwa ni haja ya dharura kabisa. Baada ya msaada kupatikana, na kwa jitihada kubwa za makini hawa wakawa watendakazi hodari, wagonjwa matajiri waliwavutia kwa ahadi ya mishahara mikubwa ili wapate kuwa wauguzi wao binafsi majumbani mwao. Na mara nyingi wasaidizi hawa wameacha sanitarium na kwenda nao, bila kuzingatia kabisa kazi kubwa iliyowekezwa ili kuwafanya wawe watendaji wenye ufanisi. Hii haijatokea mara moja au mbili tu, bali mara nyingi. {CHSw 282.1}

Tena watu wamekuja kama wafadhili kutoka taasisi nyingine zisizoendeshwa kwa misingi ya kidini, nao kwa ujanja mkubwa wamewavuta wasaidizi kwa kuahidi kuwalipa mishahara mikubwa zaidi. Madaktari wengine wameasi imani na kuiacha taasisi, kwa sababu hawakupata uhuru wa kufuata njia zao wenyewe katika mambo yote. Wengine walifutwa kazi, na baada ya kupata huruma ya baadhi ya wasaidizi na wagonjwa, waliwavuta hawa pia mbali. Lakini baada ya kutumia gharama kubwa na kujaribu njia zao wenyewe kwa bidii yote waliyo nayo, walishindwa na kufunga kazi, huku wakibeba madeni makubwa wasiyoweza kulipa. Jaribio hili

limefanywa tena na tena. Haki na uadilifu havikupata nafasi yoyote katika mienendo ya watu wa namna hii. “Njia ya Bwana” haikuchaguliwa bali njia zao wenyewe. Walidanganya wasio na tahadhari na kuwapata kwa urahisi wale wapendao mabadiliko. Walikuwa vipofu mno kuzingatia mema na mabaya ya mwenendo wao, na walikuwa wazembe mno kujali. {CHSw 282.2}

Hivyo imekuwa lazima katika sanitarium ya Battle Creek kuweka mikataba ya kuwalazimisha wale waliounganishwa nayo kama wasaidizi, ili kwamba baada ya kufundishwa na kutayarishwa kama wauguzi na wahudumu wa tiba za maji, wasiondoke kwa sababu wengine wamewavutia kwa ahadi na vivutio vyao. Fedha zimetolewa kabla ya kuanza kazi au shule kwa baadhi ya wale wasaidizi ili wapate elimu ya tiba na kuwa msaada kwa taasisi hii-(Wanasaidiwa karo kwa kusaini mkataba wa kuwa watendakazi hapo baada ya shule). Daktari —— ameweka matumaini juu ya baadhi ya hawa, kwamba wangemsaidia kupunguza majukumu mazito yaliyokuwa yakimlemea. Lakini baadhi yao wameanza kuwa na wasiwasi na kutoridhika kwa sababu wale waliokuwa wakianzisha taasisi sehemu nyingine za nchi wamejaribu kuwabembeleza, na kujikomba kwao na kuwashawishi wahamie kwenye sanitarium zao, wakiwaahidi masharti/maslahi bora zaidi. Kwa njia hii, watendakazi—angalau baadhi yao—wamekuwa na mashaka, wasioridhika, wenye kujitegemea kupita kiasi na wasioweza kutegemewa, hata kama hawakuondoka rasmi kwenye sanitarium, kwa sababu walihisi kuna nafasi bora zaidi kwingineko. Wale waliokuwa wakianza tu kufanya mazoezi ya taaluma ya kazi walijiona tayari wakibeba majukumu makubwa ambayo hayakuwa salama kuwekwa mikononi mwao, kwa kuwa hawakuthibitika kuwa waaminifu katika mambo madogo. {CHSw 283.1}

Sasa tunataka wote 1 waangalie jambo hili kutoka mtazamo wa **Kikristo**. Majaribu haya yanafunua malighafi ya kweli

inayounda tabia. Kuna amri katika Amri Kumi isemayo: “Usiibe.” Amri hii inahusu hata matendo kama haya. Wapo waliowaiba wasaidizi wa kazi ambao watu wengine walikuwa wamekwishabeba mzigo wa kuwakuza na kuwafundisha kwa ajili ya kuwaajiri kushugulikia kazi yao. Kila mpango wa kificho,hila au ushawishi wowote unaotumika kuvutia msaada wa watu ambao wengine tayari wameshawaajiri na kuwasomesha/wamewafundisha, si kitu kingine bali ni wizi wa moja kwa moja. {CHSw 283.2}

Amri nyingine yasema: “Usimshuhudie Jirani yako uongo.” Kumekuwapo na muingiliano wa hila na wasaidizi waliokuwa wamepatikana na kuaminika kufanya aina fulani ya kazi; juhudi zimefanywa kudhoofisha mipango na kulaumu uongozi wa wale wanaoendesha taasisi. Utendaji wa uongozi umehojiwa kuhusu wale waliotamani huduma zao. Wamepigiwa debe kwa maneno ya kujipendekeza, ya ubatili, na mashaka yametamkwa kwamba hawapandishwi cheo au kupelekwa mbele haraka kama inavyostahili, kana kwamba walipaswa kuwekwa kwenye nyadhifa za juu zaidi za uwajibikaji. {CHSw 284.1}

Changamoto kubwa mno inayowakabili madaktari na wasimamizi wa taasisi zetu ni kwamba wanaume na wanawake ambao wameongozwa hatua kwa hatua, wakifundishwa na kutayarishwa kushika nafasi za kuaminika, mara nyingi hujivuna (huota mapembe), hujitegemea kupita kiasi, na hujiwekea makisio ya juu kuhusu wenyewe, yasiyo ya kweli juu ya uwezo wao binafsi. Pale ambapo wamekabidhiwa talanta mbili, hujiona wapo tayari kabisa kushughulikia tano. Lakini kama wangezitumia talanta mbili kwa busara na kwa hekima, wakionekana waaminifu katika mambo madogo waliyopewa, wakawa wakamilifu katika kila jambo wanalolishika kwa undani, basi wangehitimu kubeba majukumu makubwa zaidi. Kama wangeweza kupanda ngazi hatua kwa hatua, wakionyesha uaminifu katika lile dogo, basi hiyo ingekuwa ni ishara kuwa wameandaliwa

kubeba mizigo mikubwa zaidi na kuwa waaminifu katika mambo mengi au makubwa zaidi. Lakini wengi wao wanapenda tu kugusa kwa juu juu tu majukumu. Hawajifunzi kwa undani, hawajitahidi kuwa mabingwa katika wajibu wao. Wanajihisi kwamba wapo tayari kuwa katika ngazi ya juu kabisa bila kupitia taabu ya kupanda hatua kwa hatua, ngazi moja baada ya nyingine. Mioyo yetu huumizwa tunapolinganisha kazi inayotoka mikononi mwao na kiwango cha haki cha Mungu cha uaminifu ambacho Mungu pekee anaweza kukubali. Kuna dosari za kuumiza, uzembe, kutojali, mapambo ya bandia ili kuonekana mwema juu juu tu na unayeng'aa, kukosa uthabiti, ufahamu wa kiakili, maarifa mahiri umakini, na ukamilifu. Mungu hawezi kuwaambia watu wa namna hii: ***"Vema, mtumwa mwema na mwaminifu; ulikuwa mwaminifu katika machache, nitakuweka juu ya mengi"*** **(Mathayo 25:21).** {CHSw 284.2}

Watu wanapaswa kushika kazi kwa kudhamiria na busara, wakihisi kwamba wanafanya kazi ya Mungu. Ni lazima wawe na imani moyoni mwao ya kusahihisha hila, udanganyifu, mawazo ya kufikirika, na hoja za Shetani ambazo zingetaka kuwatoa katika njia ya haki na sahihi, ili wasichague njia ya Bwana bali kufuata misukumo ya tabia zao zisizo na nidhamu. Kama moyo umetakaswa na kuongozwa na Roho Mtakatifu, hawatachukua hatua zenye matokeo yasiyo na uhakika, bali watakuwa na uhakika kwamba katika yote wanayoshugulikia watafanya kazi njema kwa ajili ya Yesu. Kwa kutenda kazi yao kwa haki, watasimama salama katika maisha haya, wakiwa wameshika kwa uthabiti msaada kutoka juu, na wataongozwa katika kila njia njema na takatifu. Wataendelea kushikamana na kanuni. Watafanya kazi yao si kwa ajili ya kupata jina kubwa au mshahara mkubwa, si kwa lengo la kupachika ubinafsi au nafsi zao katika kazi zao au kuonekana ni watu muhimu mbele ya macho ya wanadamu, bali kwa kusudi la kuwa sahihi katika kila jambo machoni pa **Mungu**. Hawatajishughulisha sana katika kufanya kazi kubwa, bali kufanya lolote walilopewa kufanya

kwa uaminifu na kwa jicho lililojikita tu kwa utukufu wa **Mungu**. Watu wa namna hii ni wakuu machoni pa Mungu. Majina yao huandikwa katika kitabu cha uzima cha Mwana-Kondoo kama watumishi waaminifu wa Mungu Aliye Juu. Hawa ndio watu ambao ni wa thamani kubwa mbele za Mungu kuliko dhahabu safi, naam, hata zaidi kuliko dhahabu safi ya Ofiri. {CHSw 285.1}

SANITARIAMU KAMA KITUO CHA UMISHENARI

Sanitariumu inapaswa kuwa taasisi ya kimishenari kwa maana kamili ya neno, na tabia yake katika jambo hili lazima ihifadhiwe, la sivyo haitabeba muhuri wa Mungu juu yake. Ili ibaki katika hali hiyo, inahitaji utauwa wa maisha na tabia kwa kila mtendakazi. Mafanikio ya taasisi hii yanapaswa kutazamwa katika mwanga wa Neno la Mungu. Mafanikio ya kweli yatabeba cheti cha mbinguni. Watenda kazi wa Mungu watamfurahia Bwana, na kwa wakati huohuo wasiridhike na jitihada zao wenyewe. Wakati wa kumfurahia Bwana kwa sababu ya mafanikio, ndipo pia wataponyenyekea kwa kujiona duni kwa sababu ya yale yaliyopuuzwa na kutokuwa na uaminifu. {CHSw 286.1}

Watu wanaokubali nafasi yoyote katika mojawapo ya taasisi zetu za afya, wanapaswa kufanya hivyo kwa utambuzi kamili wa wajibu wake mzito. Bwana ameahidi kuwa msaada wa daima wakati wowote wa uhitaji, na hakuna udhuru wa kushindwa kufanya kazi ya kimishenari ya kweli zaidi katika sanitariumu. Ingekuwa vyema zaidi kama kungekuwa na umakini katika kujipatia stahiki na kufaa katika kujitayarisha kwa kila jukumu. Watenda kazi wanapaswa kutafuta kuboresha mambo, ili wafanye kazi zao kwa njia bora zaidi iwezekanavyo na kwa uaminifu, ili wapate kibali cha Mungu. Fursa za

kufanya mema siku zote zimekuwa mbele zaidi ya watenda kazi, kwa sababu mara nyingi wameshindwa kuziona na kuzitumia, kwa kuwa adui wa kutenda mema na haki amekuwa na nguvu ya kudhibiti mawazo yao. **— Health, Philanthropic, and Medical Missionary Work, 46, 47 (1888).** {CHSw 286.2}

KUZINGATIA KANUNI

[Testimonies for the Church 4:576, 577 (1906]

Majaribu ambayo Kristo alikumbwa nayo jangwani — hamu ya kula, kupenda ulimwengu, na kiburi, au dhana potofu au ujuvi (presumption) — ni vivutio vitatu vikuu vinavyoongoza katika kushindwa kwa watu mara nyingi. Wasimamizi wa vituo vya tiba mara nyingi watajaribiwa kuacha kanuni ambazo zinapaswa kutawala taasisi kama hiyo. Lakini hawapaswi kutofautiana kutoka kwenye njia sahihi ili kuridhisha mwelekeo au kuhudumia shauku mbaya ya wagonjwa au marafiki matajiri. Ushawishi wa hatua kama hiyo ni mbaya na wenye uovu tu. Kupotoka kutoka kwenye mihadhara au mafundisho yaliyotolewa katika mihadhara au kupitia vyombo vya habari au mashine za kuchapa, huleta athari mbaya zaidi kwenye ushawishi na maadili ya taasisi, na, kwa kiwango kikubwa, kutapinga juhudi zote za kuwafundisha na kuwarekebisha wahanga wa uchu na tamaa mbaya, ambazo zingewaongoza kwa Kristo, kimbilio salama pekee. **—Testimonies for the Church 4:576**. {CHSw 287.1}

Uovu hautaishia hapa. Ushawishi hauathiri tu wagonjwa, bali wafanyakazi pia. Wakati vizuizi vinapokuwa vimevunjwa mara moja, hatua baada ya hatua huchukuliwa katika njia isiyo sahihi. Shetani anawasilisha madanganyo ya kuwa maisha yatakuwa na mafanikio sana huko mbele kwa wale ambao watatoka kwenye kanuni na kutoa kafara uadilifu na heshima ya Kikristo ili kupata uthibitisho wa wasioamini. Jitihada zake zinafanikiwa mara nyingi. Adui anapata ushindi mahali ambapo anapaswa kukutana

kukimbiwa na watu na kushindwa. **—Testimonies for the Church 4:577**. {CHSw 287.2}

Kristo alimpinga Shetani kwa niaba yetu. Tunao mfano wa Mwokozi wetu ili kuimarisha madhumuni yetu dhaifu na maazimio; lakini, pamoja na hayo, wengine wataanguka kwa majaribu ya Shetani, na hawataanguka peke yao. Kila nafsi ambayo inashindwa kupata ushindi huwachukua wengine kuelekea chini, kupitia ushawishi wake. Wale ambao wanashindwa kuungana na Mungu, na kupokea hekima na neema ya kuboresha na kuinua maisha yao wenyewe, watahukumiwa kwa mema ambayo wangeweza kufanya lakini wakashindwa kufanya kwa sababu waliridhika na akili ya ulimwengu na urafiki na wale ambao hawajatakaswa. **—Testimonies for the Church 4:577**. {CHSw 287.3}

Mbingu yote inapendezwa na wokovu wa mwanadamu na iko tayari kumimina juu yake zawadi zake za fadhili ikiwa mwanadamu atafuata masharti ambayo Kristo ameyaweka: ***"Tokeni kati yao, Mkatengwe nao, asema Bwana, Msiguse kitu kilicho kichafu." 2 Wakorintho 6:17***. —Testimonies for the Church 4:577 {CHSw 288.1}

KWA UTUKUFU WA MUNGU

Tumeamriwa, tulapo, au tunywapo, au tutendapo neno lolote, kufanya yote kwa utukufu wa Mungu. Ni wangapi ambao kwa makini wamesukumwa kwa kanuni badala ya mhemko, na kuitii amri hii kabisa? Ni wanafunzi wangapi vijana huko---- wamemfanya Mungu kuwa tumaini lao na fungu lao, na kwa bidii wametafuta kujua na kufanya mapenzi YAKE? Kuna wengi ambao ni watumishi wa Kristo kwa jina, lakini hawako hivyo katika matendo. Ambapo kanuni za kidini zinatawala, hatari ya kufanya makosa makubwa ni ndogo; kwani ubinafsi, ambao daima hupofusha na kudanganya, uko chini. Shauku ya dhati ya kuwatendea wema wengine hutawala kiasi kwamba nafsi inasahaulika. Kuwa na kanuni thabiti za kidini ni hazina isiyoweza kukadiriwa. Ni mvuto safi zaidi, wa juu zaidi, ulioinuliwa ambao wanadamu

wa kufa wanaweza kuwa nao. Watu wa namna hiyo wana nanga. Kila tendo linazingatiwa vizuri, ili athari yake isije ikawa mbaya kwa mwingine na kuongoza mbali na Kristo. **—Testimonies for the Church 2:129 (1868).** {CHSw 288.2}

CHAPLEINI NA KAZI YAKE

Ni muhimu sana kwamba yule aliyechaguliwa kutunza maslahi ya kiroho ya wagonjwa na wasaidizi awe mtu mwenye uamuzi mzuri, busara na kanuni isiyopoteza mwelekeo, mtu ambaye atakuwa na ushawishi wa maadili, ambaye anajua jinsi ya kukabiliana na akili za watu. Anapaswa kuwa mtu mwenye hekima na utamaduni, mwenye kupenda watu, pamoja na akili mahiri. Huenda asiwe na ustadi mkamilifu katika mambo yote mwanzoni, lakini anapaswa, kufikiri kwa bidii na kutumia uwezo wake, aweze kuwa na sifa/stahiki kazi hii muhimu. Hekima kubwa na upole vinahitajika kutumika katika nafasi hii kwa njia inayokubalika lakini kwa uadilifu usiopinda, kwa kuwa chuki, ubaguzi, na makosa ya kila namna na maelezo, ni lazima watu watakutana nayo. **—Testimonies for the Church 4:546**. {CHSw 289.1}

Nafasi hii haipaswi kujazwa na mtu ambaye ana hasira au kuudhika-udhika, magomvi au mpenda malumbano. Uangalifu lazima uchukuliwe ili dini ya Kristo isifanywe kuwa ya kuchukiza kwa ukali au kukosa subira. Mtumishi wa Mungu anapaswa kutafuta, kwa upole, wema, na upendo, ili kuwakilisha imani yetu takatifu. Ingawa msalaba haupaswi kamwe kufichwa, anapaswa kuwasilisha pia upendo usio na kifani wa Mwokozi. Mfanyakazi lazima ajazwe na Roho ya Yesu, na kisha hazina za nafsi zitaoneshwa kwa maneno ambayo yatapata njia katika mioyo ya wale wanaosikia. Dini ya Kristo, iliyodhihirishwa katika maisha ya kila siku ya wafuasi Wake, itakuwa na mvuto mkubwa mara kumi kuliko mahubiri ya ufasaha zaidi……..Ikiwa wote

wanaohusishwa na kituo cha tiba ni wawakilishi sahihi wa Ukweli wa matengenezo ya afya na wa imani yetu takatifu, wanatoa ushawishi wa kufinyanga akili za wagonjwa wao. Tofauti ya tabia potovu na zile zinazopatana na Ukweli wa Mungu ina nguvu ya kusadikisha. **—Testimonies for the Church 4:546,547 (1878)** {CHSw 289.2}

SHIKILIA UKWELI KATIKA USAFI WAKE

[The Review and Herald, Februari 1, 1906.]

Wale ambao wamewekwa katika usimamizi wa taasisi za Bwana wanahitaji nguvu nyingi na neema na kushikilia nguvu za Mungu, kwamba hawatatembea kinyume na kanuni takatifu za Ukweli. Wengi, wengi wao wanafahamu kidogo sana kuhusiana na wajibu wao wa kuhifadhi Ukweli katika usafi wake, bila kuchafuliwa na alama hata moja ya makosa. Hatari yao ipo katika kushikilia Ukweli katika namna iliyo nyepesi, na hivyo kuweka akilini hisia kwamba kile tunachoamini kina matokeo kidogo, ikiwa, kwa njia ya kutekeleza mipango au fikira ya kibinadamu, tunaweza kujiinua mbele ya ulimwengu kwa kushikilia nafasi ya juu, kama tukishikilia kiti cha juu zaidi. {CHSw 290.1}

Mungu huwaita watu ambao mioyo yao ni thabiti/kweli kama chuma, na ambao watasimama, thabiti na imara katika uadilifu, bila kutishwa na hali au mazingira. Yeye Anawaita watu ambao watajitenga na maadui wa ukweli. Bwana Anatoa wito kwa watu ambao hawatathubutu kutegemea msaada wa kimwili kwa kuingia katika ushirika na walimwengu ili kupata fedha na njia za kuendeleza kazi Yake-hata kwa ajili ya ujenzi wa taasisi. Sulemani, kwa mapatano yake na watu wasioamini, alipata wingi wa dhahabu na fedha, lakini ustawi wake ulithibitisha uharibifu wake. Watu wa leo hawana hekima kuliko yeye, na wana mwelekeo wa kujisalimisha kwenye vishawishi vilivyosababisha anguko lake. Kwa maelfu ya miaka Shetani amekuwa akipata uzoefu katika kujifunza jinsi ya kudanganya; Na kwa wale wanaoishi katika zama hizi, adui anakuja na nguvu nyingi sana na

hivyo watu hutekewa. Usalama wetu pekee unapatikana katika utii kwa Neno la Mungu, ambalo tumepewa kama mwongozo na mshauri wa uhakika. Watu wa Mungu leo wanapaswa kujiweka tofauti na kujitenga na ulimwengu, roho yake, na mivuto yake. {CHSw 290.2}

"Kwa hiyo, Tokeni kati yao, Mkatengwe nao, asema Bwana, Msiguse kitu kilicho kichafu, Nami nitawakaribisha" 2 Wakorintho 6:17 Je, tutasikia sauti ya Mungu na kutii, au tutafanya utii wa nusu-nusu ya jambo hilo na kujaribu kumtumikia Mungu na mali? Kuna kazi ya dhati na bidii mbele ya kila mmoja wetu. Mawazo sahihi, makusudi safi na matakatifu, hayaji kwetu kama jambo la kawaida tu. Itabidi tujitahidi kuyapambania yale yaliyo matakatifu na safi. Katika taasisi zetu zote, nyumba zetu za uchapishaji na vyuo na sanitarium, kanuni safi na takatifu lazima yaweke mizizi. Ikiwa taasisi zetu zitakuwa vile Mungu anapanga kuwa, wale walio ndani yake hawatafanana na taasisi za kidunia. Watasimama kama watu wa kipekee, wakitawaliwa na kudhibitiwa na kiwango cha Biblia. Hawatapatana na kanuni za ulimwengu ili kupata wafadhili. Hakuna sababu zitakazokuwa na nguvu ya kutosha kuwahamisha kutoka kwenye njia ya wajibu. Wale walio chini ya udhibiti wa Roho wa Mungu hawatatafuta raha zao wenyewe au burudani. Ikiwa Kristo atatawala katika mioyo ya washiriki wa kanisa Lake, wataitikia wito huo, "*Tokeni kwake, enyi watu Wangu, msishiriki dhambi zake, wala msipokee mapigo yake*" Ufunuo 18:4 {CHSw 291.1}

KWA AJILI YA USITAWI WA WENGINE

Katika mwenendo wao kwa wagonjwa, watu wote wanapaswa kuchochewa na nia ya juu zaidi kuliko ubinafsi. Kila mtu anapaswa kuhisi kwamba taasisi hii ni chombo kimojawapo cha Mungu cha kuondoa maradhi ya mwili na kuielekeza roho ya mgonjwa wa dhambi kwa Yeye awezaye kuponya nafsi na mwili. Mbali na utendaji wa kazi maalum walizopewa, wote wanapaswa kupendezwa na maslahi/ustawi wa wengine. Ubinafsi ni kinyume na roho ya Ukristo. **—Testimonies for the Church 4:564 (1881).** {CHSw

291.2}

WATENDA KAZI WANAHITAJIKA

[The Review and Herald, Desemba 30, 1909]

Tunapaswa kuwa waangalifu ili tuwaunganishe katika sanitariumu zetu wale watakaotoa mwelekeo sahihi kwa kazi hii. Tabia zinapaswa kuundwa hapa kwa mfano wa Kiungu. Siyo mavazi ya gharama kubwa yatakayotupa heshima, bali ni unyenyekevu wa kweli wa Kikristo utakaomtukuza Mwokozi wetu. Tumaini letu pekee la kufanikisha tendo la wema kwa watu wa ulimwengu wanaokuja kwenye sanitarium yetu kama wageni, ni kwa watenda-kazi, kila mmoja wao, kudumisha muunganiko/uhusiano hai na Mungu. Vazi la wasaidizi wa sanitarium linapaswa kuwa la heshima na safi, lakini vazi si la muhimu sana kama mwenendo-tabia. Jambo la maana zaidi ni kwamba Ukweli uonekane wazi katika mtindo wa maisha yetu, na kwamba maneno yetu yawe yapatane na imani tunayoikiri kuishika-yaende sambamba. Ikiwa watenda kazi katika sanitarium yetu watajisalimisha kwa Mungu, na kuchukua nafasi ya juu kama waumini katika ile Kweli ya Injili, Bwana atalithibitisha jambo hili, na tutaona kazi kubwa ikifanyika katika taasisi hizi. {CHSw 292.1}

Wasaidizi Wenye Uzoefu

Si njia ya busara kuleta katika sanitarium zetu idadi kubwa ya wale wasio na uzoefu, wanaokuja wakiwa hawana uzoefu, ilhali upo upungufu wa watenda kazi wenye ujuzi na ufanisi. Tunahitaji zaidi wakina mama wasimamizi wenye busara na unyenyekevu, na wanaume wenye misingi imara ya kanuni na

busara—wanaume thabiti wanaomcha Mungu na wanaoweza kubeba majukumu kwa hekima. Wapo wengine wanaoweza kuja na kujitolea kufanya kazi kwa mshahara mdogo, ama kwa sababu wanapenda kuwepo kwenye sanitariumu, ama kwa sababu wanataka kujifunza; lakini sio utaratibu wa kweli kuijaza taasisi kwa wasaidizi wasio na uzoefu. {CHSw 292.2}

.

Bwana atafanya kazi kwa namna ambayo deni hilo litapunguzwa, na roho zitaongolewa kwa njia ya kweli kwa kuwa zitashuhudia kwamba watenda kazi wanatembea katika njia ya Bwana na kushika amri Zake. Hili ndilo tumaini pekee la ustawi wa sanitariumu zetu. Ni bure kufikiri kuwa kuna njia nyingine. Hatuwezi kutarajia baraka ya Mungu ziwe juu yetu iwapo tutamtumikia Mungu kwa matakwa yetu, na kumwacha tu kama tunavyopenda. {CHSw 292.3}

Siyo lazima tufuate matakwa ya ulimwengu ya anasa na starehe. Kuna sehemu nyingine ulimwenguni ambapo watu wanaweza kupata mambo ya kujifurahisha au kujiburudisha. Tunazihitaji sanitariumu zetu ziwe na wanaume na wanawake thabiti; tunawahitaji wale watakaodhihirisha usahili,na unyenyekevu wa utauwa wa kweli. Wakati wagonjwa wanapokuja kwenye taasisi zetu, wanapaswa kupewa mtazamo ulio wazi kwamba kuna nguvu ya Kiungu inayotenda kazi humo, na kwamba malaika wa Mungu wapo. {CHSw 293.1}

UMUHIMU WA MBINU

Kazi ya kiroho ya sanitarium zetu isiwe chini ya utawala wa madaktari. Kazi hii inahitaji mawazo na busara na maarifa mapana ya Biblia. Wachungaji wenye sifa hizi wanapaswa kuunganishwa na Sanitarium zetu. Wanapaswa kuinua kiwango cha hali ya kiasi kutoka katika mtazamo wa Kikristo, wakionesha kwamba mwili

ni hekalu la Roho Mtakatifu na kuiweka katika akili za watu jukumu lililopo juu yao kama milki ya Mungu iliyonunuliwa ya kufanya akili na mwili kuwa hekalu takatifu linalofaa kwa ajili ya Roho Mtakatifu kukaa. **Testimonies for the Church 7:75** {CHSw 293.2}

KUKABILIANA NA HISIA ZA MAPENZI

[Health, Philanthropic, and Medical Missionary Work, 26-28 (1885)]

Walezi wa taasisi lazima daima waweke kiwango cha juu, na kwa makini waangalie vijana waliokabidhiwa kwao na wazazi kama wanafunzi au wasaidizi katika idara mbalimbali. Wakati vijana wa kiume na wa kike wanapofanya kazi pamoja, hali ya kuhurumiana, kusikitiana, kuzoeana, kujaliana huzuka kati yao ambayo mara nyingi huendelea na kugeuka kuwa hisia ambazo ndizo zinakuwa kama mwongozo mkuu wa vitendo, maamuzi ya kimaadili, na kuelewa Ukweli, badala ya kutegemea busara, na hoja (sentimentalism). Iwapo walezi watapuuzia jambo hili, madhara ya kudumu yanaweza kuzifikia nafsi hizi na hali ya juu ya maadili ya taasisi ikakengeushwa. Ikiwa kuna wagonjwa au wasaidizi wanaoendelea kuzoeana-zoeana kwa kupindukia kwa kujificha baada ya kupewa maonyo ya busara, hawapaswi kuendelea kuwepo katika taasisi, kwa kuwa ushawishi wao utaathiri wale wasio na hatia na wasiojua yale yanayoendelea. Vijana wa kike watapoteza heshima ya kimaadili na kushawishiwa kuishi kwa udanganyifu kwa sababu mioyo yao imefungwa-fungwa na hisia za mapenzi zisizofaa... {CHSw 294.1}

Vijana wafundishwe kuwa wazi, lakini wawe wenye staha, uungwana na adabu, katika ushirikiano wao. Wafundishwe kuheshimu sheria za haki na mamlaka. Ikiwa watakataa kufanya hivyo, basi wasiendele kusoma hapo, waachiliwe mara moja, haijalishi nafasi yao ni ipi, kwa maana watawakatisha tamaa wengine. Ujasiri au kimbelembele cha wasichana wadogo kujitupa wenyewe katika urafiki na wavulana, kukaa karibu na maeneo

wanapofanyia kazi, kuingia katika mazungumzo nao, na kujishughulisha na maneno ya kawaida yasiyo na maana, ni kudhalilisha utu wa mwanamke. Hali hiyo huwashusha hata katika mtazamo wa wale wanaoendekeza mambo hayo..... {CHSw 294.2}

Wale wanaokiri kuwa wana dini ya Kristo wasifuate mazungumzo ya mzaha, wala kuwa na mazoea na urafiki usiofaa na wanawake wa aina yoyote, iwe wameolewa au wasioolewa. Hebu na watunze nafasi zao kwa heshima na hadhi-staha. Wakati huo huo, wanapaswa kuwa wachangamfu, wema, waungwana na wenye adabu kwa wote. Vijana wa kike wanapaswa kuwa na heshima na unyenyekevu. Wasiwape watu nafasi au hali yoyote itakayowafanya watu wawazungumze vibaya...Wale wanaoonyesha wazi kwamba mawazo yao yanarandaranda kwenye mikondo ya maadili ya chini, ambao mazungumzo yao hupelekea ufisadi badala ya kuinua, wanapaswa kuondolewa mara moja katika uhusiano wowote na taasisi, kwa kuwa hakika watawafanya wengine kukosa ujasiri na matumaini. {CHSw 294.3}

Kumbukeni daima kwamba taasisi zetu za afya ni maeneo ya kimishenari-utume... Je, mtatolea udhuru mizaha na vitendo vya uzembe kwa kusema kuwa hamkuweza kufikiri mnavyopaswa, au hamkuzingatia mambo mlivyopaswa? Je, sio wajibu wa Mkristo kufikiri mambo kwa umakini, akili timamu na kwa staha? Ikiwa Yesu ameketi katika kiti cha enzi cha moyo, je, mawazo yatamangamanga ovyo hovyo tu namna hiyo? ... {CHSw 295.1}

Usafi wa maadili, kujiheshimu wenyewe-heshima binafsi, na nguvu ya upinzani dhidi ya majaribu lazima vipaliliwe kwa uthabiti na bila kukoma. Hatupaswi kuondoka hata hatua

moja kutoka katika kujistahi-(tusijichanganye wavulana na wasichana bila kuweka vizuizi). Kitendo kimoja cha urafiki usiofaa au kuzoeana kwenye mwonekano wa dhambi, kosa moja dogo, kukosa busara kwa namna fulani, huweza kuhatarisha nafsi kwa kufungua mlango wa majaribu na hivyo kudhoofisha nguvu ya kupinga dhambi. **[Health, Philanthropic, and Medical Missionary Work, 26-28 (1885).]** {CHSw 295.2}

NGUVU IKUZAYO MAWAZO SAFI

Tunahitaji utambuzi endelevu na wenye nguvu, unaoboresha nguvu ya mawazo yetu ili yawe safi. Usalama pekee kwa roho ya mtu yeyote ni fikra sahihi. Kama vile mtu “anavyowaza moyoni mwake, ndivyo alivyo.” Mithali 23:7. Nguvu ya kuizuia na kuidhibiti nafsi huimarishwa kwa mazoezi/kujizoesha. Kile ambacho mwanzoni kinaonekana kuwa kigumu, kwa kukirudia-rudia mara kwa mara kinakuwa rahisi, mpaka mawazo na matendo sahihi yanakuwa mazoea ya mtu. Ikiwa tutaazimia, basi tunaweza kujiepusha na yale yote ambayo ni ya ovyo (cheap), kipumbavu na duni, na kupanda kufikia kiwango cha juu; tunaweza kuheshimiwa na wanadamu na kuwa wapendwa wa Mungu. **—The Ministry of Healing, 491 (1905)** {CHSw 295.3}

UKOSOAJI NA UTAFUTAJI DOSARI

[Health, Philanthropic, and Medical Missionary Work, 23-26

Wale wanaotembelea taasisi zetu na kuona pale ambapo kazi haifanywi kwa njia bora au kwa kunufaisha, ikiwa wana uzoefu mpana zaidi na wanajua njia yenye mafanikio zaidi ya kusimamia, wanapaswa kushauriana na kutafuta msaada kwa wale waliowekwa na Mungu kushika dhamana hiyo na kuwasaidia kuona njia iliyo sahihi ya kutenda. Wale wanaoshindwa kufanya hivi wanapuuza wajibu wao, na ni watu wasio waaminifu kwa dhamana waliyopewa na Mungu. Mtu wa namna hii akiondoka katika taasisi hiyo bila kusema neno lolote kwa watu husika, na kisha akawaeleza

watu wasiohusika kwamba ameona mapungufu katika usimamizi, au kwamba ameona matumizi yaliyoleta gharama bila hata ya kunufaisha taasisi, mtu huyo ameshindwa kudhihirisha roho ya Kikristo na amekuwa mwasi kwa ndugu zake na kwa Mungu. Bwana angetaka mtu huyo asambaze nuru ikiwa anayo; lakini kama hana mpango ulio sahihi wa kupendekeza, ni kosa kwake kuwaambia wengine makosa aliyoyaona. Akishindwa kuwapa watenda kazi faida ya hekima yake anayoona kuwa ya juu zaidi, na kama kazi yake ni kulaumu tu bila kuonyesha, kwa roho sahihi, namna ya kuboresha, basi si tu kwamba anaharibu sifa ya taasisi bali pia ya watenda kazi ambao huenda wanafanya kulingana na nuru bora kabisa waliyonayo. {CHSw 296.1}

Mambo haya yahitaji kuzingatiwa kwa makini. Kila mwanamume na mwanamke ajiulize, “Niko upande wa nani? Je, ninafanya kazi ya kujenga au ya kubomoa chombo cha Mungu?” {CHSw 296.2}

Jambo moja linalonitia huzuni kuu ni kuona kwamba si mara zote kuna maelewano na umoja miongoni mwa watenda kazi katika taasisi zetu. Nimewaza: Je, yawezekana kweli kwamba kuna mtu atakayepata kosa kwa wale walio pamoja naye katika kazi? Je, kuna mtu atakayewaambia wagonjwa, wageni, au watenda kazi wenzake kwamba kuna mambo mengi yanayopaswa kufanywa lakini hayafanywi, na mengine yanafanywa vibaya? Wakitenda hivi, hawatendi kazi ya Kikristo. {CHSw 296.3}

Watu waliowekwa katika nafasi za usimamizi-uongozi (dhamana) wanapaswa kuheshimiwa. Hatutarajii mtu apatikane mkamilifu kwa kila jambo. Wanaweza kuwa wanatafuta ukamilifu wa tabia, lakini ni viumbe wenye mipaka, wenye kufa tu na wanaoweza kukosea. Wale walioajiriwa katika taasisi zetu wanapaswa kuhesabu kuwa ni wajibu wao kulinda kwa wivu kazi na watenda kazi dhidi ya ukosoaji

usio wa haki. Hawapaswi kukubali kwa urahisi au kuzungumza maneno ya lawama dhidi ya yeyote anayefanya kazi ya Mungu, kwa kuwa wakifanya hivyo Mungu Mwenyewe anaweza kukashifiwa na kazi anayoiendesha kupitia vyombo vyake ikawekewa pingamizi kubwa. Magurudumu ya maendeleo yanaweza kuzuiliwa wakati Mungu anaposema, “Songeni mbele.” {CHSw 297.1}.”

Ni uovu mkubwa, na ulioenea sana miongoni mwa watu wetu, kuruhusu mawazo yasiyo na nidhamu au ya ovyo, kuhoji na kukosoa kila kitu kinachofanywa na mwingine, kujenga milima kutokana na miinuko midogo tu, na kufikiri njia zao ndizo sahihi, ilhali wakipewa nafasi hiyo hiyo ya ndugu yao, huenda wasingefanya hata nusu ya vizuri anavyofanya yeye. Kwa baadhi ya watu ni kawaida yao kama pumzi yao kuangalia makosa ya wengine. Wamejizoesha kuwakosoa wengine, ilhali wao wenyewe ndio wangepaswa kushughulikiwa vikali na maneno yao maovu na hisia zao ngumu ziteketezwe kutoka rohoni mwao kwa moto utakaso wa upendo wa Mungu.... {CHSw 297.2}

Mtu anaporuhusu kushuku au lawama kwa kiwango chochote iwe juu ya mtendakazi mwenzake, bila kumkemea anayelalamika au bila kuweka wazi kwa uaminifu jambo hilo mbele ya anayeongelewa vibaya, mtu huyo anatenda kazi ya adui. Ananyunyizia maji mbegu za mifarakano na ugomvi, matunda yake ambayo atakutana nayo katika siku ya Mungu.... {CHSw 297.3}

Hii dharau kwa wengine, na kupuuza haki na usawa, si jambo nadra. Inapatikana kwa kiwango fulani katika taasisi zetu zote. Ikiwa mmoja atafanya kosa, kuna baadhi ambao watafanya kazi yao kulizungumzia hadi litakapokua na kuwa kubwa mno na

hata kusiwe na uwiano. Badala yake, kungekuwa na kanuni takatifu kwa wote wanaohusika katika taasisi zetu kulinda maslahi, heshima na sifa ya kila mmoja aliye nao, kama vile ambavyo wangependa jina na sifa yao wenyewe vilindwe. {CHSw 298.1}

MATOKEO YA DHAMBI INAPOLELEWA

Ngome imara zaidi ya maovu katika dunia yetu si maisha ya dhambi ya dhahiri ya mwenye dhambi aliyeachwa au mtu aliyeharibika kabisa; bali ni yale maisha yanayoonekana kwa nje kuwa ya maadili, yenye heshima, na ya kifahari, lakini ndani yake dhambi moja inalelewa/inaengwa, kosa moja linaendekezwa. Kwa nafsi inayopambana kwa siri dhidi ya jaribu kubwa, ikitetemeka kandokando ya korongo la maangamizi, mfano wa namna hii huwa ni kishawishi kikubwa mno cha kuanguka dhambini. Yeye ambaye amepewa upeo mkubwa wa maisha, wa kweli na wa heshima, na bado kwa makusudi kuvunja amri moja ya sheria takatifu ya Mungu, amepotosha vipawa vyake vya thamani na kuvitumia kama mtego wa dhambi. Umahiri wa kiakili, kipawa, huruma, hata matendo ya ukarimu na wema, vinaweza kugeuka kuwa mitego ya Shetani ya kuzidanganya roho zingine kuanguka katika shimo la uharibifu—kwa maisha haya na hata kwa maisha yajayo. **—Thoughts From the Mount of Blessing, 94, 95 (1896).** {CHSw 298.2}

KUMTAZAMA YESU

[Special Testimonies, Series B 19:29-31 (1902)]

Usiku wa jana nilipata uzoefu wa ajabu. Nilikuwa kwenye mkutano ambapo maswali yalikuwa yanaulizwa na kujibiwa. Nilifungua macho saa saba ya usiku na nikaamka. Kwa muda nilitembea chumba chote, nikiwa ninaomba kwa moyo mkunjufu kwa

uwazi wa akili, kwa nguvu ya kuona, na kwa nguvu ya kuandika mambo yanayohitajika kuandikwa. Nilimwomba Bwana anisaidie kubeba ushuhuda ambao utaamsha watu Wake daima kabla haujachelewa.... {CHSw 299.1}

Nafsi yangu ilivutwa katika kuzingatia mambo yanayohusiana na kuendeleza mbele kazi ya Mungu katika siku zijazo. Wale ambao wamekuwa na uzoefu mdogo mwanzoni mwa kazi mara nyingi hufanya makosa katika maamuzi kuhusiana na jinsi inavyopaswa kuendelezwa. Wanalazimishwa kwa mambo mengi. Wanafikiri kuwa ingekuwa bora zaidi kama watenda kazi wenye vipaji wangepewa mishahara ya juu, kulingana na umuhimu wa kazi wanayofanya. {CHSw 299.2}

Lakini mmoja aliye na mamlaka alisimama katikati yetu kwenye mkutano niliokuwepo jana usiku na kusema maneno ambayo lazima yataamua swali hilo. Alisema: "Tukimwangalia Yesu, Mwenye kuanzisha na kutimiza Imani yetu, ifuatilie kazi Yake baada ya kutwaa ubinadamu, na kumbukeni kuwa Yeye Ndiye Kielelezo chenu. Katika kazi ya kuokoa nafsi, maisha Yake ya Kiungu na ya kibinadamu hapa duniani yanapaswa kuwa mwongozo wenu. Aliumba dunia, lakini Alipokuwa akiishi duniani hakupata sehemu ya kuweka kichwa Chake." {CHSw 299.3}

Iwapo watenda kazi wenye vipaji wengi wangepewa mishahara ya juu, wale wanaofanya sehemu ngumu zaidi ya kazi kama vibarua, pia wangehitaji mishahara mikubwa pia, na wangesema kuwa kazi yao ni muhimu kama kazi yoyote ile inayoendeshwa. {CHSw 299.4}

Kazi inapaswa kuendelezwa katika mistari/nyanja nyingi. Eneo jipya linapaswa kufikiwa. Lakini hakuna vituo vinavyopaswa kuundwa Yerusalemu. Ikiwa vituo kama hivyo vitaundwa, watu wanapaswa kutawanyika, kwa Bwana Mungu wa

mbinguni. {CHSw 299.5}

Kazi ya Mungu inapaswa kuendelezwa bila kuwa na maonyesho ya nje. Katika kuanzisha taasisi/mashirika, hatupaswi kamwe kushindana na mashirika ya kidunia kwa ukubwa, fahari au umaarufu. Hatupaswi kuingia katika muungano na wale wasiompenda Mungu, au wasiomcha Mungu au wasio na hofu ya Mungu. Wale ambao hawana nuru ya Kweli ya sasa, ambao hawawezi kustahimili kumwona Yeye Asiyeonekana, wamezungukwa na giza la kiroho linalofanana na giza la usiku wa manane. Ndani mwao, kila kitu kinavunja moyo, na kuleta huzuni. Hawajui maana ya furaha katika Bwana. Hawatumii talanta kwa ajili ya Ukweli wa milele. Umakini wao umeelekezwa kwa mambo madogo, na ya kipuuzi ya dunia. Wanafanya haraka kufikia ubatili, wakijitahidi kwa njia zisizo za haki ili kujipatia faida. Wakiwa wamemwacha Mungu, chemchemi ya maji ya uhai, wanachimba chemichemi zilizoharibika ambazo haziwezi kutunza maji. Haipaswi kuwa hivyo kwa wale walioonja nguvu ya dunia ijayo. {CHSw 300.1}

Kutumia vyema na Kujidhibiti

Panda mbegu za Kweli popote pale ambapo unapata fursa. Katika kuanzisha kazi katika maeneo mapya, Ishini kwa kuwa watu wasio wabaradhifu, watu wanaojali uchumi kwa kila njia inayowezekana. Kusanyeni mabaki yote; hakuna kinachopaswa kupotea.... {CHSw 300.2}

Tunaelekea mwisho wa historia ya dunia hii, na mistari mbalimbali ya kazi ya Mungu inapaswa kuendelezwa kwa kujitolea zaidi kuliko ilivyokuwa awali. Kazi ya siku za mwisho ni kazi ya umishenari. Ukweli wa sasa, kuanzia herufi yake ya kwanza ya alfabeti, hadi ya mwisho, unamaanisha jitihada za umishenari. Kazi inayoendelea inahitaji kujitoa dhabihu katika kila hatua ya maendeleo. Watenda kazi wanapaswa kutoka kwenye majaribu wakiwa wamesafishwa na kuboreshwa, kama dhahabu

inayojaribiwa katika moto. {CHSw 300.3}

USHIRIKIANO KATI YA SHULE NA SANITARIUM

Ni vyema shule zetu za mafunzo kwa watenda kazi wa Kikristo zianzishwe karibu na taasisi zetu afya, ili wanafunzi waelimishwe katika kanuni za maisha yenye afya. Taasisi zinazotuma watenda kazi wawezao kutoa hoja za imani yao, na walio na imani itendayo kazi kwa upendo na kuitakasa nafsi, ni za thamani kubwa. Nina maagizo wazi kwamba, popote inapowezekana, shule zianzishwe karibu na vituo vyetu vya sanitariamu, ili kila taasisi iwe msaada na nguvu kwa ajili ya nyingine. Yeye aliyemuumba mwanadamu ana shauku na maslahi na wale wanaoteseka. Ameelekeza katika uanzishwaji wa sanitariamu zetu na katika ujenzi wa shule zetu karibu na sanitariamu, ili ziwe njia bora katika kuwafunza wanaume na wanawake kwa ajili ya kazi ya kuwahudumia wanadamu wanaoteseka. {CHSw 301.1}

Hebu wahudumu wa tiba Waadventista Wa Sabato wakumbuke kwamba Bwana Mungu Mweza yote anatawala. Kristo alikuwa tabibu mkuu aliyepata kukanyaga dunia hii iliyolaaniwa na dhambi. Bwana angetaka watu Wake waje Kwake kwa ajili ya nguvu yao ya uponyaji. Yeye Atawabatiza kwa Roho Wake Mtakatifu na kuwafanya kufaa kwa huduma ambayo itakuwa baraka katika kurejesha afya ya kiroho na kimwili ya wale wanaohitaji uponyaji…. {CHSw 301.2}

Bwana angetaka watenda kazi wafanye juhudi maalum kuwaelekeza wagonjwa na wanadamu wanaoteseka kwa Tabibu Mkuu aliyetengeneza mwili wa mwanadamu. **—Testimonies for the Church 9:178 (1909).** {CHSw 301.3}

USAWA KATIKA MASUALA YA MALIPO

[Special Testimonies, Series B 19:32, 33 (1902)]

Ndugu mpendwa,

Sikujua kwamba itachukua muda mrefu kiasi hiki kabla ya kutimiza ahadi yangu ya kukuandikia. Nimekuwa nikifikiria suala lililo kuwa likikukera kuhusu mshahara. Unapendekeza kwamba kama tutalipa mishahara mikubwa zaidi, tunaweza kupata watu wenye uwezo wa kushika nafasi muhimu za uaminifu. Hii inaweza kuwa kweli, lakini ningependa sana kuona watenda kazi wetu wakishikiliwa na kazi yetu kwa sababu tu ya mishahara wanayoipata. Katika kazi ya Mungu, tunahitaji watenda kazi ambao watafanya agano na Mwenyezi Mungu kwa kujitoa dhabihu, watenda kazi watakaofanya kazi kwa mapenzi ya roho za watu, si kwa ajili ya malipo wanayopata. {CHSw 302.1}

Hisia zako kuhusu malipo ya mshahara, ndugu yangu mpendwa, ndiyo lugha ya dunia. Huduma ni huduma, na aina moja ya kazi ni muhimu kama nyingine. Kila mtu amepewa kazi yake. Kuna kazi ngumu na inayokera inayohitaji kufanya, kazi inayohitaji ujuzi,stadi na busara. Katika kazi ya Mungu, nguvu za kimwili pamoja na akili zinatumika, na zote ni muhimu. Kila moja ni muhimu kama nyingine. Kama tungejaribu kuweka mstari kati ya kazi za akili na kazi za mwili, tungejiweka katika hali ngumu sana. {CHSw 302.2}

Jaribio la kulipa watu mishahara mikubwa limefanywa katika mashirika ya uchapishaji. Watu wengine wamedaka na kuishikiia mishahara mikubwa, wakati wengine, waliofanya kazi ngumu na yenye ushindani sawa, walipata tu kiasi cha kutegemeza familia zao kwa shida. Lakini kuhenyeka kwao kulikuwa kukubwa, na mara nyingi watu hawa walikuwa wamechoshwa kwa kuhenyeka sana na kuzidiwa, wakati wengine, wasiobeba hata nusu ya mzigo walioubeba, walipokea mara mbili ya malipo. Bwana anaona yote haya,

na Hakika atawauliza watu watoe hesabu; kwa maana Yeye ni Mungu wa haki na usawa. {CHSw 302.3}

Wale wenye maarifa ya ile Kweli kwa wakati huu wanapaswa kuwa safi, waliotakaswa, waungwana, watu bora na waadilifu katika shughuli zao zote za kibiashara. Hakuna kati ya watumishi wa Mungu anayeweza kujaa tamaa ya nafasi ya juu kama mkurugenzi au meneja. Nafasi hizo zenyewe zimejaa majaribu makubwa. {CHSw 303.1}.

Wauguzi wetu wanahimizwa kujitolea kufanya kazi kwa watu au makundi fulani kwa malipo maalum. Wanajifunga kuhudumia kwa namna hiyo, na baadaye wanakosa kuridhika. Ni lazima kuwa na usawa zaidi katika kushughulika na wauguzi wetu. Kati yetu kuna wauguzi wenye akili mahiri na waadilifu, wanaofanya kazi kwa dhati na bidii, wakati wote. Ni wauguzi kama hawa tunawahitaji, na wanapaswa kupatiwa mishahara bora, ili wakiugua, wawe na fedha za kutosha kuweka kando kwa ajili ya kupumzika na kubadilisha mazingira. Tena mara nyingi wazazi wa wauguzi hao hujikana nafsi sana ili kurahisisha watoto wao kuchukua kozi za uuguzi. Ni sahihi tu kwamba baada ya watoto hawa kupata elimu yao, wapewe malipo ya kutosha ili waweze kusaidia wazazi wao, iwapo watahitaji msaada. {CHSw 303.2}

UCHUMI KWA KANUNI

Wale ambao mikono yao iko wazi kujibu wito wa kutoa mali za kudumisha kusudi la Mungu na kupunguza mateso na wahitaji siyo wale watakaopatikana wakiwa wasiojali, wazembe na walegevu katika usimamizi wa biashara zao. Daima huwa makini katika kuweza kuishi kutokana na mapato yao. Wao ni wana uchumi kwa kanuni; wanaona ni jukumu lao kuweka akiba, ili wapate kitu cha kutoa/kugawa. **—Testimonies for the Church 4:573 (1881).** {CHSw 303.3}

RIBA-FIDIA

Testimonies for the Church 7:206-209 (1902)

Mungu hataki kazi Yake kuendelea kuaibishwa na deni. Inapoonekana inafaa kuongeza kwenye majengo au vifaa vingine vya taasisi, jihadharini kuishi zaidi ya uwezo wenu kifedha. Bora kuahirisha maboresho au ukarabati, mpaka majaliwa yatakapofungua njia ya kufanywa bila ya kujiingiza katika deni kubwa na kisha mkatakiwa kulipa riba. {CHSw 304.1}

Nyumba zetu za uchapishaji zimefanywa mahali pa kuhifadhi na watu wetu na zinasaidia kutoa njia za kusaidia matawi ya kazi katika idara tofauti na zimekuwa zikibeba biashara zingine. Kufanya hivyo ni vizuri. Hakuna mengi yaliyofanyika katika hii sehemu. Bwana anaona yote lakini kutokana na nuru aliyonipa kila juhudi inapaswa kufanywa kusimama huru bila deni. {CHSw 304.2}

Kazi ya uchapishaji ilianzishwa katika hali ya kujikana nafsi, kujinyima na inapaswa kufanywa kwa kanuni thabiti za kiuchumi. Suala la kifedha linaweza kusimamiwa, ikiwa kuna shinikizo, watenda kazi watakubali kupunguziwa ujira. Hii ni kanuni ambayo Mungu alinifunulia niilete katika taasisi zetu. Wakati pesa inapokuwa adimu tunapaswa kuzuia matakwa yetu. {CHSw 304.3}

Hebu makisio sahihi yawekwe juu ya machapisho, kisha acheni wote katika nyumba zetu za uchapishaji wajifunze kufanya mambo kwa kujali uchumi kwa kila njia inayowezekana ingawa usumbufu mkubwa unaweza kutokea. Chunga kila kinachotoka, simamia uvujaji. Ni hasara ndogondogo ambayo huonesha mambo makubwa mwishoni. Kukusanya kila kitu usiache chochote kipotee. Usipoteze sekunde, dakika wala saa katika kuzungumza. Bidii

ya kudumu katika kufanya kazi kwa imani itazawadiwa kwa mafanikio kila wakati. {CHSw 304.4}

Wengine wanafikiri ni chini ya hadhi yao kuhifadhi vitu vidogo au kuwa mawakili wa vitu vidogo-vidogo. Wanafikiri ni kiashiria ufinyu wa akili na roho ya ubahili. Lakini uvujaji mdogo ndiyo umezamisha meli nyingi, hakuna kitu ambacho kingetumikia kwa kusudi la mtu yeyote kingeruhusiwa kupotea. Ukosefu wa maendeleo ya kiuchumi hakika unaleta deni katika taasisi zetu. Japokuwa pesa nyingi zinaweza kupokelewa, itapotea katika ubaradhifu mdogo-mdogo katika ila tawi la kazi. Kujali uchumi si jambo la kuonekana kuwa ni uovu. {CHSw 305.1}

Kila mwanaume au mwanamke aliyeajiriwa katika nyumba ya uchapishaji anatakiwa awe mwangalizi mwaminifu, akitazama hakuna chochote kinachoweza kufujwa. Wote wanapaswa kujilinda dhidi ya mahitaji yanayodhaniwa au ya kufikirika, ambayo yanafanya matumizi ya fedha yasiyo yasiyo ya hekima. Watu wengine wanaishi vizuri tu kwa dola mia nne kwa mwaka, kuliko ambavyo wengine wanavyoishi kwa dola mia nane. Ndivyo ilivyo hata katika taasisi zetu, baadhi ya watu wanaweza kumudu kipato kidogo kuliko wengine wanavyoweza. Mungu anatamani watenda kazi wote wafanye mazoezi ya uchumi, hasa katika kuwa wahasibu waaminifu-watunza mahesabu wema. {CHSw 305.2}

Kila mtendakazi katika taasisi yetu anapaswa kupokea fidia ya haki ikiwa watenda kazi watapata mshahara unaofaa/mzuri watendakazi wanakuwa na moyo unaoridhishwa katika mchango kwa ajili ya kazi hiyo ya Mungu. Si haki ya kwamba wengine wapokee kiasi kikubwa cha mshahara, wakati wengine, ambao wanafanya kazi muhimu na ya uaminifu wanapata pesa ndogo sana. {CHSw 305.3}

Lakini kuna visa ambapo tofauti lazima ifanyike.Kuna watu wanaohusishwa na nyumba za uchapishaji ambao wanabeba majukumu mazito na ambao kazi yao ni ya thamani kubwa kwa taasisi hiyo. Katika nafasi nyingine nyingi

wangekuwa na wanajali kwa udogo sana, ila kifedha, wangetengeneza/wangelipwa na kupata faida kubwa. Wote wanaweza kuona ukosefu wa haki wa kuwalipa watu kama hao mshahara usio wa juu kuliko ule anaolipwa mtendakazi asiye na ujuzi na kisomo-au kibarua. {CHSw 305.4}

Ikiwa mwanamke ameteuliwa na Bwana kufanya kazi fulani, kazi yake inapaswa kukadiriwa kulingana na thamani ya hiyo kazi. Wengine wanaweza kudhani ni sera nzuri kumruhusu mtu atumie muda wake na kufanya kazi kwa bidii kazini bila fidia. Lakini Mungu haidhinishi mipango kama hiyo. Kujikana nafsi kunahitajika kwa sababu ya uhaba wa fedha, mzigo si wa kuwekwa juu ya watu wachache. Hebu wote waungane ili kutoa dhabihu. {CHSw 305.5}

Bwana anatamani wale waliokabidhiwa mali Zake kuonyesha fadhili na ukarimu na si ubahili. Katika uhasibu, Wasiwaache watu katika hali yao kavu ili waoneshe kila senti inayowezekana kuonekana. Mungu anaangalia kwa jicho la dharau juu ya fedha kama hizo. {CHSw 306.1}

Bwana anataka watu ambao wanaona kazi katika ukuu Wake na ambao wanaelewa kanuni ambayo imeingiliana nayo kutoka katika kuanzishwa kwake. Hatakuwa na utaratibu wa ulimwengu wa vitu kuja kuipa mwelekeo kazi hiyo, kwa ubunifu tofauti kabisa na ile ambayo ameweka alama kwa watu Wake. Kazi lazima iwe na tabia ya Mwanzilishi Wake. {CHSw 306.2}s

Katika dhabihu ya Kristo kwa watu walioanguka Rehema na Kweli vimekutana pamoja, Haki na Amani vimebusiana- Zaburi 85:10. Wakati sifa hizi zimetenganishwa na kazi nzuri zaidi inayoonekana kufanikiwa, basi hakuna chochote hapo. {CHSw 306.3}

Mungu hajachagua watu wachache kwa ajili ya neema Yake na kuwaacha wengine bila kujaliwa au utunzaji. Yeye Hatamwinua mtu mmoja na kumtupa na kumdhulumu mwingine. Wote ambao wameongoka kweli wataonesha

roho ileile watakayowatendea wenzao kama vile ambavyo wangemtendea Kristo. Hakuna atakayepuuza haki za mwingine. {CHSw 306.4}

Mtumishi wa Mungu anapaswa kuwa na heshima kubwa kwa kazi takatifu anayoshughulikia kwamba hawatabakiza ndani yake hata kipande kidogo cha ubinafsi. **[Testimonies for the Church 7:206-209 (1902).** {CHSw 306.5}

HAKUNA MISHAHARA MIKUBWA SANA

Hakuna mtu anayepaswa kupewa mshahara mnono kupita kiasi ingawa anaweza kuwa na uwezo na sifa maalum. Kazi iliyofanywa kwa Mungu na kusudi Lake haiwezi kuweka kwa msingi wa mamluki. Watenda kazi katika nyumba ya uchapishaji hawana kazi inayowachosha sana, inayowagharimu mno, au yenye majukumu mazito ukilinganisha na wafanya-kazi wengine wa miradi mingine. Kazi yao haichakazi zaidi kuliko ile ya mchungaji mwaminifu. Kwa kusema kweli ni kinyume, kwani kanuni ya kujitolea ipo zaidi kwao wachungaji kuliko inavyofanywa na watenda-kazi wengine katika taasisi zetu. Wachungaji huenda popote wanapoagizwa kwa wepesi, ni watu wenye utayari, na huwa tayari kwa wakati wowote, kukumbana na hali yoyote ya ghafla au dharura. wanalazimishwa kutenganishwa kwa kiwango kikubwa kutoka katika familia zao. Watenda kazi katika nyumba ya uchapishaji kama utaratibu ulivyo, wanapaswa kuwa na makazi ya kudumu na kuweza kuishi na familia zao. Hii huokoa sana gharama na inapaswa kuzingatiwa kwa uzito wake, katika kufidia watenda kazi katika huduma na katika nyumba ya uchapishaji. {CHSw 307.1}

Wale wanaofanya kazi kwa moyo wote katika shamba la mizabibu la Bwana, kwa kadri ya uwezo wao basi isiwe wao ndio wawekao makadirio juu ya huduma yao wenyewe, badala ya kuvimba kichwa na kiburi na kujiona wao muhimu na kupima kwa umakini kila saa ya kazi yao, hebu basi walinganishe juhudi zao na kazi ya

Mwokozi na kujiona kuwa watumishi wasiokuwa na faida. {CHSw 307.2}

Ndugu, usisomee jinsi unavyoweza kufanya kidogo zaidi ili uweze kufikia kiwango cha chini kabisa kinachotakiwa lakini amka! na ushikilie kwa nguvu utimilifu wa Kristo ili uweze kumfanyia Yeye mengi. **—Testimonies for the Church 7:208, 209 (1902).** {CHSw 307.3}

KUWASAIDIA WALE WANAOHITAJI MSAADA

Testimonies for the Church 8:136-144 (1890)

Kama mawakala wa Mungu tunapaswa kuwa na mioyo ya nyama, iliyojaa hisani ambayo hutusukuma kuwa msaada kwa wale walio na uhitaji zaidi kuliko sisi wenyewe. Tunapoona ndugu na dada zetu wakihangaika chini ya umaskini na madeni, tunapoona makanisa ambayo yanahitaji msaada wa kifedha, tunapaswa kuonesha shauku isiyo na ubinafsi kwao na kuwasaidia kulingana na kadiri ambavyo Mungu ametufanikisha. Iwapo wewe uliye na madaraka juu ya taasisi utaona taasisi zingine zikijitahidi kwa ujasiri kwa ajili ya kupata nafasi hata ya kusimama ili waweze kufanya kazi inayofanana na kazi za taasisi unazofungamana nazo, basi wewe usione wivu. {CHSw 308.1}

Usijitahidi kuisukuma nje nguvu-kazi isiwepo kabisa na kujiinua mwenyewe kwa kiburi cha makusudi kwamba wewe ndiyo upo juu. Badala yake, punguza baadhi ya mipango yako mikubwa, na kuwasaidia wale walio katika mapambano. Wasaidie katika kutekeleza baadhi ya mipango yao ya kuongeza miundombinu yao. Usitumie kila dola katika kupanua miundombinu yako na kuongeza majukumu yako. Hifadhi sehemu ya fedha zako kwa ajili ya kuanzisha injili katika maeneo mengine taasisi za afya na shule. Utahitaji kuwa na hekima kubwa ya kuweza kujua mahali pa kuziweka taasisi hizi ili watu wanufaike zaidi. Masuala haya yote lazima yafikiriwe kwa uwazi na busara. {CHSw 308.2}

Wale walio katika nafasi za kuwajibika watahitaji hekima kutoka juu ili waweze 1 kutenda kwa haki, kupenda rehema, na kuonesha huruma, si kwa wachache tu, bali kwa kila mtu ambaye

wanakutana naye. Kristo anayatambulisha maslahi Yake na yale ya watu Wake, haijalishi wao ni maskini na wahitaji kiasi gani. Misheni lazima zifunguliwe/zianzwe kwa ajili ya watu Weusi (wasio wazungu), na kila mtu ajitahidi kufanya jambo fulani na kulifanya sasa. {CHSw 308.3}

Kuna haja ya taasisi kuanzishwa katika sehemu mbalimbali, ili wanaume na wanawake wapate kuwekwa kazini ili wafanye kila liwezekanalo katika hofu ya Mungu. Hakuna mtu hata mmoja anayepaswa kupoteza uoni wa utume na kazi yake. Kila mtu anapaswa kulenga kuendeleza kazi iliyowekwa mikononi mwake ili kufikia matokeo yenye mafanikio. Taasisi zetu zote zinapaswa kulikumbuka hili akilini mwao na kujitahidi kupata mafanikio; lakini wakati uo huo wakumbuke kwamba mafanikio yao yataongezeka kwa kulingana na wanavyofanya ukarimu usio na ubinafsi, wakishiriki, vingi vyao na maongezeko yao pamoja na taasisi zinazojitahidi kwa ajili ya kupata mahali pa salama. Taasisi zetu zenye usitawi zinapaswa kuzisaidia taasisi zile ambazo Mungu amesema zinapaswa kuishi na kusitawi, lakini ambazo bado zinapambana ili zipate kuwepo-kuishi. Miongoni mwetu kuna kiasi kidogo sana cha upendo wa kweli usio na ubinafsi. Bwana anasema: “Kila apendaye amezaliwa na Mungu, naye anamjua Mungu. Yeye asiyependa, hakumjua Mungu; kwa maana Mungu ni upendo." "***Tukipendana, Mungu hukaa ndani yetu, na pendo Lake limekamilishwa ndani yetu.***" **1 Yohana 4:7, 8, 12.** Haimpendezi Mungu kuona mwanadamu akiangalia au kushugulikia mambo yake mwenyewe tu, akifumba macho yake asiangalie masilahi ya wengine. {CHSw 309.1}

Kile ambacho Taasisi Moja inaweza Kufanya kwa Nyingine

Katika majaliwa ya Mungu, Sanitarium ya Battle Creek na imefanikiwa sana, na katika mwaka huu unaokuja wale wanaosimamia wanapaswa kuzuia matakwa yao. Badala ya kufanya yote wanayotamani kufanya katika kupanua majengo yao au

miundombinu, wanapaswa kufanya kazi isiyo na ubinafsi kwa ajili ya Mungu, wakinyosha mkono wa upendo kwa masilahi yaliyowekwa katika maeneo mengine. Ni faida gani wangeweza kutoa kwa ajili kituo cha urejeshwaji wa Afya vijijini, huko St. Helena, kwa kutoa dola elfu chache kwa ajili ya shughuli hii! Mchango kama huo ungewapa ujasiri wale wanaosimamia, kuwatia moyo kusonga kwenda mbele na kwenda juu. {CHSw 309.2}

Michango ilitolewa kwa ajili ya kituo hiki cha Sanitarium cha maisha bora cha Battle Creek katika historia yake ya awali, na sasa je, kituo hiki cha afya na maisha bora cha Sanitarium hakipaswi kufikiria kwa makini kile kinachoweza kufanya kwa ajili ya taasisi pacha kwake, iliyopo katika Pwani ya Pasifiki? Ndugu zangu mlioko Battle Creek, je, haionekani kuwa inaendana na agizo la Mungu kuweka mipaka ya matakwa yenu, na kupunguza shughuli zenu za ujenzi, na kuacha kupanua taasisi zetu katika kituo hicho? Kwa nini hamjisikii kwamba ni upendeleo na wajibu wenu kuwasaidia wale wanaohitaji msaada? {CHSw 309.2}

Matengenezo Yanahitajika

Nimeagizwa kwamba matengenezo yanahitajika katika mistari hii, kwamba ukarimu zaidi unapaswa kuenea miongoni mwetu. Kuna hatari ya daima kwamba hata Waadventista wa Sabato watashindwa na tamaa ya ubinafsi ya kutaka matamanio ya ukuu nao watatamani kuweka fedha zote na mamlaka katika mashirika yale ambayo wanayasimamia hasa. Kuna hatari kwamba watu wataruhusu hisia za wivu kuinuka mioyoni mwao na kwamba watakuwa na husuda kwa mashirika ambayo ni muhimu kama yale wanayoyasimamia. Wale wanaotunza kwa upendo mkuu neema ile ya Ukristo safi hawawezi kutazama bila kujali

sehemu yoyote ya kazi katika shamba kuu la mizabibu la Bwana. Wale ambao wameongoka kweli kweli watakuwa na shauku iliyo sawa kwa kazi inayofanyika katika sehemu zote za shamba la mizabibu na watakuwa tayari kusaidia popote msaada unapohitajika. {CHSw 310.1}

Ni ubinafsi/uchoyo ndio unaowazuia watu kupeleka msaada kwenda katika sehemu zile ambapo kazi ya Mungu haina mafanikio kama ilivyo katika taasisi wanayoisimamia. Wale wanaobeba majukumu wanapaswa kutafuta kwa uangalifu mafanikio ya kila tawi la kusudi na kazi ya Mungu. Wanapaswa kuyatia moyo na kuyategemeza maslahi katika maeneo mengine na vile vile taasisi zilizopo katika maeneo yao. Hivyo vifungo vya udugu vingeimarishwa kati ya washiriki wa familia ya Mungu duniani, na mlango ungefungwa kwa wivu mdogo-mdogo na kijicho moyo kukasirika ambavyo nyadhifa na mafanikio kwa hakika vitaamsha isipokuwa neema ya Mungu imetawala moyo. {CHSw 310.2}

"Lakini nasema neno hili," Paulo aliandika: "Apandaye haba atavuna haba; apandaye kwa ukarimu atavuna kwa ukarimu. Kila mtu na atende kama alivyokusudia moyoni mwake, si kwa huzuni, wala si kwa lazima; maana Mungu humpenda yeye atoaye kwa moyo wa ukunjufu. Na Mungu aweza kuwajaza kila neema kwa wingi, ili ninyi, mkiwa na riziki za kila namna siku zote, mpate kuzidi sana katika kila tendo jema;" mkitajirishwa katika vitu vyote mpate kuwa na ukarimu wote, umpatiao Mungu shukrani kwa kazi yetu. Maana utumishi wa huduma hii hauwatimizii watakatifu riziki walizopungukiwa tu, bali huzidisana kuwa na faida kwa shukrani nyingi apewazo Mungu; kwa kuwa mkijaribiwa kwa utumishi huo, wanamtukuza Mungu kwa ajili ya utii wenu katika kuikiri Injili ya Kristo, na kwa ajili ya ukarimu wenu mliowashirikisha wao na watu wote. Nao wenyewe, wakiomba dua kwa ajili yenu, wawaonea shauku kwa sababu ya neema ya Mungu iliyozidi sana ndani yenu. Mungu ashukuriwe kwa sababu ya kipawa Chake, tusichoweza kukisifu kama ipasavyo." 2 Wakorintho 9:6-8, 11- 15. {CHSw 311.1}

Suala la Mishahara

Taasisi hii kwa sasa iko katika hali ya mafanikio na neema, na wasimamizi wake hawapaswi kusisitiza kwamba wafanyakazi wapewe kiwango cha chini cha mishahara ambacho kilikuwa ni lazima katika miaka yake ya awali. Watenda kazi wanaostahili, wenye ufanisi wanapaswa kupokea mishahara ifaayo kwa kazi yao, na wanapaswa kuachwa watumie maamuzi yao wenyewe kuhusu matumizi watakayofanya kwa kutumia mishahara yao. Isiwepo hali itakayofanya watumikishwe kupita kiasi. Daktari mkuu mwenyewe anapaswa kuwa na mshahara mkubwa. {CHSw 311.2}

Kwa mganga mkuu ningependa kusema: Ijapokuwa huna suala la mishara chini ya usimamizi wako binafsi, ni bora kwako kuliangalia kwa makini suala hili; kwa kuwa unawajibika, kama kiongozi wa taasisi. Usiwashurutishe watenda kazi kujitoa kafara kwa kupindukia. Zuia matamanio yako ya ukuu, ya kutaka kupanua taasisi hii na kulimbikiza majukumu. Hebu baadhi ya fedha zinazoingia kwenye sanitariamu zitolewe kwa taasisi zinazohitaji msaada. Hakika hii ni sawa. Inakubaliana na mapenzi na njia ya Mungu, nayo italeta baraka za Mungu juu ya sanitariamu. {CHSw 311.3}

Ningependa kusema hasa kwa bodi/baraza la wakurugenzi: “Kumbuka kwamba watenda kazi wanapaswa kulipwa kulingana na uaminifu wao. Mungu anataka tushughulikiane sisi kwa sisi kwa uaminifu makini kabisa (uaminifu mkali). Baadhi yenu mmelemewa na masumbufu na majukumu, nami nimeelekezwa kwamba kuna hatari ya ninyi kuwa wabinafsi na kuwakosea ka kuwadhulumu wale mnaowaajiri, ." {CHSw 312.1}

Kila shughuli ya biashara, iwe inahusiana na mtendakazi mwenye nafasi ya madaraka au mtendakazi wa hali ya chini kabisa anayehusiana na sanitariamu, inapaswa kuwa

kama vile Mungu anavyoweza kuikubali-kuipa kibali. Tembeeni nuruni wakati nuru ingalipo, giza lisije likawajia. Ingekuwa bora zaidi, kutumia fedha kidogo katika majengo na kuwapa watenda kazi wenu ujira unaolingana na thamani ya kazi yao, mkiwatendea rehema na haki. {CHSw 312.2}

Kutokana na nuru ambayo Bwana amependezwa kunipa. Ninajua kwamba hapendezwi na mambo mengi ambayo yamefanyika kuhusiana na watenda kazi. Mungu hajaweka kila jambo wazi kwangu kwa undani, lakini maonyo yamekuja kwamba katika mambo mengi matengenezo thabiti yanahitajika. Nimeoneshwa kwamba kuna haja ya akina baba na akina mama katika Israeli kuunganishwa na taasisi. Wanaume na wanawake wenye kujitoa wakfu wanapaswa kuajiriwa, ambao, kwa sababu wanagandamizwa daima na masumbufu na majukumu, wanaweza kuangalia masilahi ya kiroho ya watenda kazi. Ni muhimu kwamba wanaume na wanawake kama hao wanapaswa kuwa kazini kila wakati katika mielekeo ya umishenari katika taasisi hii kubwa. Hata nusu haifanyiki, ya kile ambacho kingepaswa kufanywa kuhusiana na suala hili. Inabidi shuguli hii iwe sehemu ya mipango-kazi ya wanaume na wanawake, kazi kwa ajili ya waajiriwa katika mielekeo ya kiroho, wakiwapa maagizo ambayo yatawafundisha jinsi ya kuongoa roho, kuwaonesha kwamba hilo linapaswa kufanyika, si kwa kusema sana, bali kwa mtindo wa maisha wenye msimamo thabiti, ulio na mfano kama wa Kristo. Watenda kazi wamewekwa wazi kwa mivuto ya kidunia; lakini badala ya kukalibiwa na mivuto hii, wanapaswa kuwa wamishenari waliowekwa wakfu, wanaotawaliwa na uwezo unaoinua na kutakasa. Hivyo watajifunza jinsi ya kukutana na watu wasioamini na jinsi ya kuweka mvuto ambao utawaongoa kwa Kristo. –{CHSw 312.3}

Mfereji wa Baraka

Dondoo kutoka kwa 1 barua iliyoandikwa mnamo 1895

kutoka Cooranbong, New South Wales.

Mungu anayo kazi kwa ajili ya kila muumini anayefanya kazi katika sanitariamu. Kila muuguzi anapaswa kuwa mfereji wa baraka, akipokea nuru kutoka juu na kuiruhusu iangaze kwa wengine. Watenda kazi hawa hawapaswi kufuata mitindo ya kimaonesho ya wale wanaokuja kwenye sanitariamu kwa ajili ya tiba, lakini wanapaswa kujiweka wakfu kwa Mungu. Angahewa ambayo inazunguka roho zao inapaswa kuwa na harufu ya uzima kwenda uzima. Majaribu yatawasumbua kutoka kila upande, lakini hebu wamwombe Mungu kwa ajili ya uwapo na uongozi wake. Bwana alimwambia Musa: “Hakika mimi nitakuwa pamoja nawe;” na kwa kila mtendakazi mwaminifu, aliyejiweka wakfu ahadi iyo hiyo inatolewa. **[Testimonies for the Church 8:136-144 (1890).]** {CHSw 313.1}

WATENDA KAZI WA SANITARIUMU

[Special Testimonies, Series B 19:35-37 (1905)]

Ndugu mpendwa,

Je, umejua kiasi gani Dk. ------- anapendekeza kutoza kwa huduma zake? Ikiwa daktari atafanya kazi yake kwa ujuzi, kipaji chake kinapaswa kutambuliwa, lakini kuna hatari ya kuingizwa kwenye hali ya mkanganyiko. Ikiwa tutaanzisha mfumo mpya wa kuwapa madaktari-bingwa wa upasuaji tulio nao malipo makubwa, huenda baadaye tukakabiliwa na tatizo gumu la kutatua. Madaktari wengine wenye ambao nao ni bingwa ila wa taaluma zingine, watadai malipo makubwa, na wachungaji wetu pia watahitaji kuzingatiwa...{CHSw 314.1}

Kuna haja kubwa ya kufanya matengenezo thabiti kuhusu jinsi tunavyoshughulika na watenda kazi katika sanitariumu zetu. Watenda kazi waaminifu na

waadilifu wanapaswa kuajiriwa, na baada ya kufanya kazi kiasi kinachofaa kwa siku, wanapaswa kuruhusiwa kupumzika ili kupata pumziko linazohitajika. {CHSw 314.2}

Utendaji kazi unaohitajika ni ule wa kiwango kinachofaa tu, mtu asifanyishwe kazi kwa kupitiliza, na kwa kazi hiyo mtendakazi anapaswa kulipwa malipo yanayofaa. Ikiwa wasaidizi hawatapewa muda unaofaa wa kupumzika kutokana na kazi zao zinazochosha, watapoteza nguvu zao na uhai. Hawataweza kuitendea haki kazi, wala kuakisi kile ambacho mtendakazi wa sanitariumu anapaswa kuwa. Wasaidizi zaidi wanapaswa kuajiriwa ikiwa inahitajika, na kazi ipangwe kwa namna kwamba mtu baada ya kufanya kazi ya siku nzima, aweze kuachiliwa ili apumzike na kudumisha nguvu zake. {CHSw 314.3}

Hakuna mtu anayepaswa kujiwekea nafasi ya kuhukumu kiasi cha kazi ambacho mwanamke anapaswa kufanya. Mwanamke mwenye ujuzi anapaswa kuajiriwa kama msimamizi na mlezi, na ikiwa mtu yeyote hatatimiza kazi yake kwa uaminifu, mlezi wa kike ndiye anayehitaji kushughulikia jambo hilo. Malipo sahihi na ya haki yanapaswa kutolewa, na kila mwanamke ashughulikiwe kwa wema, staha na uungwana, bila lawama. {CHSw 314.4}

Na wale waliopewa jukumu la kusimamia kazi za watu wazingatie ili wasiwe wakali kupita kiasi. Watu wanapaswa kuwa na muda maalum wa huduma, na baada ya kufanya kazi masaa yao ya juma zima (full time job- masaa 40), hawapaswi kuonewa wivu wanapopewa muda wao wa kupumzika. Sanitariumu inapaswa kuwa yote yanayopaswa kulingana na jina lake. {CHSw 315.1}

Kila mtendakazi anapaswa kujitahidi kujiendeleza ili kufanya kazi yake kwa haraka na kwa uangalifu. Mlezi wa kike anapaswa kufundisha wale waliomo chini ya uangalizi wake jinsi ya

kufanya harakati za mijongeo ya uangalifu kwa haraka. Mfundishe kijana kufanya kazi kwa ustadi, ukamilifu na kwa kina. Kisha, wakati wa kazi unapomalizika, wote watahisi kuwa muda umetumika kwa uaminifu na watenda kazi wana haki ya kupumzika. {CHSw 315.2}

Watendakazi wa sanitarium wanapaswa kupewa fursa za kielimu. Watenda kazi wanapaswa kupewa kila faida inayowezekana kupatikana, kuendana na kazi waliyopewa. {CHSw 315.3}

UTAMBUZI WA UTENDAKAZI MWEMA

Watenda kazi wanapaswa kupokea ujira kulingana na masaa wanayotumia kufanya katika kazi ya uaminifu. Kwa yule anayetoa muda wake wote na apokee kulingana na muda alioutumia. Mtu akitumia moyo wake na nguvu katika kubeba mizigo atalipwa ipasavyo. **—Testimonies for the Church 7:208 (1902).** {CHSw 315.4}

MFANO WA KRISTO

[Special Testimonies, Series B 19:37-40 (1903)]

Ndugu Mpendwa,

Wakati mmoja ulipendekeza kwamba iwapo wasimamizi wa taasisi yetu wangeongeza mishahara, wangeweza kupata watenda kazi bora zaidi na hivyo kupata matokeo bora zaidi. Ndugu yangu, hoja kama hii haingiliani na mipango ya Bwana. Sote ni watumishi Wake. Sisi si mali yetu wenyewe. Sisi tumenunuliwa kwa gharama, na tunapaswa kumtukuza Mungu kwa mwili na roho zetu, ambazo zinatokana na Yeye (ni Zake). Hili ni fundisho ambalo tunahitaji kulijua na kujifunza. Tunahitaji nidhamu hiyo ambayo ni muhimu sana kwa maendeleo ya ukamilifu wa tabia ya Kikristo. {CHSw 316.1}

Taasisi zetu zinapaswa kuwa chini ya usimamizi wa Mungu kikamilifu. Zimeanzishwa kwa kujitoa dhabihu, na ni kwa kujitoa dhabihu tu kazi yake inaweza kuendelea kwa mafanikio. {CHSw

316.2}

Kazi Inayopanuka

Kila mmoja anayehusika katika kazi ya Bwana ana jukumu la kutimiza agizo: "*Basi, enendeni, mkawafanye mataifa yote kuwa wanafunzi, mkiwabatiza kwa Jina la Baba, na Mwana, na Roho Mtakatifu; na kuwafundisha kuyashika yote niliyowaamuru ninyi; na tazama, Mimi Nipo pamoja nanyi siku zote, hata ukamilifu wa dahari* Mathayo 28:19-20. {CHSw 316.3}

Kristo Mwenyewe ametupa mfano wa jinsi tunavyopaswa kufanya kazi. Soma sura ya nne ya kitabu cha Mathayo, na ujifunze mbinu ambazo Kristo, Mkuu wa uzima, alizifuata katika mafundisho Yake. "Kristo *akatoka Nazareti, akaja akakaa Kapernaumu, mji ulioko pwani, mipakani mwa Zabuloni na Naftali; ili litimie Neno lililonenwa na nabii Isaya, akisema, Nchi ya Zabuloni na nchi ya Naftali, Njia ya bahari, ng'ambo ya Yordani, Galilaya ya mataifa, Watu wale waliokaa katika giza Wameona mwanga mkuu, Nao waliokaa katika nchi na uvuli wa mauti Mwanga umewazukia*." Mathayo 4:13-16. {CHSw 316.4}

"*Naye Kristo, alipokuwa akitembea kando ya bahari ya Galilaya, aliona ndugu wawili, Simoni aitwaye Petro, na Andrea nduguye, wakitupa jarife baharini; kwa maana walikuwa wavuvi.* ***Akawaambia, Nifuateni, nami nitawafanya kuwa wavuvi wa watu. Mara wakaziacha nyavu zao, nao wakamfuata. Akaendelea mbele, akaona ndugu wengine wawili, Yakobo wa Zebedayo, na Yohana nduguye, ambao walikuwamo chomboni pamoja na Zebedayo baba yao, akizitengeneza nyavu zao; akawaita. Mara wakakiacha chombo na baba yao, wakamfuata. Yesu Awahudumia Makundi ya Watu.*** **" — Mathayo 4:18-22** {CHSw 317.1}

Wavuvi hawa wanyenyekevu walikuwa wanafunzi wa kwanza wa Kristo. Yeyr Hakusema kwamba wangepewa kiasi fulani kwa huduma zao. Ilikuwa washiriki pamoja Naye katika kujikana nafsi na kwa kujitolea. {CHSw 317.2}

"Naye Masihi alikuwa akizunguka katika Galilaya yote, akifundisha katika masinagogi yao, na kuihubiri Habari Njema ya ufalme, na kuponya ugonjwa na udhaifu wa kila namna katika watu. Na habari zake zikaenea katika Shamu yote; wakamletea wote waliokuwa hawawezi, walioshikwa na maradhi mbalimbali na mateso, wenye pepo, na wenye kifafa, na wenye kupooza; Naye akawaponya." — Mathayo 4:23-24 {CHSw 317.3}

Kwa kila maana ya neno, Kristo alikuwa mmishenari wa tiba. Yeye Alikuja hapa duniani kuhubiri Injili na kuponya wagonjwa. Alikuja kuponya miili pamoja na roho za wanadamu. Ujumbe Wake ulikuwa kwamba utiifu kwa sheria za Ufalme wa Mungu ungeleta afya, na mafanikio/ustawi kwa wanaume na wanawake. {CHSw 317.4}

Kristo angeweza kuchukua nafasi ya juu zaidi miongoni mwa walimu wa heshima wa taifa la Kiyahudi. Lakini Alichagua badala yake kupeleka Injili kwa maskini. Alitembea kutoka mahali hadi mahali, ili wale waliokuwa kwenye barabara kuu na vichochoro wapate maneno ya Injili ya kweli. Alifanya kazi kwa njia ambayo Anataka watenda kazi Wake waitekeleze leo. Kando ya bahari, juu ya milima, katika mitaa ya miji, sauti Yake ilisikika ikifafanua Maandiko ya Agano la Kale. Ufafanuzi Wake ulikuwa tofauti kabisa na ule wa Waandishi na Mafarisayo kiasi kwamba umakini wa watu ukavutwa. Alifundisha kama mtu mwenye mamlaka, si kama Waandishi. Kwa uwazi na nguvu, Yeye Alitangaza ujumbe wa Injili. {CHSw 318.1}

Kamwe hapakuwahi kuwepo na mwinjilisti kama Kristo. Alikuwa ni Mwenye-enzi wa mbinguni, lakini Alinyenyekea ili kuchukua asili yetu, ili akutane na watu pale walipo. Kwa kila mtu, tajiri na maskini, huru na mtumwa, Kristo, Mjumbe wa Agano, Alileta habari njema za wokovu. Jinsi gani watu wengi walimfuata! Kutoka mbali na karibu watu walikuja kutafuta uponyaji, Naye akawaponya wote. Umaarufu Wake kama Mponyaji Mkubwa ukaenea kanda zote za Palestina, kutoka Yerusalemu hadi Siria. Wagonjwa walikuja kwenye maeneo

ambayo walidhani angepitia, ili wamtaje wapate msaada, Naye akawaponya maradhi yao. Hapa pia walikuja matajiri, wakitafuta kusikia maneno Yake na kupata mguso wa mkono Wake. Hivyo alitembea kutoka mji hadi mji, kutoka kijiji hadi kijiji, akihubiri Injili na kuponya wagonjwa—Mfalme wa utukufu akiwa katika mavazi ya unyenyekevu ya kibinadamu. ***"Maana mmejua neema ya Bwana wetu Yesu Kristo, jinsi alivyokuwa maskini kwa ajili yenu, ingawa alikuwa tajiri, ili kwamba ninyi mpate kuwa matajiri kwa umaskini wake."*** — **2 Wakorintho 8:9** {CHSw 318.2}

USAHILI NA KUTUMIA VYEMA MALI-Simplicity and Economy

[Special Testimonies, Series B 19:27-29 (1904)]

Katika kuanzisha na kuendeleza kazi hii, nidhamu ya kutumia na umakini daima unapaswa kuonyeshwa. Watenda kazi waajiriwe ambao watakuwa wazalishaji pamoja na watumiaji. Hakuna namna yoyote ya kutumia fedha kwa ajili ya maonyesho tu. Kazi ya umishenari wa tiba ya Injili iendelezwe kwa usahili, kama ilivyokuwa kazi ya Mwenye enzi wa mbinguni, ambaye, Alipoona hitaji la ulimwengu uliopotea na wenye dhambi, Aliweka kando mavazi Yake ya kifalme na taji Yake ya kifalme, na kuvalisha utu Wake wa Uungu kwa ubinadamu, ili aweze kusimama mbele ya wanadamu wote. Aliendesha kazi Yake ya uinjilisti kwa njia iliyoweka mfano kamilifu kwa wanadamu kufuata. ***"Wakati huo Yesu aliwaambia wanafunzi wake, Mtu ye yote akitaka kunifuata, na ajikane mwenyewe, ajitwike msalaba wake, anifuate." (Mathayo 16:24)*** Kila mmishenari wa kweli wa tiba atatii Maneno haya. Hatatumia nguvu zake zote kufuata desturi za kidunia na kujionyesha, akidhani kwamba kwa kufanya hivyo ataleta roho kwa Mwokozi. Hapana, hapana. Ikiwa Mwenye enzi wa mbinguni anaweza kuacha makao Yake ya utukufu kuja duniani iliyo na uharibifu wa laana, ili kusimika njia sahihi za kazi ya umishenari wa tiba, basi sisi wafuasi Wake tunapaswa kuishi kwa kujinyenyekeza,kujikana nafsi na kujitoa. {CHSw 319.1}

Kristo anatoa mwaliko kwa wote: ***"Njoni Kwangu, ninyi nyote msumbukao na wenye kulemewa na mizigo, Nami nitawapumzisha. Jitieni nira Yangu, mjifunze Kwangu; kwa kuwa Mimi ni mpole na mnyenyekevu wa moyo; nanyi mtapata raha nafsini mwenu; kwa maana nira Yangu ni laini, na mzigo Wangu ni mwepesi."*** **(Mathayo 11:28-30)** Ikiwa wote watavaa nira ya Kristo, ikiwa wote watajifunza katika shule Yake mafunzo Anayoyafundisha, kutakuwa na fedha na njia za kutosha kuanzisha kazi ya umishenari wa tiba ya Injili sehemu nyingi. {CHSw 319.2}

Hebu asiwepo mtu mwenye kusema, "Nitashiriki katika kazi hii kwa kiasi fulani cha mshahara. Ikiwa sitapokea kiasi hiki, sitafanya kazi." Wale wanaosema hivi wanaonyesha kuwa hawavai nira ya Kristo; hawajajifunza unyenyekevu na upole Wake. Kristo angeweza kuja duniani akiwa na malaika wengi, lakini Alikuja kama mtoto na kuishi maisha ya unyenyekevu na umasikini. Utukufu Wake ulikuwa katika usahili na unyenyekevu Wake. Yeye Aliteseka kwa ufukara na kupungukiwa mahitaji ajili yetu. Je, sisi tutakataa kujinyenyekeza kwa ajili Yake? Je, tutakataa kuwa watenda kazi wa umishenari wa tiba ikiwa hatuwezi kufuata desturi za kidunia, kufanya maonyesho kama ya wanadamu wa dunia hii? {CHSw 320.1}

Ndugu yangu, dada yangu, fanya kazi yako pale ulipo. Fanya kwa uwezo wako wote kazi bora, ukimtazama daima Yesu, Yeye Mwenye kuanzisha na kutimiza imani yetu. Hakuna njia nyingine ya kufanya kazi ya Mungu na kuieneza na kuitukuza Kweli Yake isipokuwa kwa kufuata nyayo za Yeye aliyeacha Uongozi wa ngazi ya juu na kuja duniani mwetu, ili kupitia unyenyekevu na mateso Yake, wanadamu wawe washiriki wa asili ya Mungu. Kwa ajili yetu, Masihi alikuwa maskini, ili kupitia umasikini Wake, tuweze tupate utajiri wa milele. {CHSw 320.2}

Sasa tunahitaji watu 1 wenye akili mahiri, wanaojikana nafsi, wanaojinyima, na wanaojitoa dhabihu kwa wengine—watu wanaotambua uzito na umuhimu wa kazi ya Mungu, na

ambao kama Wafadhili wa Kikristo, wanajitolea kwa hiari muda, pesa, au utaalamu ili kuleta ustawi, uboreshaji wa kijamii wa muda mrefu (watafanya utume wa Kristo. Kazi ya umishenari wa tiba iliyotolewa kwetu ina maana kwa kila mmoja wetu. Ni kazi ya kuokoa roho; ni utangazaji wa ujumbe wa Injili. {CHSw 320.3}

SEHEMU YA 7—TABIBU WA KIKRISTO WITO WA WAJIBU

Testimonies for the Church 5:439-449 (1885)

Kumcha Bwana ni chanzo cha hekima. Zaburi 111:10 "Wanataluuma wa aina zote wanahitajika, bila kujali wito wao, wanahitaji hekima ya Mungu/Kiungu. Lakini daktari anahitaji zaidi hekima hii ya kipekee katika kushughulikia matabaka yote ya akili na magonjwa. Yeye anashikilia nafasi ya kuwajibika zaidi kuliko hata ile muhudumu wa Injili. Yeye ni mtendakazi-mwenza wa Kristo, na anahitaji kanuni nzuri za kidini na uhusiano thabiti na Mungu mwenye hekima. Kama atachukua mashauri kutoka kwa Mungu basi atakuwa na Mponyaji Mkuu atakayeshughulika na juhudi zake, na atakuwa na tahadhari kubwa ili asije akamjeruhi mmoja wa viumbe wa Mungu kwa kutosimamia mambo vizuri. Atakuwa thabiti kama mwamba katika kanuni, lakini mwenye fadhili na adabu kwa wote. Atatambua jukumu la msimamo wake, na matendo yake yatadhihirisha kuwa anahamasishwa na nia safi, isiyo na ubinafsi na matamanio ya kuyapendezesha Mafundisho ya Kristo katika vitu vyote. Daktari kama huyo atakuwa na heshima iliyotoka mbinguni na atakuwa wakala mwenye nguvu kwa mema ulimwenguni. Ijapokuwa anaweza asithaminiwe na wale ambao hawana uhusiano wowote na Mungu, lakini ataheshimiwa na mbingu. Machoni pa Mungu atakuwa wa thamani kuliko dhahabu, naam, hata dhahabu ya Ofiri. {CHSw 321.1}

Kielelezo katika Kuwa 1 na Kiasi

Daktari anapaswa kuwa mtu mwenye kiasi chenye umakini

sana (strict temperate). Kuna mateso na magonjwa mengi yanayowakumba wanadamu anayopaswa kuyashughulikia kulingana na aina zake. Anatambua kuwa mateso mengi ya magonjwa anayojaribu kuyatibu ni matokeo ya ukosefu wa kiasi na aina nyingine za kuendekeza anasa binafsi. Ameitwa kujishughulisha na vijana wa kiume, wanaume wa umri uliokomaa, na watu wazima/wazee ambao wamejiletea magonjwa wenyewe kwa kutumia sigara/tumbaku zenye nikotini. Ikiwa yeye ni daktari mwenye busara/akili mahiri ataweza kufuatilia na kujua chanzo cha ugonjwa (sababu na matokeo), yote haya yatawezekana endapo yeye mwenyewe atakuwa huru kutokana na matumizi ya tumbaku jambo ambalo litampelekea kusita kugusa chanzo halisi cha ugonjwa na kuwafunulia wagonjwa wake kwa uaminifu sababu ya magonjwa yao. Atashindwa kuwahimiza vijana umuhimu wa kujizuia na kushinda mazoea hayo kabla haijawa tabia. Ikiwa yeye mwenyewe anatumia majani hayo ya tumbaku yenye nikotini, atawezaje kuwaelezea vijana wasio na uzoefu athari zake, si kwao tu, bali hata kwa wale watu wanaowazunguka? {CHSw 321.2}

Miongoni mwa wanadamu wote ulimwenguni, madaktari na wachungaji, ambao ni wahudumu katika kazi ya Bwana wanapaswa kujitawala nafsi na kuwa na kiasi sana. Ustawi wa jamii unawadai kujizuia kabisa, kwani ushawishi wao unazungumza kila wakati na huchangia kwa kiasi kikubwa dhidi ya matengenezo, katika maadili na uboreshaji wa jamii au kwa kuunga matengenezo hayo. Ni dhambi ya kukusudia kwa wao kutokujua sheria za kiafya au kutojali, kwani wanaonekana kama wanadamu wenye busara kuliko watu wengine. Hii ni kweli haswa kwa madaktari, ambao wamekabidhiwa maisha ya mwanadamu. Hawapaswi kujihusisha katika kuendekeza mazoea au tabia yoyote itakayodhoofisha maisha yake na ya wengine. {CHSw 322.1}

Swali si, Je! Ulimwengu 1 unafanya nini? Lakini swali ni, Je! Wataalam au wanataaluma wanafanya nini

kuhusiana na laana iliyoenea na ipatikanayo kutokana na matumizi ya tumbaku? Je! Watu ambao Mungu amewapa akili, na ambao wako katika nafasi za uaminifu Mtakatifu ambao Mungu amewapa na watakuwa dhati na wenye bidii kufuata busara hizo njema? Je! Watu hawa wanopaswa kuwajibika, ambao wanao watu chini ya uangalizi na ushawishi wao, watawaongoza wanadamu katika mwelekeo sahihi au mbaya, na kuwa watu wa mfano? Je! Wao, kwa amri na kwa mfano, watafundisha watu utii kwa sheria zinazotawala mifumo ya mwili? Ikiwa hawatumii kwa vitendo maarifa waliyonayo, ya sheria zinazotawala nafsi zao au miili yao, ikiwa wanapendelea kujiridhisha tamaa zao za mwili, kuliko utimamu wa akili na afya ya mwili,basi hawastahili kukabidhiwa maisha ya wengine. Hakika wanapaswa kuwajibika kwa kusimama katika katika hadhi ya utu wao waliopewa na Mungu, na kuwa huru kutokana na utumwa wa matamanio yoyote ya chakula, tamaa au shauku zozote za mwili. {CHSw 322.2}

Mtu anayechagua kuvuta sigara na madawa mengine ya kulevya si kwamba atajiathiri peke yake bali atawaathiri hata wale wanaokuja kwenye duara la ushawishi wake. Kama italazimu daktari kuitwa ili mraibu wa tumbaku, hebu aweze kuachwa. Kwa maana hatakuwa mshauri mzuri. Ikiwa asili ya ugonjwa ni matumizi ya tumbaku, daktari huyu atajaribiwa kutojihusisha au kuficha habari kamili na kutoa sababu zingine kuwa ndiyo chanzo cha ugonjwa kuliko chanzo halisi; kwani atawezaje kujihukumu katika mazoea yake ya kila siku? {CHSw 323.1}

Kuna njia nyingi za kutekeleza sanaa ya tiba na uponyaji, lakini ipo njia moja tu ambayo mbingu inaikubali. Tiba, zeri au dawa za Mungu ni njia sahili za asili, na ambazo hazitatoza ushuru au kudhoofisha mifumo ya mwili kwa zile sifa zake kuu. Hewa safi, maji, usafi, lishe sahihi, maisha safi, usafi wa moyo na imani thabiti kwa Mungu ni tiba kwa mahitaji mengi ambayo maelfu wanakufa kwa kuzikosa; lakini dawa hizi huwa zinapitwa na wakati kwa sababu matumizi yake na uandaaji wake uhitaji stadi maalum ambazo watu

haziwapendezi, hawafurahii kuhusika nazo au hawazithamini. Hewa safi, mazoezi, maji safi, na mahali safi pa kuishi vyaweza kufikiwa na watu wote kwa gharama ndogo, lakini dawa za hospitali zile za mfamasia ni ghali (drugs), gharama yake ni kubwa madukani na kwa athari inayozalishwa kwenye mifumo yetu ni kubwa pia. {CHSw 323.2}

Mponyaji wa Magonjwa ya Kiroho

Kazi ya madaktari Wakristo haiishii tu kwa uponyaji wa magonjwa ya mwili; juhudi zake zinapaswa kupanuka na kuyafikia magonjwa ya akili, na kuokoa roho (magonjwa ya kiroho). Linaweza lisiwe jukumu lake, isipokuwa akiulizwa, kuwasilisha Ukweli wowote na nadharia kuhusu Kweli; lakini anaweza kuwaelekeza wagonjwa wake kwa Kristo. Masomo kutoka kwa Mwalimu wa Kiungu/mbinguni ni yafaa nayo ni sahihi siku zote. Anapaswa kuelekeza umakini wa wanaosumbuka na maumivu/vilio kwa zawadi za kuburudisha za upendo na utunzaji wa Mungu, kwa hekima na wema Wake kama inavyoonyeshwa katika kazi Zake alizoziumba. Kisha Akili na hekima inaweza kuongozwa kupitia asili mpaka kwa Mungu aliyeumba asili na kulenga mbingu ambayo Yeye amewaandalia wale wote wampendao. {CHSw 323.3}

Daktari anapaswa kujua jinsi ya kusali. Mara nyingi ni lazima aongeze maumivu ili kuokoa maisha; haijalishi mgonjwa ni Mkristo au la,yeye huhisi usalama zaidi agunduapo kuwa daktari huyu anamuheshimu Mungu. Maombi yatawapa wagonjwa ujasiri wa kudumu; na mara nyingi ikiwa shida zao zitawasilishwa mbele ya Mponyaji Mkuu kwa uaminifu na unyenyekevu, itawafaidisha watu zaidi kuliko dawa zote ambazo zingeweza kutolewa. {CHSw 324.1}

Shetani ndiye mwanzilishi wa magonjwa; na daktari anapigana dhidi ya kazi na nguvu zake adui. Magonjwa ya akili hutawala kila mahali. Zaidi ya asilimia tisini ya magonjwa ambayo wanadamu huteseka nayo msingi wake huwa upo hapa (90/100 msingi wake ni huo). Pengine changamoto maisha nyumbani ni, kama kidonda

kinachouma cha kansa, hula roho ya mtu ndani na kudhoofisha nguvu za mwili. Mara nyingi katika kujutia dhambi sana huharibu mwili na kanuni za maisha na kusababisha kutokuwa na usawa/uwiano wa akili. Kuna mafundisho mengi yenye potofu/makosa pia, kama lile linalohusu kuzimu yenye moto unaounguza milele, na mateso yasiyo na mwisho kwa waovu, ambayo kwa kuyatia chumvi na udanganyifu, hupotosha asili ya tabia ya Mungu na kuleta matokeo hasi ya ugonjwa katika akili za watu nyeti. Makafiri/Wapagani wametumia zaidi mafundisho haya yasiyo na Ukweli, wakisema wendawazimu unaletwa na dini; lakini hii ni kashfa kubwa kwa Mungu na ambayo hawatakuwa tayari kukumbana nayo siku ya hukumu. Dini ya Kristo, japokuwa inadhaniwa kuwa ndiyo sababu ya uwenda-wazimu, ndiyo mojawapo ya tiba inayofaa na ya ufanisi zaidi- kupita zote; kwa kuwa ina uwezo wa kuleta nguvu zaidi katika kuiburudisha mishipa ya neva. {CHSw 324.2}

Daktari anahitaji zaidi ya hekima na uwezo wa kibinadamu ili aweze kujua jinsi ya kuhudumia magonjwa mengi na yenye kushangaza yahusuyo akili na moyo aliyoitwa kuyashughulikia. Ikiwa hana ufahamu juu ya Neema ya Mungu basi hatoweza kuwasaidia wanadamu wenye magonjwa, bali atazidisha ugumu wa maisha yao; lakini ikiwa amemshikilia sana Mungu ataweza kuwasaidia wenye kuteseka na wagonjwa wa akili wenye mawazo yaliyotawanyika. Atakuwa na uwezo wa kuwaelekeza wagonjwa wake kwa Kristo na kuwafundisha kuyapeleka mahangaiko na masumbufu yao yote na hata mashaka kwa Mbebaji wa Mizigo Mkubwa ambaye ni Kristo. {CHSw 325.1}

Kuna uhusiano kati ya dhambi na magonjwa katika mitazamo ya mbingu. Hakuna daktari anayeweza kufanya kazi kwa mwezi pasipo kulishuhudia jambo hili. Anaweza kupuuza Ukweli huo; pengine akili yake inaweza kuwa imetingwa na maswala mengine ambayo hupelekea umakini wake kutokugundua hilo; lakini ikiwa atakuwa mwangalifu na mwaminifu ni lazima atakiri kwamba dhambi na magonjwa hubeba uhusiano katika

chanzo na athari zake. Daktari anapaswa kuligundua jambo hili kwa haraka na kutenda ipasavyo. Wanadamu wanaoteseka, na wagonjwa wanapomwamini kwa kuwasaidia urejeshaji wagonjwa wake katika hali zao za kawaida, akiwapunguzia mateso waliyoyapitia na kuwatoa kutoka kwenye mlango wa kaburi, atakuwa na nafasi ya kuwafundisha kuwa magonjwa ni matokeo ya dhambi na kwamba ni adui/Shetani aliyeanguka na kushindwa, ndiye anatafuta kuwashawishi watu ili waweze kupotea na kuanguka kwa kutumia njia za kuharibu afya na roho zao. Anaweza kuhamasisha mioyo kwa kuwapa mafundisho juu kujinyima na kanuni za afya na maisha/uzima kwa ujumla huku akiwatia moyo kujikana nafsi (kiasi) na kutii, yote yatawezekana endapo watadhamiria nafsini mwao. Anaweza kupandikiza kanuni sahihi za afya haswa kwa vijana. Mungu anawapenda watoto Wake kwa upendo wa kipekee, ulio mwororo na wenye nguvu. Ameziweka sheria za asili, lakini sheria Zake siyo kwaajili ya kuwakandamiza watu kiholela. Kila Sheria yenye katazo la “usifanye," iwe katika sheria ya mwili au maadili, huwa na ahadi au huashiria ahadi. Ikiwa itafuatwa basi baraka zitaandamana nasi; ikiwa hatutaitii, madhara yake ni ya hatari na kukosa furaha. Sheria za Mungu zipo ili kuwasogeza watu Wake karibu Naye Mwenyewe. Yeye Atawaokoa kutoka maovuni na kuwaongoza kwenye mema/wema ikiwa watakubali kuongozwa Naye, lakini Yeye hatawalazimisha kufanya hivyo kamwe. Hatuwezi kutambua mipango ya Mungu, lakini tunapaswa kumwamini na kuonyesha imani yetu kwa matendo yetu. {CHSw 325.2}

Madaktari wanaompenda na kumheshimu Mungu ni wachache ikilinganishwa na wale ambao ni wapagani/makafiri au wale wanaompinga Mungu kwa waziwazi, na hawa wanapaswa kupewa nafasi na kulindwa. Tunaweza tusimwamini daktari asiyemcha Mungu. Mlango wa majaribu uko wazi kwake kila wakati, na Shetani kwa ujanja wake anaweza kudokeza mawazo na matendo, na ni nguvu tu ya neema za Mungu, zinazoweza kutuliza tamaa za mwili zenye ghasia na kujiimarisha dhidi ya dhambi. Kwa wale ambao

wameharibika kimaadili na (ufisadi), fursa ya kufisadi akili zilizo safi zimejaa. Itakuwaje basi kwa daktari yule ambaye ana dhambi za ngono, na ulevi siku ya hukumu? Wakati akidai kujali wagonjwa, na kusaliti amana Takatifu. Amesaliti na kuishusha nafsi na mwili ya viumbe wa Mungu, na kuongoza miguu yao kwenye njia iendayo upotevuni. Ni jambo baya kiasi gani kuwakabidhi wapendwa wetu katika mikono ya daktari mwenye maadili machafu, ambaye anaweza kuyatia sumu maadili na kuharibu roho zao! Inaogofya kwa kiasi gani kuwakabidhi wagonjwa wetu, kwenye mikono ya mtu asiyetakaswa, -asiyemcha Mungu- awe hapo na mgonjwa, wakati kama huo kusumisha maadili na kuharibu roho, kando ya vitanda vya wale wanaochungulia kaburi! (hawezi kuwasaidia kiroho kukata shauri kwa uzima kabla ya kufa kama mwizi msalabani Luka 23:43). {CHSw 326.1}

Uzoefu wa Mateso

Karibu kila siku daktari hukumbana na kifo au vifo uso kwa uso. Yeye ni, kana kwamba, anakanyaga ukingoni mwa kaburi. Katika visa vingi kuwa na kuzoea kwa mhudumu wa afya, mateso yaletwayo na kifo husababisha uzembe na kutojali ole

wa mwanadamu, na uzembe katika tiba ya wagonjwa. Madaktari kama hao wanaonekana kutokuwa na huruma mioyoni mwao. Wao ni wakali na hushtukiza wagonjwa (maneno na matendo) na wagonjwa wengi huogopa kuwaona na kutopenda mienendo na njia zao. Watu kama hao, pasipo kujali maarifa na ustadi mkubwa walio nao, wanaweza kuwasaidia wanaoteseka kwa udogo sana; lakini ikiwa upendo na huruma ambayo Yesu alionyesha kwa wagonjwa ingejumuishwa na ujuzi wa udaktari, uwepo wake utakuwa baraka. Hatamtazama mgonjwa wake kama kipande cha binadamu kilicho na viungo na mishipa, bali kama roho itakayookolewa au kupotea. {CHSw 326.2}

Hitaji la Huruma ya Tabibu

Wajibu wa daktari ni mgumu/mzito. Wachache hutambua matatizo na msongo ambayo akili yake huyapitia. Kila nishati na uwezo lazima vishugulishwe kwa umakini mkubwa katika vita dhidi ya magonjwa na kifo. Mara nyingi anafahamu kuwa kosa dogo lifanywalo pasipo na umakini, hata kama ni dogo kama ulivyo upana wa nywele katika mwelekeo usiofaa, linaweza kusababisha kifo kwa roho ambayo haikuwa tayari kwa umilele. Ni kiasi gani daktari mwaminifu anahitaji huruma na maombi ya watu wa Mungu. Madai yake katika mwelekeo huu sio pungufu kuliko yale ya mchungaji/mhudumu aliyejitoa zaidi au mfanyikazi wa kimishenari/kiutume. Mara nyingi hunyimwa mahitaji fulani muhimu, kama vile nafasi ya kupumzika na kulala, na hata pumziko takatifu la siku ya Sabato, anahitaji sehemu maradufu ya neema, neema mpya iburudishayo kila siku, la sivyo atapoteza kumshikilia kwake Mungu na atakuwa katika hatari ya kuzama ndani zaidi ya giza la kiroho kuliko mtu yeyote mwenye wito mwingine. Na bado mara nyingi hulazimika kubeba aibu asiyostahili na huachwa kusimama peke yao katika vishawishi vikali vya Shetani, akijiona kuwa haeleweki, au anaelewa vibaya na kusalitiwa na marafiki zake. {CHSw 327.1}

Wengi, wakijua jinsi kazi za daktari zilivyo na majaribu na jinsi walivyo

na fursa chache za kushiriki siku ya Sabato, hawataweza kuichagua kazi/taaluma hii katika maisha yao. Lakini adui mkubwa anatafuta kila mara kuharibu kazi ya mikono ya Mungu, na watu wenye tamaduni na akili zenye uwezo wa juu hutumiwa kupambana na nguvu zake za kikatili. Unahitajika uangalifu/jitihada kubwa ya kuwashawishi watu sahihi kujitolea katika kutafuta kufuzu/sifa ya kazi/taaluma hii. Wanapaswa kuwa watu ambao tabia zao zinategemea kanuni pana za Neno la Mungu —watu ambao wana nguvu ya asili, uwezo, msukumo na uvumilivu ambao utawawezesha kufikia kiwango cha hali ya juu cha ubora. Si kila mtu anaweza kuwa daktari mwenye mafanikio. Wengi wameingia kwenye majukumu ya taaluma hii wakiwa hawajajiandaa kwa namna yoyote. Hawana ujuzi unaohitajika; wala hawana ustadi na busara, uangalifu, umakini, ni muhimu ili kuhakikisha mafanikio. {CHSw 327.2}

Daktari anaweza kufanya kazi bora zaidi ikiwa ana nguvu mwilini mwake. Ikiwa yeye ni dhaifu hawezi kuvumilia changamoto zenye kuleta uchakavu na uchovu ziambatanazo na wito wake. Mtu ambaye ana mwili dhaifu, na mwenye shida za mmeng'enyo wa chakula,anayevimbiwa au ambaye hana kiasi kamili au kutawala nafsi, hawezi kuwa na sifa ya kukabiliana na matabaka yote ya magonjwa. Uangalifu mkubwa unapaswa kuchukuliwa katika kutowatia moyo watu ambao wanaweza kunufaishanafasi zingine za uwajibikaji, kusoma utabibu kwa muda mrefu, na kutumia mali nyingi, kukiwa hakuna tumaini kwamba watafaulu vyema. {CHSw 328.1}

Ukosefu wa Uaminifu na Uadilifu

Wengine wamechaguliwa kama watu ambao wanaweza kuwa wa manufaa kama madaktari, na wamehamasishwa kusomea uganga. Ila wengine walipoanza masomo yao katika vyuo mbalimbali vya tiba kama Wakristo hawakushika Sheria za Mungu kwa uaminifu; walizitoa mhanga kanuni na Sheria za Mungu na kuacha kumshikilia Mungu. Walihisi kwamba wakiwa peke yao hawawezi

kuishika Amri ya nne na kukutana na kuzomewa na kejeli za watu wenye tamaa za ukuu, wapendao ulimwengu, wasio na Ukweli, wakosoaji, wanaoshuku imani, na wapagani. Hawakuwa tayari kukumbana na aina hii ya mateso. Walikuwa na matamanio ya ukuu, ya kukwea viwango vya juu ulimwenguni, na wakajikwaa kwenye milima yenye giza ya kutokuamini na wakawa hawaaminiki. Majaribu ya kila aina yalipofunguka kwao, hawakuwa na nguvu za kuyapinga. Baadhi yao wamekuwa watu wasio waaminifu, wadanganyifu, wenye kupanga sera zenye hila na wana hatia za dhambi zenye kutisha. {CHSw 328.2}

Katika kizazi/zama hizi kuna hatari kwa kila mtu ambaye ataingia kwenye masomo ya utabibu. Mara nyingi wakufunzi wake ni watu wenye busara za kidunia na wanafunzi wenzake ni wapagani, ambao hawafikirii kuhusu Mungu, na mtu huyo yuko katika hatari ya kushawishiwa na washirika/wenzi hawa wasio na dini. Walakini, wengine wamepitia masomo haya ya utabibu na wamebaki kuwa wakweli katika Kanuni za mbingu. Hawakuendelea na masomo yao siku ya Sabato, na wamethibitisha kwamba watu wanaweza kuhitimu majukumu na masomo yao ya udaktari na wasikate tamaa kwa sababu ya matarajio ya wale wanaowapa uwezeshaji katika kupata elimu. Kama Danieli, wamemuheshimu Mungu, Naye amewahifadhi. Danieli aliazimia moyoni mwake kwamba hatakubali desturi/mila za nyuani mwa mfalme; asingekula chakula cha mfalme, wala kunywa divai yake. Alimtafuta na kumwangalia Mungu kwa nguvu na neema, na Mungu akampa hekima na ustadi na maarifa juu ya wale wanajimu, wachawi, waganga na wabashiri wa ufalme. Kwake ahadi hii ilithibitishwa: ***"Wale wanaoniheshimu Mimi, Nitawaheshimu 1 Samwel 2:30."*** {CHSw 329.1}

Madaktari ambao ni vijana kwa umri wanao uwezo wa kumfikia Mungu wa Danieli. Kupitia neema na nguvu za Kiungu anaweza mwenye ufanisi katika wito wake kama alivyokuwa Danieli katika nafasi yake ya juu. Lakini ni makosa kufanya maandalizi ya kisayansi kuwa jambo ndiyo muhimu zaidi, na kupuuza

kabisa kanuni za kidini, ambazo ziko kwenye msingi wa mafanikio. Wengi wanasifiwa kama watu wenye ustadi mkubwa katika taaluma zao ambao hudharau hitaji lao la kumtegemea Yesu kwa hekima ya kazi zao. Lakini ikiwa watu hawa wanaotumainia maarifa yao ya sayansi wakiangaziwa nuru ya mbinguni, wangeshangaza watu kwa kufikia viwango vilivyo bora zaidi! Wangeweza kuwa na nguvu nyingi na ufanisi wa juu kiasi gani basi, na kwa ujasiri wangeweza kushughulikia mambo magumu! Mtu ambaye ana uhusiano wa karibu na Daktari Mkuu wa roho na mwili ana rasilimali za mbingu na dunia iko chini ya Amri Yake, na anaweza kufanya kazi kwa hekima, na usahihi usio wa kawaida, ambao mtu asiyemcha Mungu hawezi kuumiliki. {CHSw 329.2}

Wale ambao huduma ya wagonjwa imekabidhiwa kwao, iwe madaktari au wauguzi, wanapaswa kukumbuka kwamba kazi yao lazima iweze kusimama imara itakapopimwa na kuchunguzwa na jicho la Yehova linaloona. Hakuna uwanja wowote wa kimishenari ulio muhimu kuliko ule ulio chini ya daktari mwaminifu, anayemcha Mungu. Hakuna eneo kama hili ambapo mtu anaweza kutimiza mema zaidi au kuleta roho nyingi zaidi ili kuweka vito vyenye kung'ara katika taji ya furaha yake. Mtu huyu anaweza kubeba neema ya Kristo, kama manukato mazuri, katika vyumba vyote vya wagonjwa anavyoingia; anaweza kubeba zeri ya uponyaji wa Kweli kwa roho inayougua kwa dhambi. Anaweza kuwaelekeza watu wanaogua na wanaokufa kwa Mwana-Kondoo wa Mungu Ambaye huondoa dhambi za ulimwengu. Hapaswi kusikiliza mapendekezo yahusuyo maslahi ya wagonjwa juu ya maisha ya umilele yasemayo kwamba watakuwa katika hali mbaya zaidi kwa kufanya hivyo; kwani katika visa tisa kati ya kumi (9/10), maarifa ya Mwokozi Anayesamehe dhambi yangewafanya kuwa wanadamu bora zaidi kiakili na kimwili. Yesu anaweza kuzidhibiti nguvu za mwovu kwa kuziwekea mipaka. Yeye Ndiye Daktari Ambaye nafsi inayougua dhambi inaweza kumwamini na kumtumaini

na kuponywa magonjwa ya mwili na ya roho. **[Testimonies for the Church 5:439-449 (1885).]** {CHSw 330.1}

KAZI YA TABIBU KWA AJILI YA ROHO

[Testimonies for the Church 6:229-234 (1900)]

Kila tabibu, kwa imani katika Kristo anaweza kumiliki uponyaji wa thamani ya juu zaidi—zeri ya nafsi inayougua ugonjwa wa dhambi. Tabibu ambaye ameongoka na kutakaswa kupitia ile Kweli amesajiliwa mbinguni kuwa mtendakazi pamoja na Mungu, mfuasi wa Yesu Kristo. Kupitia utakaso wa ile Kweli Mungu huwapa waganga na wauguzi hekima na ujuzi katika kutibu wagonjwa, na kazi hii inafungua mlango unaofungwa kwa haraka katika mioyo mingi. Wanaume na wanawake wanaongozwa kuelewa Ukweli unaohitajika ili kuokoa roho na pia mwili. {CHSw 331.1}

Hiki ni kipengele kinachotoa sifa/tabia kwa kazi kwa wakati huu. Kazi ya umishenari wa tiba ni mkono wa kuume kwa ujumbe wa malaika wa tatu ambao lazima utangazwe kwenye ulimwengu ulioanguka; na matabibu, na wasimamizi, na watenda kazi katika safu yoyote, katika kutenda kwa uaminifu sehemu yao, wanafanya kazi ya ujumbe. Hivyo sauti ya Kweli itaenea kwa kila taifa na kabila na lugha na jamaa. Katika kazi hii malaika wa mbinguni wanashiriki. Wanaamsha shangwe ya kiroho na sauti katika mioyo ya wale ambao wamefunguliwa kutoka kwa mateso, na shukrani kwa Mungu hutoka Katika midomo ya wengi ambao wamepokea Ukweli wa thamani. {CHSw 331.2}

Kila tabibu katika nyadhifa zetu anapaswa kuwa Mkristo. Ni wale tu Madaktari ambao ni Wanyofu kweli wanaojifunza Biblia wanaweza kutekeleza ipasavyo kazi za juu za taaluma yao. {CHSw 331.3}

Tabibu anayeelewa majukumu na uwajibikaji wa cheo chake atahisi ulazima wa uwepo wa Kristo pamoja naye katika kazi yake kwa ajili ya wale ambao dhabihu kama hiyo imetolewa kwa ajili yao. Ataweka kila kitu chini ya masilahi yale yaliyo juu ambayo

yanahusu uzima ambao unaweza kufikia kwenye uzima wa milele. Atafanya yote awezayo ili kuokoa mwili na roho pia. Yeye atajaribu kufanya kazi ile ile ambayo Kristo angefanya kama Angekuwa mahali pake. Tabibu anayempenda Kristo na roho ambazo Kristo alizifia atatafuta kwa dhati na bidii kuleta ndani ya chumba cha wagonjwa jani kutoka kwenye mti wa uzima. Atajaribu kumega mkate wa uzima kwa mgonjwa anayeteseka. Licha ya vikwazo na matatizo ya kukabili, hii ni kazi iliyowekwa wakfu, takatifu ya taaluma ya tiba. {CHSw 331.4}

Mbinu za Kristo Ziigwe

Kazi ya Kweli ya umishenari ni ile kazi ambayo Mwokozi anawakilishwa vyema zaidi, mbinu Zake zilinakiliwa kwa ukaribu zaidi, utukufu Wake unakuzwa vyema zaidi. Kazi ya umishenari ambayo haifikii kiwango hiki inarekodiwa mbinguni kuwa yenye kasoro. Hupimwa katika mizani ya Patakatifu na kuonekana kuwa imepunguka. {CHSw 332.1}

Madaktari watafute kuelekeza akili za wagonjwa wao kwa Kristo, Tabibu wa roho na mwili. Kile ambacho madaktari wanaweza kujaribu tu kufanya, Kristo hutimiza. Wakala wa kibinadamu hujitahidi kuongeza muda wa maisha. Kristo Ndiye uzima Wenyewe. Yeye aliyepita katika mauti ili kumwangamiza yeye aliyekuwa na nguvu za mauti Ndiye Chanzo cha uhai wote. Kuna zeri katika Gileadi, na huko kuna Tabibu. Kristo alivumilia kifo chenye maumivu makali chini ya hali zenye kufedhehesha zaidi ili tupate uzima. Aliutoa uhai Wake wa thamani ili apate kumshinda adui kifo kabisa. Lakini alifufuka kutoka kaburini, na maelfu ya malaika waliokuja kumwona akiutwaa uhai aliokuwa ameuweka chini walisikia Maneno Yake ya shwangwe yenye ushindi alipokuwa amesimama juu ya kaburi lililopasuka la Yusufu akitangaza: “Mimi Ndimi huo ufufuo, na uzima. " {CHSw 332.2}

Swali, "Mtu akifa, je! ataishi tena?" limejibiwa. Kwa kubeba adhabu ya dhambi, kwa kushuka kaburini, Kristo ameliangazia kaburi kwa wote wanaokufa katika imani. Mungu katika umbo la mwanadamu ameleta uzima na kutokufa kwa nuru kupitia Injili. Katika kufa, Kristo alituhakikishia uzima wa milele kwa wote wanaomwamini Yeye. Katika kufa, Yeye alimhukumu mwanzilishi wa dhambi na ukosefu wa uaminifu kupata adhabu ya dhambi - kifo cha milele. {CHSw 333.1}

Yule Mwenye uzima na mpaji wa uzima wa milele, Kristo, Ndiye pekee ambaye angeweza kushinda kifo. Yeye ni Mkombozi wetu; na amebarikiwa kila tabibu ambaye kwa maana ya Kweli ya Neno hili ni mmishenari, mwokozi wa roho ambazo Kristo alitoa maisha Yake kwa ajili yake. Daktari kama huyo hujifunza siku baada ya siku kutoka kwa Tabibu Mkuu jinsi ya kukesha na kufanya kazi kwa kuokoa roho na miili ya wanaume na wanawake. Mwokozi Yuko katika chumba cha wagonjwa, katika chumba cha upasuaji; na uweza Wake kwa utukufu wa Jina Lake hutimiza mambo makuu. {CHSw 333.2}

Tabibu Aweza Kuelekeza watu kwa Yesu

Daktari anaweza kufanya kazi bora na nzuri ikiwa ameunganishwa na Tabibu Mkuu. Kwa jamaa za wagonjwa, ambao mioyo yao imejaa huruma kwa mgonjwa, daktari anaweza kupata fursa ya kusema Maneno ya uzima; Naye aweza kutuliza na kuinua akili ya mwenye kuteseka kwa kuwaongoza kumwangalia Yule anayeweza, Yeye awezaye kuwaokoa kabisa wote wanaokuja Kwake kwa ajili ya wokovu. {CHSw 333.3}

Wakati Roho wa Mungu anapofanya kazi katika akili ya yule anayeteseka, na kumwongoza kuuliza Ukweli, hebu tabibu aifanyie kazi hiyo nafsi ya thamani kama Kristo angeifanyia kazi. Usiweke mkazo mkubwa kwa mgonjwa kuhusiana na fundisho lolote kubwa la imani au theolojia, bali mwelekeze kwa Yesu kama Mwokozi wa kusamehe dhambi. Malaika wa Mungu watavutia akili.

Wengine watakataa kuangazwa na nuru ambayo Mungu angeiacha iangaze ndani ya vyumba vya akili na ndani ya hekalu la nafsi; lakini wengi wataitikia nuru, na kutoka katika akili hizi udanganyifu na upotovu katika aina zake mbalimbali zitafagiliwa mbali. {CHSw 333.4}

Kila fursa ya kufanya kazi kama Kristo alivyofanya inapaswa kuboreshwa kwa uangalifu. Daktari anapaswa kuzungumza juu ya kazi za uponyaji zilizofanywa na Kristo, juu ya huruma nyororo na upendo Wake. Anapaswa kuamini kwamba Yesu ni mwandamani wake, karibu naye. ***"Sisi ni watenda kazi pamoja na Mungu." 1 Wakorintho 3:9.*** Tabibu kamwe asipuuze kuelekeza akili za wagonjwa wake kwa Kristo, Mganga Mkuu. Ikiwa ana Mwokozi anayekaa ndani ya moyo wake mwenyewe, mawazo yake daima yataelekezwa kwa Mponyaji wa roho na mwili. Ataziongoza akili za wanaoteseka kwa Yeye awezaye kurejesha, ambaye alipokuwa duniani alirudisha wagonjwa kwenye afya na kuponya roho pamoja na mwili, akisema: ***"Mwanangu, umesamehewa dhambi zako." Marko 2:5.*** {CHSw 334.1}

Kamwe uzoefu wa kuona mateso ya watu mara nyingi, yasimfanye daktari awe mzembe au asiye na huruma. Katika hali ya ugonjwa hatari, mgonjwa anahisi kuwa yuko chini ya huruma ya daktari. Anamtazama tabibu huyo kuwa tumaini lake la pekee la kidunia, na tabibu huyo anapaswa kuelekeza roho hii inayotetemeka kwa Yule ambaye ni Mkuu kuliko yeye mwenyewe, Yaani Mwana wa Mungu, ambaye alitoa uhai Wake ili kumwokoa na kifo, ambaye huhurumia mgonjwa, na ambaye kwa uweza Wake wa Uungu huwapa ujuzi na hekima wote wamwombao. {CHSw 334.2}

Wakati mgonjwa hajui jinsi kesi yake ya ugonjwa itakavyohitimishwa, huu ndiyo wakati wa daktari kugusa moyo na akili yake. Hapaswi kufanya hivi kwa nia ya kujionyesha wadhifa na ujuzi wake, bali aielekeze nafsi ya mgonjwa kwa Kristo, kama Mwokozi binafsi. Ikiwa maisha ya mgonjwa, yaani mwili wake umemehifadhiwa basi bado, kuna roho aliyokabidhiwa mganga huyo

kukesha na kuiangalia. Mgonjwa anahisi kwamba daktari ndiyo uhai halisi wa maisha yake. Na Je, ujasiri huu mkuu utumike kwa kusudi gani? Daima iwe kwa kuleta roho kwa Kristo na kutukuza na kukuza nguvu za Mungu. {CHSw 334.3}

Sifa Ziende Kwa Mungu

Wakati shida au dharura imepita na mafanikio yanaonekana, kuwa hakika, uwe mvumilivu muumini au kafiri, acha dakika chache zitumike pamoja naye katika sala. Tamka maneno ya Shukrani na onyesha shukrani zako kwa maisha ambayo yamehifadhiwa. Tabibu anayefuata njia hiyo humbeba mgonjwa wake hadi kwa Yule ambaye Ndiye Mtoa maisha. Maneno ya shukrani yanaweza kutiririka kutoka kwa mgonjwa kwenda kwa mganga, kwani kwa njia ya Mungu amefunga maisha haya na yake mwenyewe; ila, hebu sifa na shukrani zipewe Mungu kama Yule aliyepo ingawa haonekani. {CHSw 335.1}

Juu ya kitanda cha wagonjwa Kristo mara nyingi anakubaliwa na kukiriwa; na hii itafanywa mara nyingi zaidi katika siku zijazo kuliko ilivyokuwa zamani, kwa kuwa Bwana ataifanya kazi ya haraka ulimwengu wetu. Maneno ya hekima yanapaswa kuwa katika midomo ya tabibu, na Kristo atatia maji mbegu iliyopandwa, na kuifanya izae matunda kwa uzima wa milele. {CHSw 335.2}

Neno kwa Majira Yafaayo

Tunapoteza fursa za thamani zaidi kwa kupuuza kusema Neno katika msimu ufaao. Mara nyingi talanta ya thamani ambayo inapaswa kuzaa mara elfu huachwa bila kutumika. Ikiwa upendeleo wa thamani/dhahabu hautatiliwa umakini, utapita (wa kushuhudia kwa Mgonjwa). Kitu fulani kiliruhusiwa kumzuia tabibu huyo asifanye kazi ya ule wito alioitiwa akiwa mhudumu wa uadilifu na haki. {CHSw 335.3}

Hakuna matabibu wacha Mungu wengi sana wanaoweza kuhudumu katika taaluma zao. Kuna kazi nyingi ya kufanywa, na watumishi na madaktari wanapaswa kufanya kazi kwa umoja kamili.

Luka, mwandishi wa Injili inayoitwa kwa jina lake, anaitwa “tabibu mpendwa,” na wale wanaofanya kazi inayofanana na ile aliyofanya wanaishi Injili kwa matendo. {CHSw 335.4}

Fursa za daktari kwa ajili ya kuwaonya wasio na toba ni zisizoweza kuhesabika, kushangilia waliokata tamaa na wasio na tumaini, na kuleta/kuamuru afya ya akili na mwili. Anapowafundisha hivyo watu kanuni za kiasi cha Kweli, na kama mlinzi wa roho anatoa ushauri kwa wale walio na magonjwa ya akili na kimwili, daktari anafanya sehemu yake katika kazi kubwa ya kuwatayarisha watu wanaoandaliwa kwa ajili ya Bwana. Hivi ndivyo kazi ya umishenari wa tiba inapaswa kutimiza katika uhusiano wake na ujumbe wa malaika watatu. {CHSw 336.1}

Wahudumu na matabibu wanapaswa kufanya kazi kwa dhati, mapatano na bidii ili kuokoa roho zinazonaswa na mitego ya Shetani. Wanapaswa kuwaelekeza wanaume na wanawake kwa Yesu, haki yao, nguvu zao, na afya ya nyuso zao. Daima wanapaswa kuangalia roho za watu. Kuna wale ambao wanapambana na vishawishi vikali, katika hatari ya kushindwa katika vita na mashirika ya kishetani (mfano pombe, uasherati). Je, utawapita watu hawa tu, bila hata ya kuwapa usaidizi? Ukiona mtu anahitaji msaada, shiriki mazungumzo naye, ingawa humjui. Omba pamoja naye. Mwelekeze kwa Yesu. {CHSw 336.2}

Kazi hii ni ya daktari sawa kama ilivyo ya mchungaji. Kwa juhudi za hadhara na za binafsi daktari anapaswa kutafuta kuleta roho kwa Kristo. {CHSw 336.3}

Katika shuguli zetu zote na katika taasisi zetu zote Mungu anapaswa kutambuliwa kama Mtendakazi Mkuu. Madaktari wanapaswa kusimama kama wawakilishi Wake. Udugu wa tiba umefanya matengenezo mengi, na bado wanaendelea. Wale wanaoshikilia maisha ya wanadamu mikononi mwao wanapaswa kuelimishwa, kusafishwa, na kutakaswa. Ndipo Bwana atafanya kazi kupitia kwao kwa uweza mkuu ili kulitukuza Jina Lake. **[Testimonies for the Church 6:229-**

234 (1900).] {CHSw 336.4}

ENEO LA MADAKTARI WAKUU

[The Review and Herald, August 13, 1914]

Nimepewa nuru adhimu kuhusu watenda kazi wetu wa sanitariamu. Watenda kazi hawa wanapaswa kusimama kwa heshima ya kimaadili mbele za Mungu. Madaktari hufanya makosa wanapojikita tu katika shughuli za kawaida na za kila siku katika sanitariamu, kwa sababu wanadhani uwepo wao ni muhimu kwa ustawi wa taasisi. Kila daktari anapaswa kuona umuhimu wa kutumia nguvu zote alizompa Bwana katika eneo pana iwezekanavyo; anahitajika kuangaza nuru Yake mbele ya wanadamu, ili waone matendo Yake mema na kumtukuza Baba aliye mbinguni. {CHSw 337.1}

Madaktari wakuu katika sanitariamu zetu hawapaswi kujificha kuusema Ukweli kwa wengine. Nuru yao haipaswi kufichwa chini ya bakuli, bali kuwekwa mahali ambapo inaweza kunufaisha waumini na wasiokuwa waumini. Mwokozi alisema kuhusu wawakilishi Wake:

"*Ninyi ni chumvi ya dunia; lakini chumvi ikiwa imeharibika ladha yake, itatiwa nini hata ikolee? Haifai tena kabisa, ila kutupwa nje na kukanyagwa na watu. Ninyi ni nuru ya ulimwengu. Mji hauwezi kusitirika ukiwa juu ya mlima. Wala watu hawawashi taa na kuiweka chini ya pishi, bali juu ya kiango; nayo yawaangaza wote waliomo nyumbani. Hebu vivyo hivyo nuru yenu na iangaze mbele ya watu, wapate kuyaona matendo yenu mema, wamtukuze Baba yenu aliye mbinguni. Sheria na Manabii.*" (Mathayo 5:13-16) Hii ni kazi ambayo kwa ajabu inapuuziwa, na kwa sababu ya upuuzi huu, roho nyingi zitapotea. Amkeni, ndugu zangu, amkeni! {CHSw 337.2}

Nuru Yao Iangaze kwenye nchi zingine

Madaktari wetu wakuu wanapowekeza tu talanta 1 hawamtukuzi Mungu zao na ushawishi wao katika taasisi

moja. Ni haki yao kuonyesha kwa dunia kuwa waangalizi wa afya wana ushawishi thabiti wa haki na ukweli. Wanapaswa kujitambulisha nje ya taasisi wanazofanyia kazi. Ni wajibu wao kutoa nuru kwa wote wanaoweza kufikika. Wakati sanitariamu inaweza kuwa ni eneo lao maalum la kazi, bado kuna sehemu nyingine muhimu zinazohitaji ushawishi wao. Kwa madaktari, maelekezo ni haya: Hebu nuru yenu iangaze mbele ya wanadamu. Hebu kila kipaji kitumike ili kukabiliana/kukutana na wasiokuwa waumini kwa ushauri wenye hekima na mafundisho. Ikiwa madaktari wetu Wakristo watazingatia kuwa hawapaswi kupaka ukuta chokaa isiyokorogwa vema, ya kwamba utaanguka; kutakuwa mvua ya kufurika katika kutoa unabii wa uongo, au kutoa suluhisho rahisi katika kufundisha kwa urahisi, na wakijifunza kushughulikia masuala ya Ukweli wa Biblia kwa busara, wakilenga kuonyesha umuhimu wake katika kila fursa inayowezekana, ubaguzi na chuki zitaanguka na roho nyingi zitafikishwa..... (Ezekieli 13:10-15){CHSw 337.3}

Hatupaswi kuwa kanisa lililo nyuma ya pazia, bali ni lazima tuwape nuru ili dunia ipokee. ***"Nami nitaufurahia Yerusalemu, nitawaonea shangwe watu Wangu; sauti ya kulia haitasikiwa ndani yake tena, wala sauti ya kuomboleza.," Mungu anasema kupitia mtumishi Wake Isaya. Isaya 65:19.*** Maneno haya yatajidhihirisha kuwa ya kweli pale wale walio na uwezo wa kushika nafasi za uwajibikaji watakapowaalika watu wengine kuona nuru inavyotiririka. Madaktari wetu wakuu wana kazi ya kufanya nje ya wigo wa watu wetu wenyewe. Ushawishi wao haupaswi kupunguzwa. Mbinu za Kristo za kufanya kazi lazima zichukuliwe kuwa mbinu zao, na wanapaswa kujifunza kutekeleza mafundisho ya Neno Lake. Kila mtu aliye katika cheo cha uongozi/usimamizi wa taasisi yupo chini ya wajibu wao mtakatifu mbele za Mungu kuonyesha nuru ya Kweli ya sasa kwa miale inayoongezeka kila mahali ambapo nafasi inapatikana. {CHSw 338.1}

Watenda kazi katika sanitarium zetu hawapaswi kudhani

kuwa mafanikio ya taasisi yanategemea tu mamlaka ya daktari mkuu. Kila taasisi inapaswa kuwa na wanaume na wanawake ambao watatoa ushawishi sahihi, wa kutakasa, na ambao wana uwezo wa kushughulikia wajibu. Wajibu mkuu unapaswa kugawanywa kwa watenda kazi kadhaa, ili daktari msimamizi asiminywe sana na kazi yake ya taaluma-kliniki. Anapaswa apewe nafasi ya kwenda pale ambapo kuna haja ya maneno ya ushauri na faraja. Kama mwakilishi wa Daktari Mkuu, ambaye sasa yupo katika makao ya mbinguni, anatakiwa kuzungumza na makundi mapya, na kupanua uzoefu wake. Anahitaji kila wakati kupokea mawazo mapya, kutoa maarifa yake, na kupokea kutoka kwa Chanzo cha hekima yote. Ni lazima tuwe katika nafasi ya kupokea nuru inayoongezeka daima, kuwa na mawazo mapya na ya kina, na kupata mtazamo wazi wa uhusiano wa karibu unaopaswa kuwepo kati ya Mungu na watu Wake. Na tunapata mtazamo huu na mawazo haya kupitia kushirikiana na wale ambao tumeitwa kuzungumza nao maneno ya rehema na neema ya kusamehe. {CHSw 338.2}

Katika kazi zetu zote, lazima tuzingatie mbele ya macho yetu, thamani ya kubadilishana vipaji. Bidii kubwa inayohenyesha inapaswa kutumika kufikia roho na kuziweka kwenye Kweli. Tunatakiwa kuziweka wazi kanuni za matengenezo ya afya katika mikutano mikubwa ya watu wetu katika mikutano ya kambi. Hapa kuna haja ya aina mbalimbali za vipaji, si kwa ajili ya kuzungumza tu mbele ya wale ambao sio wa imani yetu, bali pia kufundisha watu wetu jinsi ya kufanya kazi ili kufanikisha matokeo bora zaidi. Hebu madaktari wetu wajifunze jinsi ya kushiriki katika kazi hii—kazi ambayo kwa kutumia njia Yake Bwana, watatoa nuru angavu kwa dunia. {CHSw 339.1}

KUJIANDAA KWA KILA KAZI NJEMA

[Health, Philanthropic, and Medical Missionary Work, 36-40 (1892).]

Bwana ataisikia na anaweza kufikia kiwango kuijibu sala ya daktari Mkristo, na cha juu cha kiroho ikiwa atashikilia

mkono wa Kristo na kuamua kwamba hatauweka mbali. Fursa za zimewekwa wazi kwa daktari Mkristo, kwa kuwa anaweza kuleta ushawishi wa thamani kwa wale anaokutana nao. Anaweza kuwaongoza, kuunda, na kuathiri maisha ya wagonjwa wake kwa kuwaonyesha misingi ya mbinguni. {CHSw 340.1}

Daktari anapaswa kuwaonyesha watu kwamba haangalii kazi yake kama jambo la kawaida au isiyo na maana au ya ovyo hovyo tu, bali anaiona kama kazi ya heshima, ya juu, bora, yenye hadhi, naam, ile ambayo imeambatanishwa na uwajibikaji mtakatifu wa kushughulika na roho na miili ya wale ambao Kristo amelipia kwa damu Yake adhimu. Kama daktari ana nia ya Kristo, atakuwa na furaha, matumaini, na tabasamu, lakini siyo kwa ucheshi wa upuuzi. Atatambua kwamba malaika wa mbinguni wako pamoja naye katika chumba cha wagonjwa, na atapata maneno ya kusema kwa uwazi na Ukweli kwa wagonjwa wake, maneno yatakayowachangamsha na kuwabariki. Imani yake itakuwa rahisi na ya kumtegemea Bwana, kama mtoto. Atakuwa na uwezo wa kurudia kwa roho inayojutia dhambi ahadi za neema za Mungu, na kwa njia hiyo kuweka mkono unaotetemeka wa wagonjwa mkononi mwa Kristo, ili wapate pumziko kwa Mungu. {CHSw 340.2}

Kwa hivyo, kupitia neema atakayopokea, daktari atatimiza madai ya Baba yake wa mbinguni kwake. Katika upasuaji wa hatari, au miamala inayohitaji uangalifu wa hali ya juu na yenye hatari, anaweza kujua kwamba Yesu Yupo kando yake kutoa ushauri, kuimarisha, na kumpa uthubutu kwa kusaidia neva zake kutenda kwa auangalifu na ujuzi katika jitihada zake za kuokoa maisha ya binadamu. Ikiwa uwepo wa Mungu haupo katika chumba cha wagonjwa, Ibilisi atakuwa pale kupendekeza majaribio hatarishi na kutafuta kuzikanganya neva au kufanya mishipa ya fahamu isiwe na usawia, ili maisha (uhai) yaharibiwe badala ya kuokolewa. {CHSw 340.3}

Daktari anashikilia nafasi 1 muhimu zaidi, kwa sababu anashughulika na roho zenye magonjwa, zilizo kifoni, akili zilizoumia, na

miili iliyodhulika, kuliko mchungaji wa Injili. Daktari anaweza kuonesha kiwango cha juu cha tabia ya Kikristo, ikiwa atakuwa mcha Mungu kila wakati, wakati ufaao na usiofaa-ndani ya msimu na nje ya msimu. Kwa hivyo, yeye ni mjumbe wa Kikristo kwa Bwana, mmishenari, akifanya kazi ya Bwana kwa uaminifu, na atapata thawabu baadaye, siku ile ya Bwana kuja. {CHSw 341.1}

Hebu Daktari Mkristo aishi busara anayowapa wengine, na asifichue siri yoyote kwa wasioamini. Asieleze siri yoyote inayoweza kudhalilisha watu wa Mungu. Linda mawazo yako, fungua mlango wa tamaa na majaribu. Fanya kazi yako kana kwamba uko mbele ya Mlinzi wa Mbingu. Fanya kazi kwa subira, ukitarajia kwamba, kupitia neema ya Kristo, utafanikiwa katika taaluma yako. Weka ulinzi ambao Bwana ameuinua kwa usalama wako. Linda moyo wako kwa bidii yote, kwa kuwa kutoka humu kuna matokeo na hatima ya uhai au ya kifo. {CHSw 341.2}

Daktari anatakiwa kushughulika kwa umakini mkali na kazi yake ya kitaaluma. Hatakiwi kuruhusu chochote kuingilia kati akilini mwake au kuvuruga akili yake katika wajibu wake, au kutoa usikivu wake kwa wale wanaomngoja kwa matumaini ya kupata faraja na afueni, kutokana na mateso yao. Neno la faraja na la matumaini linalosemwa kwa wakati unaofaa kwa muathirika wa mateso, mara nyingi linaweza kumfariji na kumpa daktari nafasi ya kupata ujasiri na kuaminika kwake. Upendo, uungwana na heshima vinapaswa kuonyeshwa; lakini mazungumzo ya kawaida, ya kupendeza kwa mtu binafsi yanayozungumzwa kwa njia ya ovyo hovyo, ambayo ni ya kawaida hata miongoni mwa wale wanaodai kuwa Wakristo, hayapaswi kusikika katika taasisi zetu. Njia pekee ya kuwa na uungwana wa Kweli, bila kujigamba au mazoea ya bandia, ni kumruhusu Roho wa Kristo ajaze mioyo yetu, tukizingatia maagizo, "*Mtakuwa watakatifu; kwa kuwa Mimi ni Mtakatifu.*" (1 Petro 1:16). Tukitenda kwa kanuni zilizowekwa katika Neno la Mungu, hatutakuwa na mwelekeo wa kuendekeza mazoea yasiyofaa. {CHSw 341.3}

Watenda kazi katika taasisi zetu wanapaswa kuwa mfano hai wa kile wanachotaka kuwa kwa wagonjwa walioko katika taasisi. Roho sahihi na maisha matakatifu ni mafundisho endelevu kwa wengine. Uungwana wa bandia wa dunia, usiotoka moyoni, ambao ni wa kimtindo tu hauna thamani mbele ya Yeye ambaye huchunguza matendo na kuyapima kwenye mizani. Kusiwe na upendeleo kwa mtu binafsi wala unafiki unaoruhusiwa. Daktari anatakiwa kuwa tayari kwa kila kazi njema. Ikiwa maisha yake yamefichwa pamoja na Kristo katika Mungu, atakuwa mmishenari katika maana ya juu zaidi. {CHSw 342.1}

Wakati wakiwa pamoja, madaktari Wakristo wataenenda kama wana wa Mungu. Wataelewa kwamba wameajiriwa kufanya kazi katika shamba moja la mizabibu, na vizuizi vya ubinafsi vitavunjwa. Kwa kila mmoja wao watakuwa na hamu ya dhati, bila uchoyo. Yeye ambaye ni mkombozi wa nafsi yake mwenyewe anaweza kufanya mema kwa kujaribu kumkomboa mwingine. Kwa mafundisho na mfano wake anaweza kuwa harufu ya uzima kwa wengine. Iwapo tu kiambaza hicho kingerudishwa nyuma, tungeona jinsi malaika wa Mungu wanavyovutiwa na taasisi zinazotoa tiba kwa wagonjwa. Kazi anayoshughulika nayo daktari—kusimama kati ya walio hai na wafu—ina umuhimu wa pekee. {CHSw 342.2}

Mungu amewawekea madaktari kazi kubwa. Watoto wa wanadamu walio na mateso wako kwa kiasi fulani chini ya huruma yao. Jinsi gani mgonjwa anavyomwangalia yule anayejali afya yake ya kimwili. Matendo na maneno, hata ishara za uso wa daktari, ni masuala yanayochunguzwa. Shukrani kubwa ya moyo kiasi gani huibuka moyoni mwa muathirika anapopata nafuu kupitia jitihada za daktari mwaminifu. Mgonjwa anahisi kwamba maisha yake yako mikononi mwa yule anayemhudumia, na daktari au muuguzi anaweza kumkaribia kwa urahisi kuzungumzia masuala ya kiroho. Ikiwa muathirika anayeteseka yupo chini ya ushawishi wa Mungu, ni kwa ulaini/unyororo kiasi gani daktari au muuguzi Mkristo

anaweza kupanda mbegu za thamani za kweli katika bustani ya moyo. Anaweza kuleta ahadi za Mungu mbele ya nafsi ya yule asiye na msaada au asiyejiweza. Ikiwa daktari ana imani, anaweza kueneza harufu ya neema ya mbinguni kwenye moyo ulionyenyekea wa muathirika a mateso. Anaweza kuelekeza mawazo ya mgonjwa wake kwa Daktari Mkuu. Anaweza kumleta Yesu mbele ya nafsi iliyo na dhambi. {CHSw 342.3}

Ni mara ngapi daktari anakuwa ni mtunza siri wa watu, na huzuni na majaribu yanawekwa mbele yake na wagonjwa. Katika wakati kama huo, fursa za thamani sana zinapatikana katika kuzungumza maneno ya faraja na kutoa pole kwa hofu na upendo wa Mungu, na kutoa ushauri wa Kikristo. Upendo wa dhati kwa nafsi ambazo Kristo aliziokoa unapaswa kuwemo ndani a daktari. Kwa kumwogopa Mungu nawaambia kwamba hakuna mwanadamu, isipokuwa daktari Mkristo, ndiye ambaye anaweza kutimiza kwa haki wajibu wa taaluma hii takatifu. {CHSw 343.1}

KUTOA USHAHIDI JUU YA UKWELI

Sanitariamu zetu zinapaswa kuanzishwa kwa lengo moja – utangazaji wa wa Ile Kweli kwa ajili ya wakati huu. Na zinapaswa kuendeshwa kwa namna ambayo mvuto wa dhati kwa ajili ya Ukweli utawekwa katika akili za wale wanaozijia kwa ajili ya kupata tiba. Mwenendo wa kila mtendakazi unapaswa kunena kwaajili ya ule upande wa haki. Tunao ujumbe wa onyo tuanoubeba, ule wa kuuhubiri ulimwengu kwa dhati, na bidii yetu, kujitoa kwetu kwa ajili ya utumishi kwa Mungu, vyapasa kutoa ushahidi juu ya Ukweli. **—Testimonies for**

•

TIBA YA AKILI 1

The Ministry of Healing, 241-244 (1905)

Uhusiano uliopo kati ya akili na mwili ni wa karibu mno. Kimoja kinapoathiriwa, kingine hukihurumia chenzake. Hali ya akili huathiri afya kwa kiwango kikubwa zaidi kuliko wengi wanavyofikiri. Magonjwa mengi ambayo watu hukabiliwa nayo ni matokeo ya msongo wa mawazo na sonona. Huzuni, tashwishwi, kutoridhika, fadhaa, majuto, hatia, kutoaminiana, yote haya huelekea kuvunja nguvu za uhai na kukaribisha uharibifu na kifo. {CHSw 344.1}

Ugonjwa wakati mwingine huzalishwa, na aghalabu huchochewa na mawazo ya mtu ya kufikirika (imagination). Wengi wamekuwa wagonjwa maishani mwote, ambao wangeweza kuwa na afya nzuri tu, endapo wangefikiria hivyo (yaani wasingeishi wakiwaza magonjwa). Wengi hufikiri kwamba kila kujianika kidogo tu kwa namna fulani mahali penye ugonjwa kutasababisha ugonjwa, na matokeo mabaya huja kwa sababu tu ya kutazamia kwamba ataugua. Wengi hufa kutokana na ugonjwa ambao sababu yake ni ya kufikirika kabisa. {CHSw 344.2}

Ujasiri, tumaini, imani, huruma, upendo, vinaifanya afya iwe na ubora na kurefusha/kuongeza maisha ya mtu. Akili iliyoridhika, roho changamfu, ni afya ya mwili na nguvu kwa roho. ***"Moyo uliochangamka ni mzuri kama dawa." Mithali 17:22.*** {CHSw 344.3}

Katika tiba ya wagonjwa, athari ya ushawishi wa kiakili haipaswi kupuuzwa. Ukitumiwa kwa usahihi, ushawishi huu utatoa mojawapo ya mawakala wenye ufanisi zaidi katika kupambana na ugonjwa. {CHSw 344.4}

Akili inavyopaswa Kuisimamia Akili

Hata hivyo kumekuwa na aina ya tiba ambayo imetumiwa katika kuponya akili, nayo ni mojawapo ya mawakala wenye ufanisi zaidi kwa uovu. Kupitia kile watu wanachokiita sayansi, akili ya mtu mmoja inawekwa chini ya utawala wa mtu mwingine ili kwamba upekee wa yule aliye dhaifu unanganishwa na ule wa mtu mwenye akili yenye nguvu zaidi. Mtu mmoja anakuwa akitenda

mapenzi ya mwingine (au pia kufanya maamuzi ya mtu mwingine). Hivyo watu husema kwamba mwelekeo wa mawazo wa mtu yule aliye dhaifu, anayetawaliwa na mawazo ya mwingine, unaweza kubadilishwa, kwamba misukumo ya kutoa afya bora inaweza kupandikizwa kwa mgonjwa huyu, na jambo hili litamwezeshwa kuyapinga na kuyashinda magonjwa, na kuwa na hali nzuri kiafya. {CHSw 344.5}

Mbinu hii ya tiba imetumiwa na watu ambao hawana ufahamu kuhusiana na asili ya ugonjwa, na mwelekeo wake halisi, wakiamini kuwa ni njia yenye kumnufaisha mgonjwa. Lakini kile kinachoitwa sayansi kimejengwa kwenye msingi wa kanuni za uongo. Jambo hili ni geni kabisa kwenye asili na Roho ya Kristo. Nadharia hii haimwelekezi mtu kwa Yeye ambaye Ndiye uzima na wokovu. Yule anayevutia akili za wengine kwake, huwaongoza wanadamu kujitenga na Yule aliye Chanzo cha Kweli cha nguvu zao. {CHSw 345.1}

Si kusudi la Mungu kwamba mwanadamu yeyote asalimishe akili na utashi wake chini ya udhibiti wa mtu mwingine, na kuwa chombo cha kuburuzwa na mtu mwingine bila hiari, yaani chombo kisicho na sauti, na kufanya kazi mikononi kwa kumtegemea yule anayemtawala kiakili. Hakuna mtu anayepaswa kuunganisha utu wake, au upekee wakatika katika ule wa mtu mwingine. Mtu yeyote hatakiwi kabisa kumwangalia mwanadamu mwingine kuwa ndiye chanzo chake cha uponyaji. Mategemeo yake, lazima yawe kwa Mungu na si kwa mwanadamu. Katika hadhi ya utu wake aliopewa na Mungu, mwanadamu anapaswa kuongozwa na kusimamiwa na Mungu Mwenyewe tu, na siyo kwa akili nyingine yoyote ‘mahiri’ ya mwanadamu (mtu si roboti, anapaswa kuwa na utambulisho na uchaguzi wake binafsi na kumtegemea Mungu tu katika kuongozwa). {CHSw 345.2}

Mungu atamani kuwaleta wanadamu katika mahusiano ya moja kwa moja na Yeye Mwenyewe. Katika

kushughulika Kwake kote na wanadamu, Yeye anatambua kanuni ya uwajibikaji binafsi wa mtu. Anatafuta kumhimiza mwanadamu awe na utambuzi wa wajibu binafsi na kumtia moyo mtu maana ya kuwa na mwongozo wake mwenyewe kama mwanadamu. Anatamani kumleta mwanadamu ashirikiane na Mwenyezi Mungu, ili wanadamu wageuzwe na kufanana na Mungu. Shetani hutenda kazi ya kuzuia kusudi hili la Mungu. Atafuta kuhimiza watu wawe tegemezi kwa wanadamu wenzao. Pale akili za watu zinapogeuzwa kutoka kwa Mungu, mjaribu aweza kuziweka hizi akili chini ya utawala wake. Na kwa jinsi hiyo aweza kuidhibiti ukamilifu jamii ya ubinadamu. {CHSw 345.3}

Nadharia ya kuidhibiti akili nyingine imetokana na Shetani, kujitambulisha mwenyewe kama mtendaji mkuu-chifu mkuu, kuweka falsafa ya kibinadamu mahali ambapo falsafa ya Mwenyezi Mungu inapaswa kuwepo. Kati ya makosa yote ambayo yanakubaliwa kirahisi miongoni mwa watu wanaodai kuwa Wakristo, hakuna lenye udanganyifu na la hatari zaidi, na hakuna lenye uhakika wa kumtenganisha mwanadamu na Mungu, zaidi ya hili. Ingawa laweza wazo hili laweza kuonekana kuwa ni njia isiyokuwa na hatia, lakini endapo litatumiwa kwa wagonjwa litaelekea kwenye njia ya kuwaangamiza, na si kwenye njia ya kurejeshwa kwao. Hufungua mlango ambao Shetani ataingia ili kuzitawala akili zote mbili zilizojitoa kutawaliwa na mtu mwingine, pamoja na ile akili inayotawala mwenzake. {CHSw 345.4}

Ni nguvu itishayo jinsi gani, inapotolewa kwa wanaume na wanawake wenye nia yenye uovu. Nadharia hii inawapa fursa kubwa kiasi gani wale wanaoishi kwa kutumia udhaifu au upumbavu wa wengine! Ni wangapi, kwa njia ya kudhibiti akili za wanadamu wengine zilizo dhaifu au zenye maradhi, watapata njia ya kuridhisha tamaa zao mbaya za mwili au kujipatia faida kwa ajili ya tamaa ya maslahi! {CHSw 346.1}

Badala ya kuwaelekeza 1 wagonjwa kuwategemea wanadamu kwa ajili ya uponyaji wa nafsi na mwili wao, apaswa kuwaelekeza kwa

Yule ambaye aweza kuwaokoa kabisa wote wamjiao Kwake. Yeye aliyeiumba akili ya mwanadamu ajua akili inahitaji nini. Mungu peke Yake Ndiye awezaye kuponya. Wale ambao akili na miili yao inaugua wanapaswa kumtazama Kristo ambaye Ndiye Mrejeshaji. “Kwa sababu Mimi ni hai, Yeye asema, “nanyi mtaishi.” Yohana 14:19. Huu ndio uzima na afya tunaopaswa kuunena kwa wagonjwa na kuwasilisha kwao tukiwaambia kwamba ikiwa wana imani katika Kristo kama mrejeshaji, ikiwa watashirikiana Naye kwa kutii sheria za afya, na kujitahidi kufikia utakatifu kamili katika hofu ya Mungu, Bwana atawapa uzima/uhai Wake. Tunapomwasilisha Kristo kwao kwa njia hii, twawapa watu hawa uwezeshaji, na nguvu, ambayo ni ya thamani; kwa maana hii hutoka tu Kwake juu. Hii ndiyo sayansi ya Kweli ya uponyaji kwa mwili na roho. **[The Ministry of Healing, 241-244 (1905).]** {CHSw 346.2}

HURUMA KAMA YA KRISTO

Testimonies for the Church 3:178-184 (1872)

> Nilioneshwa kuwa matabibu katika Taasisi yetu wanapaswa kuwa wanaume na wanawake wenye imani na wa kiroho. Wanapaswa kumfanya Mungu kuwa tegemeo lao. Kuna wengi wanaokuja kwenye Taasisi ambao, kwa kuendekeza dhambi, wamejiletea wenyewe magonjwa, karibu ya kila aina. Watu wa daraja hili hawastahili huruma ambayo wamekuwa wakihitaji mara kwa mara. Na ni jambo lenye maumivu kwa waganga kutumia wakati na nguvu kwa ajili ya watu wa daraja hili, waliojiharibu kimwili, na kiakili na kimaadili.

Lakini kuna daraja ambalo, kwa njia za ujinga, liliishi kwa kukiuka sheria za maumbile au asili. Wamefanya kazi bila kiasi na wamekula bila kiasi, kwa sababu ilikuwa ni desturi yao

kufanya hivyo. Wengine wamepata mateso mengi kutoka kwa waganga wengi, lakini hawajapata nafuu yoyote, isipokuwa hali imeendelea kuwa mbaya zaidi. Mwishowe wametengwa kutoka kazini, kutoka kwenye jamii, na kutoka kwa familia zao; na kama suluhisho lao la mwisho wanakuja katika Taasisi ya Afya na matumaini dhaifu kwamba wanaweza kupata afueni. Daraja hili linahitaji huruma zetu. Wanapaswa kutibiwa kwa upole na huruma nyoror, na uangalifu mkubwa unapaswa kuchukuliwa ili kuweka wazi kwenye uelewa wao kuhusu sheria ya kuwepo kwao, ili waweze, baada ya kuacha kuzivunja, na kwa kujitawala wao wenyewe, kuepuka maumivu na magonjwa, ambavyo ni adhabu ya kuvunja sheria za asili…. {CHSw 347.2}

Mkumbuke Kristo, ambaye alikuja moja kwa moja (ana kwa ana) kuungana na wanadamu wanaoteseka. Ingawa, mara nyingi, waliougua walikuwa wamejiletea magonjwa kwa njia yao ya dhambi kwa kukiuka sheria ya asili, Yesu aliwasikitikia udhaifu wao, na walipokuja Kwake na magonjwa yenye kuchukiza zaidi, Yeye hakujitenga mbali kwa kuogopa kuambukizwa; Aliwagusa na kuamuru ugonjwa uwatoke. {CHSw 347.3}

Kuwaponya Wenye Ukoma

“Na alipoingia katika kijiji kimoja, alikutana na watu kumi wenye ukoma; wakasimama mbali, wakapaza sauti wakisema, Ee Yesu, Bwana mkubwa, uturehemu! Alipowaona aliwaambia, Enendeni, mkajioneshe kwa makuhani. Ikawa walipokuwa wakienda walitakasika. Na mmoja wao alipoona kwamba amepona, alirudi, huku akimtukuza Mungu kwa sauti kuu; akaanguka kifudifudi miguuni Pake, akamshukuru; naye alikuwa Msamaria. Yesu akajibu, akanena, Hawakutakaswa wote kumi? Wale kenda wa wapi? Je! Hawakuonekana waliorudi kumpa Mungu utukufu ila mgeni huyu? Akamwambia, Inuka, enenda zako, imani yako imekuokoa Luka 17:12-19.” {CHSw 348.1}

Hapa pana somo kwa 1 ajili yetu sote. Wakoma hawa

walikuwa wameharibiwa sana na ugonjwa kiasi kwamba walikuwa wametengwa na jamii wasije wakawaambukiza wengine. Mipaka yao ilikuwa imeamriwa na mamlaka. Yesu anakuja mbele ya macho yao, na katika mateso yao makubwa wanamlilia Yeye ambaye Ndiye pekee aliye na uwezo wa kuwasaidia. Yesu anawaamuru wakajioneshe kwa makuhani. Wana imani ya kuanza safari yao, wakiamini nguvu ya Kristo imewaponya. Wanapoendelea na njia yao wanagundua kuwa ugonjwa wa kutisha umewatoka. Lakini ni mmoja tu ndiye aliyekuwa na hisia za shukrani, ni mmoja tu anayehisi deni lake la kina kwa Kristo kwa kazi hii kubwa aliyomfanyia. Huyu mtu mmoja, anarudi akimsifu Mungu, na kwa fedheha kubwa huanguka miguuni pa Kristo, akikiri kwa moyo wa shukrani kazi aliyofanyiwa ya uponyaji. Na mtu huyu alikuwa mgeni; wengine tisa walikuwa Wayahudi. {CHSw 348.2}

Kwa ajili ya mtu huyu mmoja, anayetumia vizuri baraka ya afya, Yesu aliwaponya wale wote kumi. Wale tisa walipita bila kuthamini kazi iliyofanyika, na hawakutoa shukrani yoyote kwa Yesu kwa kufanya kazi hiyo. {CHSw 349.1}

Hivi ndivyo juhudi za waganga wa Taasisi ya Afya zitakavyolipwa. Lakini ikiwa, katika kazi yao ya kusaidia wanadamu wanaoteseka, mmoja kati ya ishirini atatumia vizuri faida zilizopokelewa na kutambua juhudi zao za kazi kwa niaba yake, wadaktari wanapaswa kujihisi kuwa na shukrani na walioridhika. Ikiwa mtu mmoja kati ya kumi ameokolewa, na roho moja kati ya mia moja imeokolewa katika ufalme wa Mungu, wote walio na uhusiano na Taasisi watalipwa kwa ukarimu mwingi, kwa juhudi zao zote. Mahangaiko yao yote na uangalizi havitapotea kabisa. Ikiwa Mfalme wa utukufu, Mwenye enzi wa mbinguni, alifanya kazi kwa wanadamu wanaoteseka, na ni wachache sana waliothamini msaada Wake wa kimbingu, waganga na wasaidizi katika Taasisi hiyo wanapaswa kuona haya kwa kulalamika ikiwa juhudi zao dhaifu hazitathaminiwa na wote na zinaonekana kutupiliwa mbali na baadhi yao…. {CHSw 349.2}

Kushughulika na wanaume na wanawake ambao akili zao pamoja na miili ni ina ugonjwa ni kazi nzuri. Hekima kubwa inahitajika na waganga katika Taasisi ili kuponya mwili kupitia akili. Lakini ni wachache tu wanaotambua nguvu ambayo akili inayo juu ya mwili. Magonjwa mengi yanayosumbua wanadamu yana asili yake katika akili na yanaweza kuponywa tu kwa kuirudisha akili kwenye afya. Kuna wengi sana kuliko tunavyofikiria ambao ni wagonjwa kiakili. Ugonjwa wa moyo husababisha mara nyingi na hali ya kutomeng'enywa chakula tumboni na kuvimbiwa, kwani shida ya akili ina ushawishi wa kupooza kwa viungo vya mmeng'enyo. {CHSw 349.3}

Ili kufikia daraja hili la wagonjwa, daktari lazima awe na utambuzi, uvumilivu, fadhili, na upendo. Moyo mgumu, na mgonjwa, na akili iliyokata tamaa, huhitaji tiba nyepesi, na ni kupitia huruma nyororo kwamba daraja hili la akili linaweza kuponywa. Waganga wanapaswa kupata hali ya kuaminiwa nna wagonjwa, na kisha wawaelekeze kwa Daktari anayeponya kikamilifu. Ikiwa akili zao zinaweza kuelekezwa kwa Mbebaji wa Mizigo, na wanaweza kuwa na imani kwamba atapendezwa nao, tiba ya miili na akili zao zilizo na ugonjwa zitakuwa na hakika. **[Testimonies for the Church 3:178-184 (1872).]** {CHSw 349.4}

UVUMILIVU NA HURUMA

Daima kutakuwepo siku zote mambo yanayosababisha mtu kukasirika, kuchanganyikiwa, na kuupima uvumilivu wa waganga na wasaidizi. Lazima watu wawe tayari kwa hili na wasiwe na msisimko au kuyumbishwa. Lazima wawe watulivu na wenye upendo kwa chochote kinachoweza kutokea. Wanafanya ushawishi utakaoakisiwa na wagonjwa katika majimbo mengine na utakaoitangaza Taasisi ya Afya kwa mema au kwa ubaya. Wanapaswa kuzingatia kila wakati kuwa wanashughulika na wanaume na wanawake wenye akili zilizo na ugonjwa, ambao mara nyingi huona vitu kwa njia potovu na huku wakijiamini kuwa wanaelewa mambo kikamilifu. {CHSw 350.1}

Waganga wanapaswa kuelewa kuwa jibu laini hubadilisha ghadhabu. Sera lazima itumike katika taasisi ambayo wagonjwa wanatibiwa, ili kufanikiwa kudhibiti akili za wagonjwa na kuwanufaisha wagonjwa. Ikiwa waganga wanaweza kubaki watulivu katikati ya dhoruba ya maneno yasiyowafikiria wengine, yenye shauku, ikiwa wanaweza kutawala roho zao wenyewe wanapokasirishwa na kudhalilishwa, hapo watakuwa washindi kweli kweli. ***"Na mtu aitawalaye roho yake ni bora kuliko mtu atekaye mji Mithali 16:32."*** Kuitiisha nafsi, na kushusha tamaa chini ya udhibiti wa nia, ndio ushindi mkubwa zaidi ambao wanaume na wanawake wanaweza kupata. **—Testimonies for the Church 3:182, 183 (1872).** {CHSw 350.2}

MJUMBE WA REHEMA

Testimonies for the Church 7:72-75 (1902).

Daktari Mkristo anapaswa kuwa mjumbe wa rehema kwa mgonjwa, akiwaletea dawa kwa nafsi inayougua dhambi halikadhalika dawa kwa ajili ya mwili unaougua. Anapotumia tiba rahisi ambazo Mungu ametoa kwa ajili ya kutuliza maumivu ya mwili, hebu na azungumze naye juu ya nguvu ya Kristo ya kuponya magonjwa ya roho. {CHSw 351.1}

Ni muhimu kiasi gani kwamba daktari aishi katika ushirika wa karibu na Mwokozi! Wagonjwa na wanadamu wanaotaabika ambao anashughulika nao wanahitaji msaada ambao Kristo peke Yake ndiye anayeweza kuutoa. Wanahitaji maombi yanayotolewa na Roho Wake Bwana. Mtu anayetaabika kwa ugonjwa, hujiachia katika hekima na rehema ya daktari, ambaye ustadi na uaminifu wake unaweza kuwa tumaini lake pekee. Hebu basi daktari, awe wakili mwaminifu wa neema ya Mungu, mlinzi wa roho na mwili pia. {CHSw 351.2}

Daktari ambaye amepokea hekima kutoka juu, ambaye anajua kuwa Kristo Ndiye Mwokozi wake binafsi, kwa kuwa yeye mwenyewe ameongozwa kwenda kwa Kimbilio, anajua jinsi ya kushughulika na roho zinazotetemeka, zilizo na hatia,

zilizo na dhambi, zinazomgeukia kwa ajili ya msaada. Anaweza kujibu kwa uhakika swali la: “Nifanye nini nipate kuokoka?” Anaweza kusimulia kisa cha upendo wa Mkombozi. Anaweza kuzungumza kutokana na uzoefu wa nguvu ya toba na imani. Anaposimama kando ya kitanda cha mgonjwa, akijitahidi kusema maneno ambayo yatamletea msaada na faraja, Bwana hufanya kazi naye na kupitia Kwake. Akili ya yule mgonjwa ikiwa imeelekezwa kwa Mponyaji Mkuu, amani ya Kristo hujaza moyo wake; na afya ya kiroho inayomjia hutumika kama mkono wa msaada wa Mungu katika kurudisha afya ya mwili. {CHSw 351.3}

Fursa alizonazo daktari za kuamsha katika mioyo ya watu anaokutana nao hisia za uhitaji wao mkubwa wa Kristo ni za thamani sana. Anatakiwa kuleta vitu vya zamani na vipya katika hazina ya moyo, akizungumza maneno ya faraja na maagizo ambayo watu wana matamanio nayo. Mara kwa mara anapaswa kupanda mbegu za Kweli, bila kuwasilisha masomo au mafundisho ya ndani ya kitheolojia (doctrines), bali akizungumza juu ya upendo wa Mwokozi anayesamehe dhambi. Sio tu kwamba anapaswa kufundisha kutoka katika Neno la Mungu, mstari kwa mstari, amri juu ya amri; anapaswa kulainisha mafundisho haya kwa machozi yake na kuyafanya yawe imara kwa maombi yake, ili kwamba roho ziokolewe kutoka katika kifo. {CHSw 351.4}

Kwa wasiwasi wao wa kina, katika kukinga hatari ya mwili, madaktari wako katika hatari ya kusahau juu ya hatari ya roho. Madaktari, chukueni tahadhari na kuwa katika kituo chenu cha ulinzi, kwani lazima ukutane na Kristo, kwenye kiti cha hukumu na kisha lazima ukutane na wale ambao unasimama nao sasa kando ya kitanda chao cha mauti. {CHSw 352.1}

Uzito wa kazi ya daktari, kukutana kwake kila wakati na wagonjwa na wanaokufa, kunahitaji kwamba, kwa kadri iwezekanavyo, aondolewe katika majukumu ya kidunia ambayo wengine wanaweza kuyafanya. Kusiwepo na mizigo isiyo ya lazima

inayopaswa kuwekwa juu yake, ili apate muda wa kuyafahamu mahitaji ya kiroho ya wagonjwa wake. Akili yake inapaswa kuwa chini ya ushawishi wa Roho Mtakatifu kila wakati, ili aweze kusema kwa wakati maneno ambayo yataamsha imani na matumaini. {CHSw 352.2}

Kando na kitanda cha mgonjwa anayechungulia kaburi, kusiwepo na neno linalohusu mafundisho makuu ya imani (creed) au utata linalopaswa kuzungumzwa. Mgonjwa anapaswa kuelekezwa kwa Yule ambaye yuko tayari kuwaokoa wote wanaokuja Kwake kwa imani. Kwa bidii, kwa upole, jitahidi kusaidia roho inayoelea kati ya uhai na mauti. {CHSw 352.3}

Elekeza Akili kwa Yesu

Daktari hapaswi kamwe kuwaongoza wagonjwa wake kuweka mawazo yao kwake. Anapaswa kuwafundisha kushika kwa imani mkono ulionyoshwa wa Mwokozi. Kisha akili itaangazwa na nuru inayong'aa kutoka katika Jua la Haki. Kile ambacho matabibu wanajaribu kukifanya, Kristo alikifanya kwa tendo na kwa Kweli. Watu wanajaribu kuokoa maisha; Yeye ni Maisha na uzima wenyewe. {CHSw 352.4}

Jitihada za daktari kuongoza akili za wagonjwa wake katika matendo ya afya ni lazima ziwe huru kutoka katika jitihada zote za ushirikina-uchawi, ubashiri nk. Juhudi zake Hazipaswi kuinamia ubinadamu, lakini zipande juu sana kiroho, zikishikilia vitu vya milele. {CHSw 353.1}

Daktari hapaswi kutengenezewa mitazamo ya ukosoaji usio na huruma. Hili linauweka mzigo usiohitajika juu yake. Kazi yake ni nzito, na anahitaji huruma ya wale waliounganishwa naye katika kazi. Anapaswa kudumishwa kwa sala. Utambuzi kwamba anathaminiwa utampa tumaini na ujasiri. {CHSw 353.2}

Dhambi na Ugonjwa

Daktari Mkristo mwenye akili mahiri ana utambuzi

unaoongezeka juu ya uhusiano kati ya dhambi na magonjwa. Anajitahidi kuona wazi zaidi sana uhusiano kati ya kisababishi na athari. Anaona kwamba wale wanaochukua kozi ya uuguzi wanapaswa kupewa elimu kamili juu ya kanuni za matengenezo ya kiafya, kwamba wanapaswa kufundishwa kwa makini sana kuwa na kiasi katika mambo yote, kwa sababu uzembe juu ya sheria za afya hauna udhuru kwa wale waliotengwa ili kufundisha wengine jinsi ya kuishi. {CHSw 353.3}

Daktari anapoona kuwa mgonjwa anaugua ugonjwa unaosababishwa na kula na kunywa vibaya, lakini anapuuza kumwambia haya na kuashiria hitaji la matengenezo, anamjeruhi mwanadamu mwenzake. Walevi, wenda-wazimu, wale waliojiweka katika ufisadi - kwao wote daktari anatakiwa atamke waziwazi kwamba mateso ni matokeo ya dhambi. Tumepokea nuru kubwa juu ya matengenezo ya afya. Ni kwa nini basi hatujaamua kwa bidii zaidi kupambana na vyanzo vinavyosababisha magonjwa? Kuona pambano linaloendelea na maumivu, kufanya kazi kila wakati ili kupunguza mateso, madaktari wetu wanawezaje kukaa kimya? Je, wanaweza kujizuia kupaza sauti kwa kuonya? Je, wao ni wema na wenye huruma ikiwa hawafundishi kuwa na kiasi kamili kama dawa ya magonjwa? {CHSw 353.4}

Matabibu, jifunzeni onyo ambalo Paulo alitoa kwa Warumi: ***"Basi, ndugu zangu, nawasihi, kwa huruma Zake Mungu, itoeni miili yenu iwe dhabihu iliyo hai, takatifu, ya kumpendeza Mungu, ndiyo ibada yenu yenye maana. Wala msiifuatishe namna ya dunia hii; bali mgeuzwe kwa kufanywa upya nia zenu, mpate kujua hakika mapenzi ya Mungu yaliyo mema, ya kumpendeza, na ukamilifu." Warumi 12: 1, 2.*** **[Testimonies for the Church 7:72-75 (1902).]** {CHSw 354.1}

MATABIBU KUTUNZA NGUVU ZAO

Waganga hawapaswi 1 kufanya kazi kupita kiasi hadi mifumo yao ya neva ishindwe, kwani hali hii ya mwili

haitakuwa nzuri kwa akili tulivu, mishipa thabiti, na roho iliyochangamka, na yenye furaha. {CHSw 354.2}

Faida ya kutoka kwenye Taasisi ya Afya wakati mwingine inapaswa kutolewa kwa madaktari wote, haswa kwa wale wanaobeba mizigo na majukumu. Ikiwa kuna uhaba wa msaada ambao unazuia jambo hili kufanywa, basi msaada zaidi unapaswa kupatikana. Kuwa na madaktari wanaofanya kazi kupita kiasi, na hivyo kutostahiki kutekeleza majukumu ya taaluma yao, ni jambo la kuogopwa. Linapaswa kuzuiwa pale inapowezekana, kwani linaleta mvuto mbaya dhidi ya masilahi ya Taasisi. Waganga wanapaswa kutunza afya zao. Hawapaswi kuugua kunakotokana na kufanya kazi kupita kiasi au kwa ujinga wowote ulio upande wao. **—Testimonies for the Church 3:182 (1872).** {CHSw 354.3}

KAZI ITAKAYODUMU

Testimonies for the Church 8:195-200 (1903).

St. Helena, California, Juni 25, 1903.

Kwa Matabibu Wetu wa Sanitariamu—

Ndugu Zangu Wapendwa:

Wale wanaosimama katika nafasi za kuwajibika/dhamana katika kazi ya Bwana wanawakilishwa kama walinzi kwenye kuta za Sayuni. Mungu anawaita ili wapige king'ora cha kutoa tahadhari miongoni mwa watu. Na isikike katika uwanda wote. Siku ya ole, ya kuachwa ukiwa na uharibifu, iko juu ya wote watendao maovu. Kwa ukali wa pekee mkono wa Bwana utawaangukia walinzi ambao wameshindwa kuweka mbele ya watu mistari iliyo wazi ya wajibu wao Kwake Yeye ambaye kwa uumbaji na kwa ukombozi Ndiye mmiliki wao. {CHSw 355.1}

Ndugu zangu, Bwana anawaita ninyi kuuchunguza moyo kwa makini. Anawaiteni kuipamba ile siku na katika kutendeana kwenu imani ile itendayo Kweli katika utendaji wenu wa kila kwenu ninyi kwa ninyi. Anahitaji kazi kwa upendo na kuitakasa roho.

Ni hatari kwenu kuchezea madai matakatifu ya dhamiri, ni hatari kwenu kuweka kielelezo ambacho huwaongoza wengine katika mwelekeo usio sahihi. {CHSw 355.2}

Wakristo wanapaswa kuchukua pamoja nao, popote waendapo, harufu nzuri ya haki ya Kristo, wakionesha kwamba wanakubaliana na mwaliko: *"mjifunze Kwangu; kwa kuwa Mimi ni mpole na mnyenyekevu wa moyo; nanyi mtapata raha nafsini mwenu. Mathayo 11:29.* Je! mnajifunza kila siku katika shule ya Kristo-- Je, mnajifunza jinsi ya kuondoa shaka na shuku mbaya, kujifunza jinsi ya kuwa watu wa haki na waadilifu katika kushughulika kwenu na ndugu zenu, kwa ajili yenu wenyewe, na kwa ajili ya Kristo? {CHSw 355.3}

Ukweli wa Sasa Unaongoza Kwenda Juu

Ukweli wa sasa unaongoza kwenda mbele na kwenda juu, ukiwakusanya wahitaji, walioonewa, watu wasio na makazi, wale wanaoteseka, na fukara. Wote watakaotaka kuja inabidi waletwe zizini. Katika maisha yao kutapaswa kufanyika matengenezo ambayo yatawafanya Kuwa washiriki wa familia ya kifalme, watoto wa Mfalme wa mbinguni. Kwa kusikia ujumbe wa Ukweli, wanaume na wanawake wanaongozwa kuikubali Sabato na kuungana na kanisa kwa ubatizo. Wanapaswa kuichukua alama ya Mungu kwa kuishika Sabato ya uumbaji. Wanapaswa kujua wenyewe kwamba kutii amri za Mungu kunamaanisha uzima wa milele. {CHSw 355.4}

Fedha na kazi ya bidii zaweza kuwekezwa kwa usalama katika kazi kama hii, kwa kuwa ni kazi ambayo itadumu. Hivyo wale ambao wamekufa katika makosa na dhambi wanaletwa katika ushirika na watakatifu na kuketishwa katika mbinguni pamoja na Kristo. Miguu yao inawekwa juu ya msingi imara. Wanawezeshwa kufikia kiwango cha juu, hata vilele vya juu kabisa vya imani, kwa sababu Wakristo hutengeneza njia zilizonyoka kwa ajili ya miguu yao, ili

vilema wasije wakageuzwa kutoka katika njia. {CHSw 356.1}

Wote Wana Sehemu ya Kufanya

Kila kanisa linapaswa kufanya kazi kwa ajili ya wale wanaoangamia walio ndani ya mipaka yake na kwa ajili ya wale walio nje ya mipaka yake. Washiriki wanapaswa kung'aa kama mawe yaliyo hai katika hekalu la Mungu, wakiakisi nuru ya mbinguni. Hakuna kazi ya kubahatisha, ya ovyo ovyo, ya kigeugeu inayopaswa kufanyika. Kushikilia kwa nguvu roho zilizo karibu na kuangamia kunamaanisha zaidi ya kumwombea mlevi na kisha, kwa sababu analia na kukiri uchafu wa roho yake, unamtangaza kuwa ameokoka. Tena na tena vita lazima ipiganwe. {CHSw 356.2}

Hebu washiriki wa kila kanisa wajisikie kuwa ni wajibu wao maalumu kufanya kazi kwa ajili ya wale walio katika ujirani wao. Hebu kila mmoja anayedai kusimama chini ya bendera ya Kristo ajisikie kwamba ameingia katika uhusiano wa Agano na Mungu, kwa ajili ya kufanya kazi ya Mwokozi. Hebu wale wanaofanya kazi hii wasichoke katika kutenda mema. Wakati waliokombolewa watakaposimama mbele za Mungu, roho za thamani kubwa wataitikia majina yao wale ambao watakuwapo pale kwa sababu ya juhudi za uaminifu, na uvumilivu zilizofanywa kwa niaba yao, kusihi kwingi na ushawishi wa dhati na bidii, ili wapate kukimbilia Ngome. Hivyo ndivyo wale ambao katika dunia hii wamekuwa watenda kazi pamoja na Mungu watakavyopata thawabu yao. {CHSw 356.3}

Wachungaji wa makanisa yanayopendwa na wengi, ambayo ni mashuhuri, hawataruhusu Ukweli uwasilishwe kwa watu kutoka katika mimbari zao. Adui anawaongoza kuupinga Ukweli kwa ukali, uchungu na nia ya kuwadhuru wengine. Uwongo hutengenezwa. Uzoefu wa Kristo na watawala wa Kiyahudi unarudiwa. Shetani anajitahidi kuficha kila mwale wa nuru inayoangaza kutoka

kwa Mungu kwenda kwa watu Wake. Anafanya kazi kupitia kwa wachungaji kama alivyofanya kupitia kwa makuhani na watawala katika siku za Kristo. Je, wale wanaojua ukweli watajiunga na ushirika wake, kuwazuia, kusumbua, na kuwageuza kando wale wanaojaribu kufanya kazi kwa njia iliyowekwa na Mungu ili kuendeleza kazi Yake, kusimamisha bendera ya Ukweli katika maeneo ya giza? {CHSw 357.1}

Ujumbe Kwa Ajili ya Wakati huu

Ujumbe wa malaika wa tatu, unaojumuisha ujumbe wa malaika wa kwanza na wa pili, ndio ujumbe wa wakati huu. Tunapaswa kuiinua juu sana bendera ambayo imeandikwa: "Amri za Mungu na imani ya Yesu." Ulimwengu hivi karibuni utakutana na Mtoa Sheria Mkuu kuhusiana na sheria Yake iliyovunjwa. Huu sio wakati wa kusahau masuala makubwa yaliyo mbele yetu. Mungu anawaita watu Wake wapate kuitukuza sheria na kuifanya iheshimike. {CHSw 357.2

Nyota za asubuhi zilipoimba pamoja, na wana wote wa Mungu walipopaza sauti kwa furaha, Sabato ilitolewa kwa ulimwengu, ili mwanadamu apate kukumbuka daima kwamba katika siku sita Mungu aliumba ulimwengu. Alipumzika katika siku ya saba, akiibariki kama siku ya pumziko Lake, na kuitoa kwa viumbe Aliowaumba, ili waweze kumkumbuka kama Mungu wa Kweli na aliye hai. {CHSw 357.3

Kwa uweza Wake mkuu, licha ya upinzani wa Farao, Mungu aliwakomboa watu Wake kutoka Misri, ili wapate kuitunza sheria ile iliyotolewa katika Edeni. Aliwaleta hadi Sinai ili wapate kusikia kutangazwa kwa sheria hii. {CHSw 358.1}

Kwa kuwatangazia wana wa Israeli Amri Kumi kwa sauti Yake Mwenyewe, Mungu alionesha umuhimu Wake. Kwa fahari ya kutisha alidhihirisha ukuu na mamlaka Yake kama Mtawala wa ulimwengu. Hili alilifanya ili apate kuwavutia watu kwa utakatifu wa sheria Yake na umuhimu wa kuitii. Uweza na utukufu ambavyo

kwavyo sheria ilitolewa hudhihirisha umuhimu wake. Ni imani iliyotolewa hapo nyuma kwa watakatifu na Kristo Mkombozi wetu inayozungumza kutoka Sinai. {CHSw 358.2}

Ishara ya Uhusiano Wetu na Mungu

Kwa utunzaji wa Sabato wana wa Israeli walipaswa kutofautishwa na mataifa mengine yote. *"Hakika mtazishika Sabato Zangu" Kristo alisema "kwa kuwa ni ishara kati ya Mimi na ninyi katika vizazi vyenu vyote; ili mpate kujua ya kuwa Mimi Ndimi Bwana niwatakasaye ninyi." "Ni ishara kati ya Mimi na wana wa Israeli milele; kwani kwa siku sita Bwana alifanya mbingu na nchi, akastarehe kwa siku ya saba na kupumzika." "Kwa ajili ya hayo wana wa Israeli wataishika Sabato, kuiangalia sana hiyo Sabato katika vizazi vyao vyote, ni Agano la milele. Kutoka 31: 13-17.* {CHSw 358.3}

Sabato ni ishara ya uhusiano uliopo kati ya Mungu na watu Wake, ishara ya kwamba wao ni raia Wake watiifu, kwamba wanaitunza sheria Yake kuwa takatifu. Utunzaji wa Sabato ni njia iliyoteuliwa na Mungu ya kuhifadhi maarifa juu Yake Yeye Mwenyewe na kutofautisha kati ya raia Wake waaminifu na wavunjaji wa sheria Yake. {CHSw 358.4}

Hii ndiyo imani iliyotolewa hapo nyuma kwa watakatifu, wanaosimama mbele ya ulimwengu kwa nguvu ya maadili, wakidumisha imani hii kwa uthabiti. {CHSw 359.1}

Tutakuwa na upinzani tutakapoutangaza ujumbe wa malaika wa tatu. Shetani ataleta kila hila iwezekanayo ili kuifanya kuwa bure, imani ile iliyokabidhiwa kwa watakatifu hapo nyuma. *"Na wengi watafuata ufisadi wao; na kwa hao njia ya Kweli itatukanwa. Na katika kutamani watajipatia faida kwenu hukumu yao tangu zamani kwa maneno yaliyotungwa; ambao haikawii, wala uvunjifu wao*

hausinzii." 2 Petro 2:2, 3. Lakini licha ya upinzani, wote wanapaswa kusikia maneno ya Ukweli. {CHSw 359.2}

Sheria ya Mungu ni msingi wa matengenezo yote yanayodumu. Tunapaswa kuwasilisha kwa ulimwengu kwa mipaka iliyo wazi na dhahiri hitaji la kutii sheria hii. Utii kwa sheria ya Mungu ndio motisha kubwa kabisa kwa ajili ya bidii ya kazi, uwekevu, Ukweli, na matendo ya haki kati ya mwanadamu na mwanadamu. {CHSw 359.3}

Msingi wa Matengenezo Yadumuyo

Sheria ya Mungu inapaswa kuwa ndio njia ya elimu katika familia. Wazazi wako chini ya wajibu mzito kabisa wa kuitii sheria hii, wakiwawekea watoto wao kielelezo cha uadilifu mkamilifu kabisa. Watu walio katika nafasi za dhamana, ambao mvuto wao unaenea sana, wanapaswa kuzilinda vyema njia na kazi zao, wakiweka hofu ya Bwana mbele yao daima. *"Kumcha Bwana ndio mwanzo wa hekima." Zaburi 111:10.* Wale wanaoisikiliza sauti ya Bwana kwa bidii na kuzishika amri Zake kwa furaha watakuwa miongoni mwa ile hesabu ya watakaomwona Mungu. *"BWANA akatuamuru kuzifanya amri hizi zote, tumche Bwana, Mungu wetu, tuone mema siku zote, ili atuhifadhi hai kama hivi leo. Tena itakuwa haki kwetu, tukitunza kufanya maagizo haya yote mbele ya Bwana, Mungu wetu, kama alivyotuagiza." Kumbukumbu la Torati 6:24, 25.* {CHSw 359.4}

Kazi yetu kama waumini katika Ukweli ni kuwasilisha mbele ya ulimwengu kutokubadilika kwa sheria ya Mungu. Wachungaji na walimu, waganga na wauguzi, wanafungwa na Agano na Mungu kuwasilisha umuhimu wa kutii sheria Yake. Tunapaswa kutofautishwa kama watu wanaoshika amri. Bwana amesema kwa uwazi kwamba ana kazi ya kufanywa kwa ajili ya ulimwengu. Je, itafanywaje? Hebu tujitahidi kutafuta njia iliyo bora kabisa na kisha tuyatende mapenzi ya Bwana. [Testimonies for the Church 8:195-200 (1903).] {CHSw 360.1}

KILA MMOJA MAHALI PAKE

Madaktari wa Taasisi ya Afya hawapaswi kuhisi kuwa wanalazimika kufanya kazi ambayo wasaidizi wao wanaweza kuifanya. Hawapaswi kutumika Kwenye mabafu ya haidrotherapia au kwenye chumba chenye mijongeo mingi, wakitumia nguvu zao kwa kufanya kile ambacho wengine wangeweza kukifanya. Hapapaswi kuwa na ukosefu wa wasaidizi wa kuuguza wagonjwa na kuangalia walio dhaifu wanaohitaji waangalizi. Waganga wanapaswa kuhifadhi nguvu zao kwa ufanisi wa kufanikisha majukumu yao ya kitaalam. Wanapaswa kuwaambia wengine nini cha kufanya. Ikiwa kuna uhaba wa watu ambao wanaweza kuwasaidia kufanya mambo haya, watu wanaofaa wanapaswa kuajiriwa na kuelekezwa vizuri, na kulipwa vizuri kwa huduma zao. **—Testimonies for the Church 3:177, 178 (1872)** {CHSw 360.2}

HATARI NA FURSA

[Special Testimonies, Series B 15:11-15 (1907)]

Sanitarium, California, Juni 3, 1907.

Nafasi ya Daktari ipo katika changamoto kubwa. Vishawishi vikali vitajitokeza kwake, na pasipo kushikiliwa kwa nguvu ya Mungu, kile anachosikia na kuona katika kazi yake kitabwaga moyo wake chini na kuharibu nafsi yake. Mawazo yake yanapaswa kuendelea kuinuliwa kwa Mungu. Hii ndiyo njia yake pekee ya usalama. {CHSw 361.1}

Fursa ambazo daktari anazo za kuwaleta watu kwa Mungu ni nyingi zisizo na kipimo, kwa kuwapa faraja wale walio na huzuni na kuwapunguzia kukata tamaa kunakotokea kwenye nafsi wakati mwili unateswa na maumivu. {CHSw 361.2}

Lakini baadhi ya waliochagua taaluma ya udaktari huvutwa mbali na

kazi zao kwa urahisi sana. Wengine kwa matumizi mabaya wanapunguza nguvu zao, kiasi cha kutowezekana kumtumikia Mungu kikamilifu. Wanajipanga katika nafasi ambayo hawawezi kufanya kazi kwa nguvu, ujuzi, na ustadi, na hawaelewi kwamba kwa kupuuza sheria za mwili wanajiletea udhaifu, na kukosa ufanisi na hivyo kumnyang'anya na kumvunjia heshima Mungu. {CHSw 361.3}

Madaktari hawapaswi kuruhusu mawazo yao kuondoka kutoka kwenye kazi zao; pia hawapaswi kufanya kazi za kitaaluma kupitiliza kiasi cha kuharibu afya zao. Kwa hofu ya Mungu wanapaswa kuwa wenye hekima katika matumizi ya nguvu walizopewa na Mungu. Hawapaswi kamwe kupuuza njia ambazo Mungu ametoa kwa ajili ya kudumisha afya. Ni wajibu wao kuweka nguvu zote walizopewa na Mungu chini ya udhibiti wa akili. {CHSw 361.4}

Thamani ya Kupumzika, Kusoma, Kujifunza na Kuomba

Kati ya watu wote, daktari anapaswa, kadiri inavyowezekana, kuchukua vipindi vya muda wa kupumzika (regular periods of rest). Hii itampa nguvu ya kuvumilia mizigo ya kazi yake. Katika maisha yake yenye shughuli nyingi, daktari atagundua kwamba kuchunguza Maandiko na maombi ya bidii kwa moyo mkunjufu kunampa akili timamu na uthabiti wa tabia. {CHSw 361.5}

Tafuteni kukidhi matarajio ya Yesu Kristo. Yeye atasaidia katika kila jitihada inayofanywa kwa njia sahihi. Kumbuka kuwa hakuna kitendo cha maisha, wala shauku ya moyo, ambayo haiwezi kufikiwa na neema ya Mwokozi. {CHSw 362.1}

Njia ya kufika kwenye kiti cha enzi cha Mungu daima iko wazi. Huwezi kupiga magoti kila wakati katika maombi, lakini maombi yako ya kimya yanaweza kupaa daima kwa Mungu kwa ajili ya

kukutia nguvu na kukuongoza. Ukikumbana na majaribu, kama ilivyo kawaida, unaweza kukimbilia mahali pa siri pa Aliye Juu Zaidi. Mikono Yake ya milele itakuwa chini yako. Maneno haya yakutia moyo, "*Lakini unayo majina machache katika Sardi, watu wasioyatia mavazi yao uchafu. Nao watakwenda pamoja Nami hali wamevaa mavazi meupe, kwa kuwa wamestahili.*" (Ufunuo 3:4) {CHSw 362.2}

Wakati Kristo anapokaa/anapoumbika ndani yako, tumaini la utukufu, utakuwa na msawaziko, na hutaweza kubadilika kwa urahisi, bali utaweza kushinda mivuto inayokatisha tamaa na kuleta wasiwasi za wale ambao hawamtegemei Kristo. Utaweza kuthibitisha kuwa inawezekana kuwa daktari mwenye busara na mafanikio, na kwa wakati huo huo kuwa Mkristo hai, akimtumikia Bwana kwa dhati na ari. Utakatifu ni msingi wa heshima ya kweli na ukamilifu wa tabia. {CHSw 362.3}

Ukamilifu na Wepesi ni Muhimu

Iwapo madaktari katika sanitariamu zetu hawatakuwa watu wa mazoea makini, na hawatazingatia kazi zao kwa kuendana na muda na utayari wa kuwa wepesi, kazi yao itakuwa aibu tupu, na mashirika ambayo Bwana amewaweka yatapoteza mvuto wao. Kwa njia ya uzembe wa kazi, daktari anamvunjia heshima Daktari Mkuu, ambaye anapaswa kuwa mwakilishi Wake. Kutunza muda kwa umakini mkuibwa lazima kuzingatiwe kwa wagonjwa wote, wa hali ya juu na wa chini. Hakuna uzembe wa makusudi unaoruhusiwa kwa wauguzi wowote. Daima kuwa mwaminifu kwa neno lako, mwepesi katika kutimiza ahadi yako, kwa maana hii ina maana kubwa kwa wagonjwa. {CHSw 362.4}

Uungwana na Unyeti wa mambo

Kati ya madaktari Wakristo, daima kunapaswa kuwa na jitihada za kudumisha 1 kiwango cha juu cha ubora, unyeti, utakaso na upole wa kweli, na kuhifadhi vizuio/mipaka vya heshima

vinavyopaswa kuwepo kati ya wanaume na wanawake. {CHSw 363.1}

Tunaishi katika nyakati ambazo dunia inaoneshwa kama wakati wa Nuhu, na kama vile wakati wa Sodoma. Mara kwa mara ninaonyeshwa hatari kubwa ambazo vijana, na wanaume na wanawake ambao wametimiza tu umri wa kuingia katika utu uzima wa kijana na ujana, pamoja na wanaume na wanawake wa umri wa kukomaa, wanaanikwa kwazo, na siwezi kubaki kimya. Kuna haja ya usafishwaji/utakaso mkubwa zaidi, kwa mawazo na kwa mahusiano. Kuna haja ya Wakristo kuinuliwa juu kwa heshima zaidi, kuboreshwa, kutakaswa na kuwa nyeti katika maneno na mwenendo. {CHSw 363.2}

Kazi ya daktari ni ya namna kwamba ikiwa kuna mazoea ya ovyo hovyo (coarseness) katika asili yake, itafunuliwa. Kwa hiyo, daktari anapaswa kulinda na kuzingatia kwa makini maneno yake na kuepuka maneno yasiyo ya heshima katika mazungumzo yake. Kila mgonjwa anayetibiwa anasoma tabia za daktari kupitia matendo na maneno yake. {CHSw 363.3}

Nuru ambayo Mungu amenipa kuhusu jambo hili ni kwamba kadri inavyowezekana, madaktari wanawake wanapaswa kuhudumia wagonjwa wanawake, na madaktari wanaume wahudumie wagonjwa wanaume. Kila daktari anapaswa kuheshimu mambo nyeti ya wagonjwa. Epukeni kufunuliwa nguo kwa wanawake kwa namna isiyo ya lazima mbele ya madaktari wanaume, kwani hilo ni kosa, na athari zake zina hatari. {CHSw 363.4}

Tiba nyeti za wanawake hazipaswi kufanywa na madaktari wanaume katika taasisi zetu. Hakika, mgonjwa wa kike hapaswi kuwa peke yake na daktari wa kiume, iwe kwa uchunguzi maalum au tiba. Hebu madaktari wahifadhi unyeti wa hali za uchunguzi wa wagonwa na staha kwa kila hali. Angalia hapo chini! {CHSw 364.1}

Katika taasisi zetu za 1 tiba, daima panapaswa kuwa na wanawake walio watu watu wazima kiumri na wenye

uzoefu mzuri ambao wamefunzwa kutoa tiba kwa wagonjwa wa kike. Wanawake wanapaswa kuelimishwa na kuwa na sifa zote zinazohitajika ili kuwa wataalamu wa magonjwa nyeti yanayowakumba wanawake, ili sehemu zao za siri zisifunuliwe na wanaume. Panapaswa kuwa na idadi kubwa zaidi ya madaktari wa kike, ambao wameelimishwa si tu kama wauguzi waliofunzwa, bali pia kama madaktari. Ni tabia mbaya sana kufunua sehemu za siri za wanawake kwa wanaume, au wanaume kutibiwa na wanawake. {CHSw 364.2}

Madaktari wa kike lazima wakatae kabisa kuangalia sehemu za siri za wanaume. Wanawake wanapaswa kuelimishwa kikamilifu kufanya kazi kwa ajili ya wanawake, na wanaume kwa ajili ya wanaume. Wanaume wanapaswa watumie madaktari wa jinsia yao na wasitafute madaktari wa kike. Hili ni tusi kwa wanawake au kukosa adabu, na Mungu anaziona hizi tabia zisizo za adabu na kuzichukia. *Angalia Kingereza hapo chini {CHSw 364.3}

Wakati madaktari wanapoitwa kufundisha usafi wa moyo wa kijamii, hebu wawe mfano wa unyeti, utakaso ambao ni somo la kudumu la usafi wa moyo wa kivitendo. Wanawake wanaweza kufanya kazi bora kama wanataaluma ya udaktari; lakini pale wanaume wanapowaomba madaktari wanawake kufanya uchunguzi au tiba inayohitaji kufunuliwa kwa sehemu za siri, wanapaswa kukataa kwa dhahiri kufanya kazi hiyo. {CHSw 364.4}

Katika kazi ya tiba kuna hatari ambazo daktari anapaswa kuelewa na kuzingatia kwa kujilinda kila wakati. Wale madaktari walioongoka kweli-kweli ndio ambao wanapaswa kuajiriwa kama madaktari katika sanitarium zetu za tiba. Baadhi ya madaktari ni watu wenye kujiamini wenyewe kupita kiasi na wanaona kuwa wao wenyewe wanaweza kulinda njia zao; lakini kama

wangeijua nafsi zao, wangehisi hitaji lao kubwa la msaada kutoka juu, akili na hekima ya juu zaidi. {CHSw 364.5}

Baadhi ya watumishi wa afya na madaktari hawafai kuwa madaktari wa wanawake kutokana na mwmtazamo wao kwa wanawake. Wanajitwalia uhuru mkubwa mpaka linakuwa jambo la kawaida kwao kuvunja sheria za usafi wa maadili. Madaktari wetu wanapaswa kuwa na heshima kubwa kwa mwongozo uliotolewa na Mungu kwa kanisa Lake wakati walipotolewa kutoka Misri. Hii itawalinda wasiwe watu wenye tabia chafu na hovyo au wazembe kuhusu sheria za usafi wa maadili. Wote wanaoishi kwa sheria zilizotolewa na Mungu kutoka Sinai wanaweza kuaminika kwa usalama. {CHSw 365.1}

Uhitaji wa Wakunga Wenye Ujuzi

Haiendani na mujibu wa maelekezo yaliyotolewa Sinai kwamba madaktari wa kiume wafanye kazi za wakunga. Biblia inazungumzia jinsi wanawake wanavyosaidiwa na wanawake wenzao wakati wa kujifungua, na hivyo ndivyo inavyopaswa kuwa daima. Wanawake wanapaswa kuelimishwa na kufunzwa kufanya kazi kwa stadi/ujuzi kama wakunga na madaktari wa jinsia yao. Ni muhimu vilevile kuhakikisha kuwa kuna mtaala maalum wa kuelimisha wanawake kuhusu magonjwa ya wanawake, sawa na jinsi ilivyo muhimu kuwa na madaktari wa kiume waliobobea kama madaktari na mabingwa wa upasuaji. Vilevile, mshahara wa mwanamke uwe unalingana na huduma zake. Anapaswa kuthaminiwa katika kazi yake kama daktari wa kiume anavyothaminiwa. {CHSw 365.2}

Hebu tuwape wanawake elimu ya kuwa wenye ufahamu na ujuzi katika kutibu magonjwa ya jinsia yao. Wakati mwingine watahitaji ushauri na msaada wa madaktari wa kiume wenye uzoefu. Wakati wanapokuwa kwenye mazingira magumu, wote waongozwe na hekima kuu. Kila mmoja afahamu kupata hekima ya Daktari kwamba wanahitaji na wanaweza Mkuu katika kazi yao. {CHSw 365.3}

Tunapaswa kuwa na shule ambapo wanawake wanaweza kuelimishwa na madaktari wanawake, ili wafanye kazi bora zaidi katika kutibu magonjwa ya wanawake. {CHSw 366.1}

Kati yetu kama watu wa Mungu, kazi ya tiba inapaswa kusimama kwenye kiwango chake cha juu zaidi. Madaktari wanapaswa kukumbuka kwamba kazi yao ni kuandaa roho pamoja na miili, ili zifae kwa maisha ya mbinguni. Huduma yao kwa Mungu isiharibiwe na mazoea mabaya. {CHSw 366.2}

Kila mganga lazima ajifunze kwa umakini Neno la Mungu. Soma kisa ya wana wa Haruni katika sura ya kumi ya kitabu cha **Kutoka**, mistari 1-11. Hapa kuna mfano ambapo matumizi ya divai yalipunguza fahamu. Bwana anadai kwamba tamaa ya chakula na kila tabia ya maisha ya daktari idhibitiwe kwa nguvu/ukali. Wakati wanaposhughulika na miili ya wagonjwa wao, waendelee kukumbuka kwamba jicho la Mungu lipo juu ya kazi yao. {CHSw 366.3}

Sababu za Magonjwa Zifahamike

Sehemu iliyotukuka na iliyoinuliwa zaidi ya kazi ya daktari ni kuongoza wanaume na wanawake aliowahudumia kuona kuwa sababu ya magonjwa ni ukiukaji wa sheria za afya na kuwahimiza kuona maisha kwa mtazamo wa juu na mtakatifu zaidi. Mafunzo yanapaswa kutolewa yatakayotoa suluhisho sio tu kwa kwa magonjwa ya mwili bali pia kwa magonjwa ya roho. Hapo ndiyo Sanitarium itakuwa taasisi ya kiafya ya kweli, mahali ambapo kanuni sahihi zitakaposimikwa. Daktari ambaye anajua tiba ya magonjwa ya roho na mwili lakini anapuuzia sehemu ya elimu ya kazi yake, atalazimika kutoa hesabu ya kupuuzia kwake siku ya hukumu. Usafi wa lugha kwa umakini, na kila neno, na tendo, yote unapaswa kulindwa kwa ukali. {CHSw 366.4}

HATARI ZA MAFANIKIO

[Special Testimonies to Physicians and Helpers, 15-17

Hizi ni zama za hatari kwa mtu yeyote mwenye vipaji vinavyoweza kuwa na faida katika kazi ya Mungu; kwa kuwa Shetani daima anajaribu kumvutia mtu huyo kwa ajenda zake, akijaribu kumjaza kiburi na matamanio ya ukuu; na wakati Mungu angetaka kumtumia, katika kesi tisa kati ya kumi, mtu huyo hujitegemea mwenyewe, akajiona yu huru na aliyejitosholeza, na kuhisi ana uwezo wa kusimama peke yake. Hii ndio hatari yako, Dk.--Isipokuwa utaishi maisha ya imani thabiti na maombi endelevu. Unaweza kuwa na ufahamu wa kina na wa kudumu kuhusu mambo ya milele na upendo kwa binadamu kama ule ulioonyeshwa na Kristo katika maisha Yake. Muunganiko wa karibu na Mbingu utatoa sauti sahihi kwa uaminifu wako na utakuwa msingi wa mafanikio yako. Hisia yako ya utegemezi wako kwa Mungu, itakupeleka kwenye maombi, na hisia yako ya wajibu itakuita uweke juhudi. Maombi na juhudi, juhudi na Maombi, ndio shuguli la maisha yako. Inakupasa uombe kana kwamba ufanisi na sifa zote ni za Mungu, na ufanye kazi kana kwamba wajibu wote upo juu yako. Ukihitaji nguvu, unaweza kuipata, kwani inangojea rasimu yako. Wewe amini tu katika Mungu, Mchukue Yeye kwa Neno Lake, uwe na imani, na baraka zitakuja. {CHSw 367.1}

Katika jambo hili, akili mahiri, ubunifu, mantiki, na ufasaha havitasaidia. Wale wenye moyo wa upole, matumaini na uliopondeka, Mungu huwakubali na kusikiliza maombi yao; na wakati Mungu anapowasaidia, vikwazo vyote vitaondoka. Ni wangapi wenye uwezo mkubwa wa asili na usomi/elimu ya hali ya juu na wameshindwa walipowekwa katika nafasi za uwajibikaji, wakati wengine wenye akili dhaifu, wakiwa na mazingira yasiyo rafiki, wamefanikiwa kwa jinsi ya ajabu. Siri ilikuwa kwamba wale wa kwanza walijitegemea wenyewe,

wakati wale wa pili walijiunganisha na Yeye ambaye ni mshauri wa ajabu na Mwenye nguvu katika kutekeleza mapenzi Yake. {CHSw 367.2}

Kwa kuwa kazi yako daima ni ya dharura, ni vigumu kwako wewe kupata muda wa kutafakari na kuomba; lakini hili huwezi kulikosa. Baraka za Mbingu, zinazopatikana kwa maombi ya kila siku, zitakuwa kama mkate wa maisha kwa roho yako na zitakupeleka kuongeza nguvu za kiroho na kimaadili, kama mti uliopandwa kando ya mto, majani yake yakidumu kuwa ya kijani, na matunda yake kuonekana kwa wakati wake. {CHSw 368.1}

Kupuuza kwako kuhudhuria ibada kwa Mungu ni kosa kubwa. Fursa za huduma ya kiroho zitakuletea manufaa sawa kwako na kwa wengine na ni muhimu sana. Huenda huwezi kujinufaisha na fursa hizi mara nyingi kama wengine. Mara kwa mara utaitwa, siku ya Sabato, kutembelea wagonjwa, na unaweza kulazimika kufanya kazi ngumu siku hiyo. Hivyo kazi ya kupunguza mateso inachukuliwa na Mwokozi wetu kuwa ni kazi ya rehema na si uvunjaji wa Sabato. Lakini unapojitolea Sabato zako kwa kuandika au kufanya kazi bila kubadilisha mpangilio maalum, unadhuru roho yako, unatoa mfano usiostahili kwa wengine, na haumheshimu Mungu. {CHSw 368.2}

Umeshindwa kuona umuhimu halisi, si tu wa kuhudhuria mikutano ya kidini, bali pia kushuhudia kwa ajili ya Kristo na Kweli. Ukikosa kupata nguvu za kiroho ili kutimiza kila wajibu wa Kikristo kwa uaminifu, hivyo kuingia kwenye uhusiano mtakatifu wa karibu na Mwokozi wako, utakuwa dhaifu katika nguvu za kimaadili. {CHSw 368.3}

BIBILIA, MSHAURI WAKO

[Words of Counsel (1903).]

Mungu anataka wote wanaokiri kuwa wamishenari wa tiba wa Injili wajifunze kwa bidii masomo ya Mwalimu Mkuu. Hili lazima walifanye ikiwa wanataka kupata amani na pumziko. Kwa kujifunza kutoka kwa Kristo, mioyo yao itajazwa na amani ambayo

Yeye peke yake anaweza kuitoa. {CHSw 369.1}

Kitabu kimoja tu kilicho muhimu kwa kila mtu kusoma ni Biblia. Ikiwa itasomwa kwa kicho na hofu ya Mungu, hiki ndicho kitabu kikuu zaidi, cha walimu wote. Hakuna hila wala udanganyifu ndani yake. Kurasa zake zimejaa Ukweli. Je, ungependa kupata maarifa kuhusu Mungu na Kristo, ambaye alitumwa duniani kuishi na kufa kwa ajili ya mwenye dhambi? Ni lazima ujifunze kwa dhati na bidii na kwa moyo mkunjufu Biblia ili kupata maarifa haya. {CHSw 369.2}

Vitabu vingi vilivyorundikana katika maktaba maarufu za dunia huchanganya akili zaidi ya kusaidia ufahamu. Hata hivyo, watu hutumia fedha nyingi kununua vitabu hivyo na miaka mingi kusoma, huku wakati wana Kitabu kilicho na Maneno ya Yeye aliye Alfa na Omega wa hekima ndani ya ufikiaji wao. Muda unaotumika kusoma vitabu hivyo ungeweza kutumika vyema zaidi kupata maarifa ya Yule ambaye kumjua Yeye kwa usahihi, ni uzima wa milele. Wale tu ambao watapata maarifa haya ndio hatimaye watasikia maneno haya: "*Na ninyi mmetimilika katika Yeye aliye kichwa cha enzi yote na mamlaka.*" — Wakolosai 2:10. {CHSw 369.3}

Soma Biblia zaidi na nadharia za taaluma ya tiba kidogo, na utaona afya ya kiroho ikikua zaidi. Akili yako itakuwa wazi na yenye nguvu. Mengi yanayofundishwa katika kozi za tiba sio lazima kabisa. Wale wanaopata mafunzo ya tiba hutumia muda mwingi kujifunza mambo yasiyo na thamani. Nadharia nyingi wanazojifunza zinaweza kulinganishwa thamani yake na desturi na methali zilizofundishwa na waandishi na mafarisayo. Changamoto nyingi wanazokabiliana nazo daima katika taaluma hii ni hasara kwa akili zao. {CHSw 369.4}

Mambo haya Mungu amekuwa akinifunulia kwa miaka mingi. Katika shule zetu za tiba na taasisi, tunahitaji watu walio na maarifa ya kina zaidi ya Maandiko, watu ambao wamejifunza masomo yanayofundishwa katika Neno la Mungu, na ambao

wanaweza kufundisha masomo haya kwa wengine kwa uwazi na urahisi, kama vile Kristo alivyofundisha wafuasi Wake maarifa aliyoyaona kuwa ya muhimu zaidi. {CHSw 370.1}

Maelekezo ya Mponyaji Mkuu kwa Njia ya Pumziko

Iwapo watendakazi wetu wa umishenari wa tiba wangefuata maelekezo ya Mponyaji Mkuu kwa kupata mapumziko, mkondo wa uponyaji na amani ungetiririka katika nafsi zao, ukileta uponyaji. Hapa ndipo tiba hiyo ilipo:

"*Njoni Kwangu, ninyi nyote msumbukao na wenye kulemewa na mizigo, Nami nitawapumzisha. Jitieni nira Yangu, mjifunze Kwangu; kwa kuwa Mimi ni mpole na mnyenyekevu wa moyo; nanyi mtapata raha nafsini mwenu; kwa maana nira Yangu ni laini, na mzigo Wangu ni mwepesi*." — Mathayo 11:28-30{CHSw 370.2}

Ikiwa watendakazi wetu wa umishenari wa tiba wakifuata maelekezo haya, na kupata nguvu kutoka kwa Mwokozi ya kuzifunua tabia Zake, kazi yao ya kisayansi itakuwa na uhalisia na hekima zaidi. Kwa kuwa Neno la Mungu limepuuzwa, mambo yasiyo ya ajabu yamekuwa yakifanywa hivi karibuni katika kazi ya umishenari wa tiba. Bwana hawezi kukubali hali iliyo sasa. {CHSw 370.3}

Soma Neno la Mungu, ambalo Mungu kwa hekima, upendo na wema wake, amelifanya liwe wazi na rahisi kueleweka. Sura ya sita ya Yohana inaeleza nini maana ya kusoma Neno. Kanuni zilizofunuliwa katika Maandiko zinapaswa kuingizwa ndani ya nafsi. Tunapaswa kula Neno la Mungu; yaani, hatupaswi kuondoka kwenye mafundisho yake. Tunapaswa kuleta Ukweli Wake katika maisha yetu ya kila siku, tukichukua hekima na siri za utakatifu. {CHSw 370.4}

Ombeni kwa Mungu. Tena, wasiliana Naye. Jaribuni akili ya Mungu, kama wale wanaojitahidi kwa ajili ya kupata uzima wa milele na ambao lazima wajue mapenzi Yake. Unaweza kufichua Kweli tu pale unapoijua katika Kristo. Unapaswa kupokea na kumeza

Maneno Yake; Maneno hayo yanapaswa kuwa sehemu ya nafsi yako. Hii ndiyo maana ya kula mwili na kunywa damu ya Mwana wa Mungu. Unapaswa kuishi kwa kila Neno linalotoka mdomo wa Mungu; yaani, yale ambayo Mungu ameyafunua. Siyo yote yamefunuliwa; hatungeweza kustahimili ufunuo wa namna hiyo. Lakini Mungu amefunua yote yaliyo muhimu kwa ajili ya wokovu wetu. Hatupaswi kuacha Neno Lake tukafuata dhana za wanadamu. {CHSw 371.1}

Pata maarifa ya kipekee ya Mungu kwa kuvaa nira ya Kristo. Yeye hutoa hekima kwa wanyenyekevu na wapole, akiwasaidia kutambua Ukweli ni nini, kufunua sababu na matokeo ya matendo fulani, na kueleza matokeo yatakayofuata. Roho Mtakatifu hufundisha mwanafunzi wa Maandiko kutathmini kila jambo kwa kigezo cha haki, Ukweli, na usahihi. Ufunuo wa Kiungu humpatia maarifa anayohitaji. {CHSw 371.2}

Na maarifa hayo yatatolewa kwa wote wanaomkaribia Kristo, wakipokea na kuishi mafundisho Yake, na kufanya Maneno Yake kuwa sehemu ya maisha yao. Wale wanaojiweka chini ya mafunzo ya Mmishenari Mkuu wa Huduma ya Tiba, kuwa watendakazi pamoja Naye, watapata maarifa ambayo dunia, pamoja na hekima zake za jadi, haiwezi kutoa. {CHSw 371.3}

Ruhusu Biblia iwe mshauri wako mkuu. Urafiki nayo utaendelea kukua kwa kasi iwapo utakuwa na akili safi isiyochanganywa na taka za dunia. Kadri utakavyosoma Biblia, ndivyo maarifa yako kuhusu Mungu yatakavyokuwa ya kina zaidi. Ukweli wa Neno Lake utaandikwa ndani ya nafsi yako, ukiweka alama isiyofutika. {CHSw 371.4}

Sio mwanafunzi tu peke yake atafaidika kwa kusoma Neno la Mungu. Uchunguzi wake ni uzima na wokovu kwa wote anaojumuika nao. Atahisi jukumu la kipekee la kufundisha maarifa anayopokea. Maisha yake yataonyesha msaada na nguvu anazopata kutokana na kuwasiliana na kuungana na Neno la Mungu. Utakaso wa

Roho utaonekana katika fikra, maneno, na matendo. Kila anachosema na kila anachofanya kitatangaza kwamba Mungu ni nuru, na katika Yeye hakuna giza lolote. Kuhusu hao, Bwana Yesu kweli anaweza kusema, “Ninyi ni watendakazi pamoja na Mungu.” {CHSw 372.1}

VIGEZO VINAHITAJIKA

Nilioneshwa kuwa matabibu na wauguzi wanapaswa kuwa wenye upeo wa juu, wale ambao wana ujuzi wa kivitendo wa Ukweli kwa vitendo, ambao wataamuru heshima, na ambao neno lao linaweza kutegemewa. Wanapaswa kuwa watu ambao hawana mawazo dhaifu au yenye ugonjwa, watu ambao wana udhibiti kamili katika kuikana nafsi, ambao hawayumbi wala kubadilika, ambao hawana wivu wala mawazo yenye ugonjwa, watu ambao wana nguvu ya kamili kujikana nafsi, wasioyumbayumba, na kubadilika-badilika au kutotegemeka, ambao hawana ubaguzi, ambao hawashuku wengine ubaya wowote, watu wenye nguvu ya nia ambao hawatajisalimisha na kusitasita hata kidogo, wasio na ubaguzi, wasiofikiria uovu, watu wenye fikra na wanaosogea kwa utulivu, ukarimu na busara wakiwa na utukufu kwa Mungu na mema kwa wengine mbele yao. Kamwe mtu hapaswi kuinuliwa kwenye nafasi ya uwajibikaji kwa sababu tu anaitamani nafasi hiyo. Wanapaswa kuchaguliwa watu ambao wamekidhi kuwa katika nafasi hiyo. Wale ambao watachaguliwa kutabeba majukumu wanapaswa kwanza kudhibitishwa na kutoa ushahidi kwamba hawana wivu, kwamba hawamtachukia huyu au yule au kuchukia hiki au kile, wakati wana marafiki wachache wanaowapenda (wanaowafeva) na kutowajali au kuwasaidia wengine. Mungu ampe kila mtu kuenenda kwa usahihi tu katika taasisi hiyo. **—Testimonies for the Church 1:567 (1867).** {CHSw 372.2}

KUOMBEA WAGONJWA

[Our Camp Meetings, Kurasa 44-48 (1892)]

Katika suala la kuwaombea wagonjwa..... nimekuwa nikitafakari mambo mengi ambayo yamewahi kuwasilishwa kwangu huko nyuma kwa kurejelea somo hili. {CHSw 373.1}

> Tuseme kwamba wanaume na wanawake ishirini wangejitokeza wakiomba waombewe katika moja ya mikutano yetu mikubwa ya hema, jambo hili si la ajabu, kwa kuwa wale wanaoteseka wako tayari kufanya lolote lililo katika uwezo wao ili kupata nafuu na kurejesha nguvu na afya. Miongoni mwa hao ishirini, wachache sana wamezingatia nuru ya Ukweli kuhusu usafi na matengenezo ya mtindo wa maisha ya a. Wamepuuza kutenda kanuni sahihi katika kula na kunywa na katika kuitunza miili yao. Na baadhi ya walio katika ndoa wameendekeza tabia chafu zinazochukiza,na kuendekeza mazoea yasiyo matakatifu; na kati ya wasiooa au kuolewa, wengine wamekuwa wazembe kuhusu afya na uhai wao, ilhali nuru imewaangazia kwa wazi; lakini hawakuheshimu nuru hiyo, wala hawakutembea kwa uangalifu. Hata hivyo, bado wanaomba maombi ya watu wa Mungu na kuwaita wazee wa kanisa. {CHSw 373.2}

Endapo wangepona na kupata baraka ya afya, wengi wao wangeendelea katika mwenendo uleule wa uvunjaji wa sheria za asili kwa kutojali, isipokuwa tu waangaziwe nuru na kubadilisha kikamilifu.... {CHSw 373.3}

Dhambi imewapelekea wengi wao hapo walipo sasa—katika hali ya udhaifu wa akili na kuzorota kwa mwili. Je, maombi yainuliwe kwa Mungu wa mbinguni mara moja ili uponyaji Wake uwajie papo hapo, bila kubainisha masharti yoyote? Nasema, Hapana,

kwa hakika hapana. Basi, kifanyike nini? Wasilisha kesi zao mbele za Yeye anayemjua kila mtu kwa jina. {CHSw 373.4}

Wapeni watu wanaokuja kuomba maombi yenu mawazo haya: Sisi ni wanadamu; hatuwezi kusoma mioyo wala kujua siri za maisha yenu. Haya yanajulikana kwenu wenyewe tu na kwa Mungu pekee. Ikiwa sasa mnatubu dhambi zenu, ikiwa yoyote kati yenu anaona kwamba kwa namna yoyote amekwenda kinyume na nuru aliyopewa na Mungu na amepuuza kuliheshimu hekalu (mwili) la Mungu, bali kwa mazoea mabaya, ameudhalilisha mwili ulio mali ya Kristo—fanyeni ungamo la mambo haya kwa Mungu. Isipokuwa Roho Mtakatifu atende kwa namna ya pekee kufunua dhambi zenu zenye asili ya faragha kwa wanadamu, msimwambie mtu yeyote habari hizo. {CHSw 373.5}

Kristo ni Mkombozi wako; Yeye Hatachukua faida kutokana na ungamo lako la unyenyekevu. Ikiwa una dhambi yenye asili ya faragha, iungame kwa Kristo, ambaye Ndiye Mpatanishi pekee kati ya Mungu na mwanadamu. *Na kama mtu akitenda dhambi tunaye Mwombezi kwa Baba, Yesu Kristo Mwenye haki* 1 Yohana 2:1 Iwapo umetenda dhambi kwa kumnyima Mungu mali Yake kupitia zaka na sadaka, ungama hatia yako kwa Mungu na kwa kanisa, na utii onyo alilokupa: *Leteni zaka kamili ghalani*, Malaki 3:10 {CHSw 374.1}

Uzoefu wa Heshima Kuu

Kuombea wagonjwa ni jambo la adhimu, na hatupaswi kuingia katika kazi hii kwa uzembe au kwa haraka. Uchunguzi unapaswa kufanywa ili kubaini iwapo wale wanaotamani kubarikiwa kwa kuponywa wamejihusisha na kuzungumza maneno ya uovu, uhasama, malumbano, na migogoro. Je, wametawanya mbegu za mafarakano kati ya ndugu na dada wa kanisa? Ikiwa mambo haya yamefanywa, yanapaswa kukiriwa mbele za Mungu na mbele ya kanisa. Makosa yakishakiriwa, mada ya maombi yaweza kuwasilishwa mbele za Mungu kwa dhati na bidii na kwa imani, kadiri Roho

wa Mungu anavyowaongoza. {CHSw 374.2}

Lakini si salama daima kuomba uponyaji usio na masharti. Sala yako na ijumuishe wazo hili:

“Bwana, Wewe wajua siri zote za moyoni mwa mtu. Wewe wawajua watu hawa; kwa kuwa Yesu, Mwombezi wao, alitoa uhai Wake kwa ajili yao. Yeye Anawapenda zaidi ya vile sisi tunavyoweza kuwapenda. Kwa hiyo, ikiwa ni kwa ajili ya utukufu Wako na kwa mema ya hawa waliopata mateso, kuwainua tena katika afya, twakuomba kwa Jina la Yesu, kwamba uponyaji uwajilie wakati huu.” Katika maombi ya namna hii, hakuna upungufu wa imani unaodhihirishwa. {CHSw 375.1}

Maombolezo 3:33 “***Maana moyo Wake haupendi kuwatesa wanadamu. Wala kuwahuzunisha.”*** **Zaburi 103:13-14** ***Kama vile baba awahurumiavyo watoto wake, Ndivyo Bwana anavyowahurumia wamchao. Kwa maana Yeye anatujua umbo letu, Na kukumbuka ya kuwa sisi tu mavumbi. Yeye*** Anaujua moyo wetu, kwa maana Yeye husoma siri zote za nafsi. Yeye Anajua iwapo wale ambao wanaombewa wangeweza kustahimili jaribu na kujaribiwa ambako kungewajia kama wangeendelea kuishi. Yeye Anajua mwisho tangu mwanzo. Wengi watawekwa kupumzika usingizi wa mauti kabla ya kuja kwa jaribio la moto la wakati wa taabu itakayoijilia dunia yetu. Hii ni sababu nyingine kwa nini baada ya kuwasilisha maombi yetu dhati na bidii tunapaswa kusema: **Luka 22:42** ***walakini si mapenzi Yangu, bali Yako yatendeke***. "Sala ya namna hiyo haitahesabiwa mbinguni kuwa ni sala isiyo na imani. {CHSw 375.2}

Mtume aliagizwa kuandika," ***Naam, asema Roho, wapate kupumzika baada ya taabu zao; kwa kuwa matendo yao yafuatana nao***. **Ufunuo 14:13** “Kutokana na hili tunaweza kuona kwamba si wote wanaopaswa kuponywa na kunyanyuka kutoka vitandani; na ikiwa hawaponywi kiafya, hawapaswi kuhukumiwa kuwa hawastahili uzima wa milele. Ikiwa Yesu, Mkombozi wa ulimwengu, aliomba,” ***Baba Yangu,***

ikiwezekana, kikombe hiki kiniepuke; walakini si kama nitakavyo Mimi, bali kama utakavyo Wewe. **Mathayo 26:39** Ni jinsi gani inavyofaa kabisa kwa wanadamu wenye ukomo, kujisalimisha vivyo hivyo kwa hekima na mapenzi ya Mungu. {CHSw 375.3}

Kulingana na Mapenzi Yake

Katika kuwaombea wagonjwa, tunapaswa kuomba kwamba, ikiwa ni mapenzi ya Mungu, wapate kuponywa na kurejea katika afya; bali ikiwa sivyo, awape neema Yake ya kuwafariji, na uwepo Wake wa kuwategemeza katika mateso yao. {CHSw 376.1}

Wengi ambao walipaswa kutengeneza nyumba zao na kupanga mambo yao ya kifamilia, wanapuuza kufanya hivyo kwa kuwa na tumaini la kupokea uzima kupitia maombi. Wakiwa wameshikwa na tumaini la uongo, hawaoni haja ya kutoa maneno ya mausia na shauri kwa watoto wao, wazazi, au marafiki, na hili huwa ni hasara kubwa. Kwa kukubali hakikisho kwamba wataponywa wanapoombewa, hawathubutu kueleza jambo lolote kuhusu namna mali yao itakavyogawanywa, jinsi familia yao itakavyohudumiwa, au kueleza matakwa yao katika mambo ambayo wangesema iwapo wangejua kwamba wangekatwa kwa mauti. Kwa njia hii, madhara makubwa huwapata familia na marafiki, kwa maana mambo mengi ambayo yalipaswa kufahamika hubaki bila kusemwa, kwa sababu ya kuogopa kwamba kuyataja kungeonekana kama kukanusha imani yao. Wakiamini kwamba watarejeshwa katika afya kwa maombi, hushindwa kutumia njia za kiafya zilizoko katika uwezo wao, wakiogopa kwamba kufanya hivyo kutakuwa ni kukanusha imani yao. {CHSw 376.2}

Namshukuru Bwana kwa kuwa ni fursa yetu kushirikiana Naye katika kazi ya kurejesha afya, tukitumia kikamilifu manufaa yote yanayopatikana kwa ajili ya kupona. Si kukanusha imani yetu kujiweka katika hali bora zaidi kwa ajili ya kupona. {CHSw

376.3}

KUJITOA NA IMANI

Testimonies for the Church 2:146-149 (1868)

Katika maswala kama hayo ya mateso ya ugonjwa, ambapo Shetani anatawala akili, kabla ya kuanza maombi lazima kuwe na chumba cha faragha cha kujitathmini kugundua kama hakuna dhambi inayohitaji kutubiwa, iungamwe, na kuachwa. Unyenyekevu wa kina wa moyo mbele za MUNGU ni wa lazima, na uimara, unyenyekevu wenye kutegemea juu ya thamani ya damu ya KRISTO pekee. Kufunga na kuomba hakutakamilisha kitu wakati moyo umetengwa mbali na MUNGU kwa mwenendo mbaya na matendo.

"Je hii siyo swaumu niliyoichagua? Kufungua vifungo vya uovu, kuacha mizigo mizito na kuwaachilia walioonewa wawe huru, na kwamba mvunje kila nira, Je si kuwapatia wenye njaa chakula chako, na kuwaleta nyumbani kwako maskini waliofukuzwa? Wakati unapomuona aliye uchi, wewe umvike, na usijifiche na ndugu wa damu moja nawe" "ndipo utakapoita, na BWANA atajibu, ndipo utakapolia Naye atasema Mimi hapa. Kama ukiiondoa nira isiwepo kati yako, wala kunyosha kidole, wala kunena maovu; na kama ukimkunjulia mtu mwenye njaa nafsi yako, na kuishibisha nafsi iliyoteswa; ndipo nuru yako itakapopambazuka gizani; na kiwi chako kitakuwa kama adhuhuri: Naye BWANA atakuongoza daima, ataishibisha nafsi yako mahali pasipokuwa na maj, na kuitia nguvu mifupa yako nawe utakuwa kama bustani iliyotiwa maji na kama chemichemi ambayo maji yake hayapungui." Isaya 58:6, 7, 9-11. {CHSw 377.1}

1

Ni kazi ya moyo ndiyo BWANA anahitaji, matendo mema

yakichipua kutoka katika moyo uliojazwa upendo. Wote lazima kwa uangalifu na kwa kuomba wafikirie Maandiko ya hapo juu, na wachunguze nia zao na matendo. Ahadi ya MUNGU kwetu ni ya sharti la utii, kukubali matakwa Yake yote. “Piga kelele” anasema nabii Isaya, “usiache, paza sauti yako kama tarumbeta, na uwaoneshe watu Wangu kosa lao, na nyumba ya Yakobo dhambi zao. Huku wakinitafuta Mimi kila siku, na kufurahi kujua njia Zangu, kama vile taifa ambalo limetenda haki, na halijaacha maagizo ya MUNGU wao, wananiuliza Mimi maagizo ya haki; hufurahi kumkaribia MUNGU. Ambapo husema mbona tumefunga, lakini huoni? Mbona tumejitesa nafsi zetu, lakini huelewi? Isaya 58:1-3.... {CHSw 377.2}

Imani na Utulivu

Nilioneshwa kwamba kuhusiana na swala la ugonjwa, ambapo njia ipo wazi kwa maombezi kwa ajili mgonjwa, jambo hilo lazima kubabidhiwa kwa MUNGU katika imani tulivu, siyo kwa kimbunga cha msisimko. Yeye peke Yake Ndiye anajua maisha ya nyuma ya mtu, Yeye anajua nini itakuwa hatima ya mtu huyo mbeleni. Yeye ambaye anajua mioyo yote ya watu, anajua endapo mtu kama atanyanyuliwa atalitukuza Jina Lake ama kumuaibisha Yeye kwa kurudi nyuma na uasi. Yote tunayohitajika kufanya ni kuomba kuwainua wagonjwa kama kwa kupatana na mapenzi, tukiamini kwamba anasikia nia ambayo tunawasilisha na kutoa maombi ya dhati. Kama BWANA ataona itamtukuza vyema, atajibu maombi yetu. lakini kushurutisha urejeshwaji bila kujikabidhi kwa mapenzi Yake siyo sahihi. {CHSw 377.3}

Kile MUNGU anachoahidi, anaweza kufanya katika wakati wowote, na kazi ambayo huwapa watu Wake kuifanya anaweza kuikamilisha kupitia wao. Kama wataishi kulingana na kila asemalo Bwana, kila Neno zuri na ahadi itakamilishwa kwao. Lakini kama watakosa utii kamili, ahadi kubwa na za thamani zipo mbali, na haziwezi kufikia hatima yake. {CHSw 378.1}

Yote ambayo yanaweza kufanywa katika kuomba kwa ajili ya wagonjwa ni kumwomba MUNGU kwa dhati na bidii kwa niaba yao, maombi yasiyochoka, na katika imani kamili kuacha jambo hilo mikononi Mwake. Kama tukiendekeza uovu mioyoni mwetu BWANA hatatusikia. Anaweza kutenda kile atakacho Mwenyewe na watu Wake. Atajitukuza Mwenyewe kwa kutenda ndani yao na kupitia wale ambao wanamfuata kwa ukamilifu, ili kwamba ijulikane kwamba ni BWANA na kazi zao zimetendwa katika Yeye. {CHSw 378.2}

Imani na Utii

Alisema KRISTO “kama mtu yoyote atanitumikia Mimi, huyo BABA Yangu atamheshimu” tunapokuja Kwake tunatakiwa kuomba kwamba tuweze kuingia na kukamilisha mapenzi Yake, na kwamba matamanio yetu na maslahi yetu yazame katika Yeye. Lazima tukiri na tutambue ukubali wetu kwa mapenzi Yake, na siyo kumuomba Yeye kukubaliana na ajenda yetu. Ni bora kwetu kwamba MUNGU hajibu mara zote maombi yetu wakati tunapotaka, na kwa jinsi tunavyotaka. Yeye Atatufanyia mengi na mema mno kwetu tena zaidi ya matamanio ya maombi yetu yote, maana hekima yetu ni upuuzi. {CHSw 378.3}

Tumeuunganika katika maombi ya dhati karibu na kitanda cha wagonjwa wanaume, wanawake, na watoto, na tumeona kwamba walirejeshwa kwetu kutoka kifoni kama jibu la maombi yetu ya dhati. Katika maombi haya tulifikiri kuwa ni lazima tuwe chanya na kuifanyia kazi Imani yetu, na tusiombe chochote isipokuwa uzima/kupona. Hatukuthubutu kusema, “kama itamtukuza MUNGU,” tukihofia kuwa ingekiri kuonesha shaka kwetu. Kwa hamu tumetazama wale ambao wamesharejeshwa, kama vile kutoka kwa wafu. Tumewaona baadhi ya hawa, hasa vijana, wakirejeshwa katika afya, na wamemsahau MUNGU, wamekuwa chukizo kwa maadili

mabaya katika maisha, wakisababisha huzuni na maumivu kwa wazazi na marafiki, na wamekuwa fedheha kwa wale waliohofu kuomba. Wameishi bila kumheshimu na kumtukuza MUNGU, ila kumkufuru Yeye kwa maisha ya uovu. {CHSw 378.4}

Hatutafuti njia zetu tena, wala kutafuta kumletea BWANA matakwa yetu. Kama maisha ya wagonjwa yataweza kumtukuza Yeye, tunaomba kwamba waweze kuishi; hata hivyo siyo kama sisi tutakavyo bali kama Bwana atakavyo. Imani yetu yaweza kuwa tu imara, na ya kutegemewa, kwa kukabidhi matamanio yetu kwa MUNGU, Mwenye hekima yote, bila joto la mifadhaiko, na katika Imani timilifu, tukitumaini yote Kwake. Tunayo ahadi. Tunajua Yeye anatusikia kama tukiomba sawasawa na mapenzi Yake. {CHSw 379.1}

Maombi yetu lazima yasichukue mfumo wa kuamrisha, lakini yawe maombezi Kwake Yeye kufanya mambo tumuombayo. Wakati kanisa linapoungana pamoja, litakuwa na nguvu na uwezo; lakini wakati baadhi yao wanapoungana na ulimwengu, na wengi wanapelekwa katika kutamani, jambo ambalo MUNGU huchukizwa, anaweza kufanya kwa ajili yao, lakini kwa udogo tu. Kutokuamini na dhambi vinawafungia mbali na MUNGU. Tu wadhaifu sana hata hatuwezi kuhimili mafanikio ya kiroho, tusije tukachukua utukufu, na kujitwalia wema na haki nafsini mwetu wenyewe kama sababu ya ishara ya mbaraka wa MUNGU, wakati yote ilikuwa kwa sababu ya neema kubwa na fadhili za BABA yetu wa mbinguni Mwenye huruma, na si kwa sababu ya wema wowote uliopatikana ndani yetu. **[Testimonies for the Church 2:146-149 (1868).]** {CHSw 379.2}

IMANI NA MATENDO

[Health, Philanthropic, and Medical Missionary Work, 51-54 (1892).]

Katika kuwaombea wagonjwa, ni jambo la msingi kuwa na imani; kwa kuwa jambo hili lipo sawasawa na Neno la Mungu. **Yakobo 5:16** “***Kuomba kwake mwenye haki kwafaa sana, akiomba kwa bidii”.*** Hatuwezi kuacha kuomba kwa ajili ya wagonjwa, na tunapaswa kuhisi huzuni kuu iwapo tungekuwa hatuna fursa ya kumkaribia Mungu, tukimwekea mbele Yake udhaifu wetu na mapungufu yetu yote, tukimweleza Mwokozi Mwenye huruma mambo haya yote, tukiamini kwamba anasikia maombi yetu. Wakati mwingine majibu ya maombi yetu huja mara moja; wakati mwingine tunapaswa kusubiri kwa uvimilivu na kuendelea kusihi kwa dhati na bidii kwa mambo tunayoyahitaji, hali yetu ikifafanuliwa na mfano wa yule rafiki aliyeomba mkate usiku wa manane. “Ni nani kati yenu atakayekuwa na rafiki, akamwendea usiku wa manane, akamwambia…,” n.k. Somo hili lina maana kubwa kuliko tunavyoweza kufikiri. Tumeagizwa kuendelea kuomba, hata kama hatuoni jibu la haraka kwa maombi yetu. "***Nami nawaambia, Ombeni, nanyi mtapewa; tafuteni, nanyi mtaona; bisheni, nanyi mtafunguliwa. Kwa kuwa kila aombaye hupokea; naye atafutaye huona; naye abishaye atafunguliwa.***“ **(Luka 11:9, 10).** {CHSw 380.1}

Tunahitaji neema, tunahitaji kuangaziwa na Bwana, ili kupitia kwa Roho tuweze kujua jinsi ya kuomba kwa ajili ya mambo tunayoyahitaji. Ikiwa maombi yetu yamechochewa na Bwana, hakika Yeye atayajibu. {CHSw 380.2}

Kuna ahadi za thamani katika Maandiko kwa wale wanaomngoja Bwana. Sisi sote hutamani majibu ya haraka kwa maombi yetu, na hujaribiwa kukata tamaa iwapo hatupati jawabu mara moja. Lakini, kwa uzoefu wangu nimejifunza kwamba huu ni upungufu mkubwa. Kicheleweshwacho ni kwa faida

yetu maalumu. Tunapewa nafasi ya kuona kama imani yetu ni ya kweli na ya dhati, au ni ya kubadilika kama mawimbi ya bahari. Ni lazima tujifunge wenyewe juu ya madhabahu kwa kamba imara za imani na upendo, tukimruhusu uvumilivu kufanya kazi yake kamilifu. Imani huimarishwa kwa mazoezi ya kudumu. Kusubiri huku hakuimaanishi kwamba kwa kuwa tumemuomba Bwana atuponye, basi sasa hakuna kitu cha sisi kufanya. Kinyume chake, tunapaswa kutumia kwa njia bora zaidi yale yote ambayo Bwana, kwa wema wake, ametupatia kwa ajili ya mahitaji yetu. {CHSw 380.3}

Nimeona mara nyingi sana mambo yakipelekwa kwa njia ya kupititiliza katika maombi kwa ajili ya wagonjwa, kiasi kwamba nimehisi eneo hili la uzoefu wetu linahitaji tafakari ya kina, imara na iliyosafishwa na Roho, ili tusije tukasogea mbele kwa matendo ambayo sisi tunayaona kuwa ni imani, kumbe kwa hakika si chochote zaidi ya majivuno/ujuvi na kujitupa kiholela. Watu waliodhoofishwa kwa magonjwa wanapaswa kushauriwa kwa hekima, ili wajongee kwa busara; na wanapojikabidhi mbele za Mungu kuombewa wapate kuponywa, wasichukue msimamo wa kupuuza njia za kurejesha afya ambazo ziko kwa mujibu wa sheria za asili. {CHSw 381.1}

Iwapo mtu atachukua msimamo kwamba katika kuomba uponyaji hapaswi kutumia tiba rahisi ambazo Mungu mwenyewe amezitoa ili kupunguza maumivu na kusaidia asili katika kazi yake, kwa hofu kwamba kufanya hivyo ni kukanusha imani, mtu huyo anachukua msimamo usio na busara. Hii siyo kukanusha imani; bali ni kulingana kabisa na mipango ya Mungu. Wakati Hezekia alipokuwa mgonjwa, nabii wa Mungu alimletea ujumbe kwamba atakufa. Akamlilia Bwana, Naye Bwana akasikia kilio cha mtumishi Wake, akafanya muujiza kwa ajili yake, na kumpelekea ujumbe kwamba miaka kumi na mitano itaongezwa katika maisha yake. Sasa, neno moja tu kutoka kwa Mungu, au kuguswa na kidole cha Mungu, kingemtibu Hezekia papo hapo; lakini maelekezo maalum yalitolewa ya

kuchukua tini na kuiweka juu ya sehemu iliyoathirika, ndipo Hezekia akapewa uzima tena. Katika mambo yote tunapaswa kutembea katika mstari wa majaliwa/uongozi wa Mungu. {CHSw 381.2}

Wakala wa kibinadamu anapaswa kuwa na imani na kushirikiana na nguvu ya Mungu, akitumia kila njia aliyo nayo, na kuchukua fursa ya kila kitu ambacho kwa akili yake anaona ni chenye manufaa, akifanya kazi kwa ulinganifu na sheria za asili; na kwa kufanya hivi, hakatai wala hazuii imani. {CHSw 382.1}

MOYO WA SHUKRANI KWA AJILI YA AFYA

Ni mara ngapi wale walio na afya husahau rehema nzuri ambazo zinaendelea kwao siku hadi siku, mwaka baada ya mwaka. Hawatoi shukrani kwa Mungu kwa fadhili Zake zote. Lakini wakati ugonjwa unapokuja, Mungu anakumbukwa. Shauku kubwa ya kupona husababisha sala ya dhati, na hii ni sawa. Mungu Ndiye kimbilio letu katika magonjwa na katika afya. Lakini wengi hawampelekei mambo au kesi zao; wanahimiza udhaifu na magonjwa kwa kujiongezea wasiwasi. Laiti wangeacha tabia ya manung'uniko, sonona na kutoridhika, wangeinuka juu ya unyogovu na huzuni, uponyaji wao ungekuwa wa uhakika zaidi. Wanapaswa kukumbuka kuwa na shukrani kwa muda waliofurahia baraka ya afya; na endapo fadhila hii ya thamani itarejeshwa kwao, hawapaswi kusahau kwamba wako chini ya majukumu mapya kwa Muumbaji wao. Wakati wale wakoma kumi walipoponywa, ni mmoja tu ndiye aliyerudi kumtafuta Yesu na kumpa utukufu. Hebu tusiwe kama wale tisa wasio fikiria, ambao mioyo yao haikuguswa na huruma ya Mungu. **—Testimonies for the Church 5:315 (1885).** {CHSw 382.2}

MVUTO WA DAKTARI

[Testimonies for the Church 4:566-569 (1881.]

Nimeoneshwa kwamba Madaktari wanapaswa kuja katika uhusiano wa karibu na Mungu na kusimama, na kufanya kazi kwa dhati na bidii katika nguvu Zake. Wana sehemu wanayowajibika kutenda. Siyo tu maisha ya wagonjwa, lakini pia roho zao ziko hatarini. Wengi wanaonufaika kimwili wanaweza, wakati huohuo, kusaidiwa sana kiroho. Afya ya mwili na wokovu wa roho kwa kiwango kikubwa inategemea mwenendo wa matabibu. Ni matokeo ya hali ya juu kwamba wako sahihi; kwamba hawana ujuzi wa kisayansi tu, bali ujuzi wa mapenzi na njia za Mungu. Wajibu mkubwa upo juu yao. {CHSw 383.1}

Ndugu zangu, mnapaswa kuona na kuhisi wajibu wenu na, kwa kuzingatia hilo, zinyenyekezeni nafsi zenu mbele za Mungu na kumsihi kwa ajili ya hekima. Hamjatambua ni kiasi gani wokovu wa roho za wale ambao mnatafuta kuwaletea unafuu wa mateso ya miili yao, hutegemea maneno yenu, matendo yenu na mwenendo wenu. Mnafanya kazi ambayo lazima itapita kwenye mtihani wa hukumu. Mnapaswa kuzilinda nafsi zenu kutokana na dhambi za ubinafsi/uchoyo, kujitosheleza, na kujiamini. {CHSw 383.2}

Chota Maji Toka Katika Chemchemi

Mnapaswa kuhifadhi heshima ya Kweli ya Kikristo, huku mkiepuka kuathiriwa (kwa ubaya). Iweni waaminifu kabisa katika moyo na maisha. Hebu imani, kama mtende, iingize mizizi yake inayopenya chini ya vitu vinavyoonekana, na ipate burudisho la kiroho kutoka katika chemchemi hai za neema na huruma ya Mungu. Kuna kisima cha maji ambayo yanabubujikia uzima wa milele. Mnapaswa kuyaleta maisha yenu kutoka kwenye chemchemi hii iliyofichwa.

Mkijitenga na ubinafsi, na kuimarisha nafsi zenu kwa mawasiliano endelevu na Mungu, mnaweza kukuza furaha ya wote mnaokutana nao. Macho yenu yatawaona waliopuuzwa, waelimisheni wajinga, watieni moyo walioonewa na waliokata tamaa, na, kadri inavyowezekana, waondoleeni mateso wanadamu wanaosumbuka. Na hamtawaelekeza tu kwenda katika njia yambinguni, bali mtatembea katika njia hiyo ninyi wenyewe. {CHSw 383.3}

Msiridhike na maarifa ya juu juu. Msifurahishwe na kusifiwa kwa kudanganywa, wala msifadhaike kwa kutafutiwa makosa. Shetani atawashawishi mfuatie njia hiyo ili mpate kuabudiwa na kudekezwa, lakini ninyi mnapaswa kuachana na hila zake. Ninyi ni watumishi wa Mungu aliye hai. {CHSw 384.1}

Kuhusiana kwenu na wagonjwa ni mchakato wa kuchosha na kungekausha polepole chemchemi za uzima ikiwa pasingekuwa na mabadiliko, hakuna fursa ya maburudisho, ikiwa malaika wa Mungu hawakuwaongoza na kuwalinda. Kama mngeweza kuona hatari nyingi ambazo kwazo mnaongozwa mchepuke kwa usalama kila siku na hawa wajumbe wa mbinguni, shukrani ingechipuka mioyoni mwenu na mngepata usemi wa kueleza kutoka midomoni mwenu. Mkimfanya Mungu kuwa nguvu yenu, mnaweza, chini ya hali zenye kukatisha tamaa zaidi, kufikia urefu na upana wa ukamilifu wa Kikristo ambao hamfikirii kuwa mnaweza kuufikia. Mawazo yenu yanaweza kuinuliwa, mnaweza kuwa na matamanio mazuri na bora, mitazamo iliyo wazi ya Ukweli, na makusudi ya kutenda ambayo yatawainua juu ya nia zote mbaya. {CHSw 384.1}

Mawazo na matendo yote yatahitajika ikiwa mnataka kufikia ukamilifu wa tabia. Mnapoletwa karibu na ulimwengu, mnapaswa kuwa macho ili msitafute kwa bidii sana kusifiwa/kupigiwa makofi na watu na kuishi kwa maoni yao. Tembeeni kwa uangalifu ikiwa mnataka kutembea salama; 1 sitawisheni neema ya unyenyekevu, na tundikeni roho zenu zisizojiweza juu ya Kristo. Mnaweza kuwa, kwa

kila maana, watu wa Mungu. Katikati ya machafuko na majaribu katika umati wa kidunia mnaweza, kwa utamu kamili, kuweka uhuru wa nafsi. {CHSw 384.2}

Ushirika wa Kila Siku na Mungu

Ikiwa mko katika ushirika wa kila siku na Mungu mtajifunza kuweka makadirio Yake juu ya wanadamu, na wajibu ulio juu yenu wa kuwabariki wanadamu wanaoteseka utakutana na jibu la hiari. Ninyi sio mali yenu wenyewe; Bwana wenu ana madai matakatifu juu ya mapenzi yenu na huduma za juu kabisa za maisha yenu. Yeye Ana haki ya kuwatumia, katika miili yenu na katika roho zenu, kwa kadri ya uwezo wenu kamili, kwa heshima na utukufu Wake Mwenyewe. Misalaba yoyote ambayo mnaweza kuhitajika kuibeba, kazi yoyote au mateso yoyote ambayo yamewekwa juu yenu kwa mkono Wake, mnapaswa kukubali bila manung'uniko. {CHSw 385.1}

Wale mnaowafanyia kazi ni ndugu zenu katika dhiki, watu wanaosumbuliwa na matatizo ya kimwili na ukoma wa kiroho wa dhambi. Ikiwa ninyi ni bora zaidi kuliko wao, sifa hiyo itapewa msalaba wa Kristo. Wengi hawana Mungu, na hawana matumaini duniani. Wana hatia, ni wapotovu, na wameshushwa hadhi, wakiwa watumwa wa hila za Shetani. Lakini hawa ndio ambao Kristo alikuja kutoka mbinguni ili kuwakomboa. Ni walengwa wa, sikitiko kubwa, rehema, huruma nyororo na juhudi zisizo na kuchoka; kwa maana wako ukingoni na katika harakati ya uharibifu. Wanateseka kwa tamaa mbaya zisizoweza kuridhishwa, tamaa zisizoweza kutawalika, na hukumu kutoka kwa dhamiri zao wenyewe; wana huzuni katika kila maana ya neno hili, kwa kuwa wanapoteza uwezo wao juu ya maisha haya na hawana tarajio la maisha yajayo. {CHSw 385.2}

Uwe na utendaji Hai na Uwe Macho

Mna uwanja muhimu wa kazi, na unapaswa kuwa hai na macho, ukitoa utiifu kwa moyo mkunjufu na utii kamili kwa mwito wa Bwana. Sikuzote kumbukeni kwamba jitihada zenu za kuwarekebisha wengine zinapaswa kufanywa katika roho ya fadhili isiyoyumbayumba. Hakuna kinachoweza kupatikana kwa kujiweka kando kutoka kwa wanadamu ambao mngeweza kuwasaidia. Mnapaswa kuweka mbele ya akili za wagonjwa Ukweli kwamba katika kupendekeza matengenezo ya tabia na desturi zao, basi mnawasilisha mambo ambayo si ya kuwaangamiza bali kuwaokoa; kwamba, huku wakitoa kile ambacho wamekithamini na kukipenda hadi sasa, wanapaswa kujenga juu ya msingi ulio salama zaidi. Ingawa matengenezo ni lazima yaletwe kwa uthabiti na kuazimia sura zote za ubaguzi au roho ya udikteta zinapaswa kuepukwa kwa uangalifu. Kristo ametupatia masomo ya thamani ya saburi, ustahimilivu, na upendo. Ujeuri/kushushua siyo nguvu; wala udikteta, siyo ushujaa. Mwana wa Mungu alikuwa na ushawishi. Alidhihirishwa ili kuwavuta watu wote Kwake. Wafuasi Wake lazima wajifunze maisha Yake kwa ukaribu zaidi na watembee katika nuru ya mfano Wake, kwa dhabihu yoyote ya kujitolea nafsi. Matengenezo, matengenezo ya daima, lazima yawekwe mbele ya watu; na mfano wenu unapaswa kutekeleza mafundisho yenu. **[Testimonies for the Church 4:566-569 (1881).]** {CHSw 385.3}

UTII NA FURAHA

Hebu na iwekwe daima mbele ya akili kwamba kusudi kuu la matengenezo ya afya ni kupata maendeleo ya juu zaidi ya akili, nafsi, na mwili. Sheria zote za asili—ambazo ni sheria za Mungu—zimekusudiwa kwa ajili ya mema yetu. Utii kwa sheria hizo utakuza furaha yetu katika maisha haya na pia utatusaidia katika maandalizi ya maisha yajayo. **—Christian Temperance and Bible Hygiene, 120**

(1890). {CHSw 386.1}

SEHEMU YA 8—WAUGUZI NA WASAIDIZI
MBINU ZA YESU KUFUATWA

[The Review and Herald, December 24, 1914.]

Kutokana na mbinu za Kristo za kufanya huduma tunaweza kujifunza masomo yenye thamani kuu. Yeye Hakuongozwa kufuata njia moja tu ya kufanikisha kazi yake; kwa namna mbalimbali Alitafuta kuvuta usikivu wa makutano, na baada ya kufanikisha jambo hili, aliwatangazia Ukweli wa Injili. Kazi Yake kuu ilikuwa kuwahudumia maskini, wahitaji, na wasio na elimu. Kwa unyenyekevu Alifungua mbele yao baraka ambazo wangeweza kupokea, na kwa njia hiyo akaamsha ndani yao njaa ya Ukweli, yaani mkate wa uzima. {CHSw 387.1}

Maisha ya Kristo ni kielelezo kwa wafuasi Wake wote, yakionesha wajibu wa wale waliopata kujua njia ya uzima kuwafundisha wengine, maana ya kuamini Neno la Mungu. Wengi sasa wako chini ya uvuli wa mauti, wakihitaji kufundishwa ukweli wa Injili. Dunia yote kwa kiasi kikubwa imelala katika uovu. Kwa kila muumini katika Kristo, Maneno ya tumaini yametolewa kwa ajili ya wale walioketi katika giza. **Mathayo 4:15-16** "***Nchi ya Zabuloni na nchi ya Naftali, Njia ya bahari, ng'ambo ya Yordani, Galilaya ya mataifa, Watu wale waliokaa katika giza Wameona mwanga mkuu, Nao waliokaa katika nchi na uvuli wa mauti Mwanga umewazukia***." {CHSw 387.2}

Vijana dhati na wenye bidii na waliojitoa, wanahitajika kuingia katika kazi kama wauguzi. Vijana wanapotumia kwa wataongezeka katika hawa wa kiume na wa kike uaminifu maarifa wanayoyapata, uwezo, wakizidi kufaa na kustahili

zaidi kuwa mkono wa msaada wa Bwana. {CHSw 387.3}

Bwana anahitaji wanaume na wanawake wenye hekima, wanaoweza kutenda katika wadhifa wa wauguzi, kuwatia moyo na kuwasaidia wagonjwa na wenye kuteseka. Laiti wote walio katika dhiki wangehudumiwa na madaktari na wauguzi wa Kikristo, ambao wangeweza kuwasaidia kuiweka miili yao iliyochoka na iliyojaa maumivu mikononi mwa Mponyaji Mkuu, wakimwangalia kwa imani kwa ajili ya kurejeshwa! Ikiwa kwa huduma ya busara na hekima, mgonjwa ataongozwa kumpa Kristo nafsi yake na kuleta mawazo yake chini ya utiifu wa mapenzi ya Mungu, ushindi mkuu umepatikana.... {CHSw 388.1}

Kuna nyanja nyingi za kazi zinazopaswa kufanywa na muuguzi mmishenari. Kuna fursa nyingi kwa wauguzi waliopata mafunzo bora kuingia majumbani mwa watu na hapo kujaribu kuamsha shauku ya ukweli. Karibu kila jamii ina idadi kubwa ya watu ambao hawatakubali kufundishwa Neno la Mungu, wala kuhudhuria ibada yoyote ya kidini. Endapo watu hawa watafikiwa na Injili, sharti ifikishwe majumbani mwao. Mara nyingi kuridhisha mahitaji yao ya kimwili ndio njia pekee ya kufika mioyoni mwao. {CHSw 388.2}

Wauguzi wamishenari ambao wanawatunza wagonjwa na kupunguza mateso ya maskini, watapata fursa nyingi za kuomba pamoja nao, kuwalea kwa Maneno ya Mungu, na kuzungumzia Mwokozi. Wanaweza kuomba pamoja na kwa ajili ya wale wasio na msaada, ambao hawana nguvu ya kujizuia kutokana na uchu wa chakula ambao tamaa za dhahiri zimewapotosha. Wanaweza kuleta matumaini katika maisha ya wale walioshindwa na wenye moyo uliokata tamaa. Ufunuo wa upendo usio na ubinafsi, unaojitokeza katika matendo ya wema usiojifikiria binafsi, utarahisisha kwa wale wanaoteseka kuamini katika upendo wa Kristo. {CHSw 388.3}

Wengi hawana imani 1 kwa Mungu na wamepoteza imani

kwa wanadamu. Lakini wanathamini matendo ya huruma na msaada. Wakati wanapoona mtu anayekuja nyumbani mwao bila kusukumwa na heshima ya dunia au malipo, kuhudumia wagonjwa, kulisha wenye njaa, kuvalisha walio uchi, na kutia moyo walioteseka, huku akiwaleta wote kwa Yeye ambaye upendo Wake na sikitiko unawakilishwa na mtumishi wa binadamu kama mjumbe tu—wanapoona hili, mioyo yao huguswa. Shukrani huibuka; imani huchochewa. Wanaona kwamba Mungu anawajali na wapo tayari kusikiliza mafundisho ya Neno Lake. {CHSw 388.4}

Watenda kazi wa Injili Kuhudumia Wagonjwa

Iwe katika utume wa kigeni au katika eneo la nyumbani, wahusika wote wa utume, wanaume na wanawake, watapata urahisi mkubwa zaidi wa kufikia watu na pia utendaji wao utakuwa na tija zaidi ikiwa wataweza kutumikia wagonjwa. Wanawake wanaoenda kama wamishenari katika nchi zisizo za Kikristo wanaweza kupata fursa ya kufikisha Injili kwa wanawake walio katika nchi hizo, pale mlango mwingine wowote wa kuwafikia watu unapokuwa umefungwa. Watenda kazi wote wa Injili wanapaswa kujua jinsi ya kutoa tiba rahisi ambazo husaidia kupunguza maumivu na kuondoa magonjwa. {CHSw 389.1}

Watenda kazi wa Injili pia wanapaswa kuwa na uwezo wa kufundisha kanuni za maisha yenye afya. Ugonjwa upo kila mahali, na sehemu kubwa ya ugonjwa, inaweza kuepukika kwa kuzingatia sheria za afya. Watu wanahitaji kuona jinsi kanuni za afya zinavyoathiri ustawi wao, siyo tu kwa maisha ya sasa bali pia kwa maisha yajayo. Wanapaswa kuamshwa kuhusu wajibu wao kwa makazi ya binadamu yaliyoundwa na Muumba wao kama makazi yake, na juu yake, Naye Bwana anataka wawe wasimamizi/mawakili waaminifu. {CHSw 389.2}

Maelfu wanahitaji na wangepokea kwa furaha mafunzo kuhusu mbinu rahisi za kutibu wagonjwa, mbinu zinazochukua nafasi ya matumizi ya madawa yenye sumu (poisonous drugs).

Kuna haja kubwa ya mafunzo kuhusu matengenezo ya lishe. Tabia mbaya za kula na matumizi ya chakula kisicho na afya zinahusiana kwa kiasi kikubwa na ufisadi, uhalifu, huzuni na umasikini unaoulaani ulimwenguni. {CHSw 389.3}

Wakati wa kufundisha kanuni za afya, weka mbele ya akili lengo kuu la matengenezo—yaani, madhumuni yake ni kuhakikisha ukuaji bora wa mwili, akili, na roho. Onyesha kwamba sheria za asili, kwa vile ni sheria za Mungu, zimedhamiriwa kwa manufaa yetu; kwamba utii kwa sheria hizo unaleta furaha katika maisha haya, na kusaidia katika maandalizi ya maisha yajayo. {CHSw 390.1}

Hamasisha watu wajifunze kuhusu kiumbe hiki cha ajabu, yaani mfumo wa mwili wa mwanadamu, na sheria zinazouongoza. Wale wanaotambua ushahidi wa upendo wa Mungu, wanaoelewa kwa kiasi fulani hekima na wema wa sheria Zake pamoja na matokeo ya utii, wataanza kuangalia wajibu wao na dhamira zao kwa mtazamo ulio tofauti kabisa. Badala ya kuangalia kushika sheria za afya kama jambo la kujinyima au kujitoa mhanga, watazitazama kama zilivyo kwa kweli—baraka isiyo na kifani. {CHSw 390.2}

Fundisha Kanuni za Matengenezo ya Afya

Kila mhudumu wa Injili anapaswa kutambua kwamba kufundisha kanuni za maisha yenye afya ni sehemu ya kazi yake aliyoitiwa. Kazi hii inahitajika sana, na dunia iko tayari kuipokea kazi hii. {CHSw 390.3}

Kristo amewakabidhi wafuasi Wake kazi ya kibinafsi—kazi isiyoweza kufanywa kwa niaba ya mtu mwingine. Huduma kwa wagonjwa na maskini, na kuwapelekea waliopotea Injili, si jambo la kuachwa kwa kamati au mashirika ya misaada yaliyoandaliwa. Wajibu binafsi, jitihada za mtu mmoja mmoja, na kujikana nafsi,yaani mtu binafsi—ndivyo vinavyotakiwa na Injili. {CHSw 390.4}

Toka nje uende 1 barabarani na mipakani, ukawashurutishe watu kuingia ndani, ***nyumba yangu ipate kujaa***. **Luka**

14:23 Anawaunganisha watu na wale ambao wanaweza kuwasaidia. Anasema: "***Walete maskini waliotupwa nje nyumbani kwako."*** **Isaya 58:7** Je! Siyo kuwagawia wenye njaa chakula chako, na kuwaleta maskini waliotupwa nje nyumbani kwako? Umwonapo mtu aliye uchi, umvike nguo; wala usijifiche na mtu mwenye damu moja nawe? **Marko 16:18** ndipo ***wataweka mikono yao juu ya wagonjwa, nao watapata afya.*** {CHSw 390.5}

Kwa kupitia mguso wa moja kwa moja, kupitia huduma binafsi, baraka za Injili zinapaswa kuenezwa. Wale wanaoikubali kazi waliyoitiwa kufanya, hawatabariki tu wengine, bali nao wenyewe watabarikiwa. Fahamu ya wajibu uliotekelezwa vyema italeta mvuto wa kurudi kwa nafsi zao. Wenye kukata tamaa watasahau hali yao ya kukata tamaa; wanyonge watapata nguvu; wajinga watakuwa na ufahamu; na wote watamwona Msaidizi asiye shindwa katika Yeye aliyewaita. {CHSw 391.1}

Kazi ya Nyumba kwa Nyumba

Wale wanaoshiriki katika kazi ya nyumba kwa nyumba watapata fursa za huduma katika mistari mingi. Wanapaswa kuwaombea wagonjwa na wanapaswa kufanya yote wawezayo kuwaondolea mateso. Wanapaswa kufanya kazi kati ya watu wa hali ya chini, maskini, na waliokandamizwa. Tunapaswa kuwaombea na kuomba nao wanyonge ambao hawana nguvu ya kutaka kudhibiti matamanio ambayo tamaa za mwili imeshusha hadhi. Jitihada ya bidii na ya kudumu lazima ifanywe kwa ajili ya wokovu wa wale ambao matamanio yao yanaamshwa. Wengi wanaweza kufikiwa tu kupitia matendo ya wema/ukarimu usiojifikiria binafsi. Matakwa yao ya kimwili lazima kwanza yaondolewe. Wanapoona uthibitisho wa upendo wetu usio na ubinafsi, itakuwa rahisi kwao kuamini katika upendo wa Kristo. {CHSw 391.2}

Wauguzi wamishenari lakini wengine wanapaswa

wana sifa bora zaidi kwa kazi hii; kuunganishwa nao. Hawa, ingawa

hawana elimu maalum ya uuguzi au uzoefu katika uuguzi, wanaweza kujifunza kutoka kwa watenda kazi wenzao namna bora ya kufanya kazi. **—Testimonies for the Church 6:83, 84 (1900).** {CHSw 391.3}

WITO KWA AJILI YA WAMISHENARI WA TIBA

Testimonies for the Church 9:167-172 (1909)

Tunaishi katika siku za mwisho. Mwisho wa mambo yote umekaribia. Ishara zilizotabiriwa na Kristo zinatimia haraka. Kuna nyakati za dhoruba mbele yetu, lakini hebu tusiseme neno moja la kutoamini au kukatisha tamaa. Yeye anayeelewa umuhimu wa na mahitaji ya hali anapanga kwamba faida zote ziletwe na watendakazi katika maeneo mbalimbali ili kuwawezesha kuwa na ufanisi zaidi wa kuamsha uamini na shauku za watu. Yeye anajua mahitaji yetu na mahitaji ya wale walio dhaifu katika kundi Lake, na anatuma ujumbe Wake katika barabara kuu na njia njia. Yeye Anatupenda kwa upendo wa milele. Hebu tukumbuke kuwa tunaubeba ujumbe wa uponyaji kwa ulimwengu uliojaa roho za wagonjwa ya dhambi. Hebu Bwana atuzidishie imani na atusaidie kuona kwamba anatamani sisi sote tuifahamu huduma Yake ya uponyaji pamoja na kiti cha rehema. Yeye anataka nuru ya neema Yake iangaze kutoka sehemu nyingi. {CHSw 392.1}

Sanitariamu kama mawakala wa umishenari

Kuna roho katika sehemu nyingi ambazo bado hazijausikia ujumbe. Tangu sasa kazi ya umishenari wa tiba inapaswa kuendelezwa kwa dhati na bidii kwa namna ambavyo haikuwahi kuendelezwa kabla. Kazi hii ni mlango ambao Ukweli hupata kuingia katika miji mikubwa, na Sanitariamu zinapaswa kuanzishwa katika maeneo mengi. {CHSw 392.2}

Kazi ya sanitariamu ni mojawapo ya njia zenye ufanisi zaidi za kufikia tabaka zote za watu. Sanitariamu ni mkono wa kuume wa Injili, unaofungua njia ambazo wanadamu wanaoteseka

wanaweza kufikiwa kwa/na habari njema ya uponyaji kupitia Kristo. Katika taasisi hizi wagonjwa wanaweza kufundishwa kutoa haja zao kwa tabibu Mkuu, ambaye atashirikiana na juhudi zao za dhati na ari, za kurejesha afya, na kuwaletea uponyaji wa kiroho vile vile na uponyaji wa kimwili. {CHSw 392.3}

Kristo Hayuko tena katika ulimwengu huu katika mwili, akipita katika miji na vijiji, na kuwaponya wanadamu walio wagonjwa; bali Yeye Ametuagiza kuiendeleza kazi ya umishenari wa tiba, ambayo Yeye Mwenyewe aliianzisha. Katika hii kazi tunapaswa kufanya kwa ubora kadri tuwezavyo. Taasisi za kutunza wagonjwa zianzishwe, ambapo wanaume na wanawake wanaougua magonjwa na kuteseka, wanaweza kuwekwa chini ya uangalizi wa matabibu na wauguzi wanaomcha Mungu; na kutibiwa bila dawaza famasia(drugs). {CHSw 393.1}

Nimeagizwa kwamba tusichelewe kufanya kazi inayotakiwa kufanywa katika mistari ya matengenezo ya afya. Kupitia kazi hii tunapaswa kuzifikia roho katika barabara kuu na njia ndogo-ndogo. Nimepewa nuru maalum kwamba kupitia sanitariamu zetu nafsi nyingi zitaupokea na kuutii Ukweli wa sasa. Katika taasisi hizi wanaume na wanawake wanapaswa kufundishwa jinsi ya kuitunza miili yao wenyewe na wakati huo huo jinsi ya kuwa imara katika imani. Wanapaswa kufundishwa nini maana ya kuula mwili na kuinywa damu ya Mwana wa Mungu. Kristo alisema: ***"Maneno hayo niwaambiayo ni roho, tena ni uzima." Yohana 6:63.*** {CHSw 393.2}

Sanitariamu zetu zinapaswa kuwa shule ambamo mafundisho yatatolewa katika kazi za umishenari wa tiba. Hizi zinapaswa kuzileta roho zinazougua kwa dhambi majani ya mti wa uzima, ambayo yatawarudishia amani, tumaini na imani katika Kristo Yesu. {CHSw 393.3}

Hebu kazi ya Bwana isonge mbele. Hebu umishenari wa tiba na kazi ya elimu zisonge mbele. Nina hakika kwamba huu ndio upungufu wetu mkuu—yaani watendakazi wenye bidii, wanaojitolea, wenye akili mahiri na wenye uwezo. Katika kila mji mkubwa lazima kuwe na wawakilishi wanaowasilisha kazi ya ile Kweli, kazi ya umishenari wa tiba. Hebu wengi sasa waulize: “Bwana, inanipasa kufanya nini?” Matendo 9:6. Ni kusudi la Bwana kwamba njia Yake ya kuponya bila dawa italetwa katika kila mji mkubwa kupitia taasisi zetu za tiba. Mungu huwatunukia hadhi takatifu wale ambao husonga mbele zaidi na zaidi, katika kila mahali panapowezekana kupata mpenyo wa kuingia. Shetani ataifanya kazi kuwa ngumu kadri iwezekanavyo, lakini nguvu za Mwenyezi Mungu zitajidhurisha kwa watenda kazi wote wenye mioyo ya Kweli. Tukiongozwa na mkono wa Baba wa mbinguni, hebu na tusonge mbele, tukitumia kila fursa ya kupanua kazi ya Mungu. {CHSw 393.4}

Bwana anazungumza na wamishenari wote wa tiba, akisema: Nendeni, mkafanye kazi leo katika shamba Langu la mizabibu ili kuokoa roho. Mungu husikia maombi ya wote wamtafutao kwa kweli. Yeye Anao uwezo ambao sisi sote tunauhitaji. Yeye huhujaza moyo kwa upendo, furaha, amani, na utakatifu. Tabia inaendelezwa/inakuzwa daima. Hatuwezi kumudu kutumia muda kufanya kazi tofauti na makusudi Mungu. {CHSw 394.1}

Kuna madaktari ambao, kwa sababu ya uhusiano wa zamani na sanitaramu zetu, wanaona kuwa ni faida kukaa karibu na taasisi hizi; nao hulifumbia macho lile shamba kubwa la Bwana, lililopuuzwa na ambalo halijalimwa; ambamo kazi isiyo ya ubinafsi ingekuwa baraka kwa wengi. Madaktari wamishenari wanaweza kutoa ushawishi, usafishao, na kutakasa. Madaktari ambao hawafanyi hivyo hutumia mamlaka yao na kufanya kazi ambayo Bwana anaikataa. {CHSw 394.2}

Mafunzo Kwa Ajili ya Kazi ya Haraka

Ikiwa kuna wakati wowote ambao Bwana amesema

kupitia mimi, Yeye huzungumza nisemapo kuwa watenda kazi wajishughulishao na mistari ya elimu, katika kazi za huduma, na katika kazi za umishenari wa tiba lazima wasimame kwa umoja, wote wakifanya kazi chini ya uangalizi wa Mungu, mmoja akimsaidia mwenzake, kila mmoja akimbariki mwingine. {CHSw 394.3}

Wale waliounganishwa na shule zetu na sanitariamu wanapaswa kufanya kazi kwa bidii na uthabiti. Kazi ambayo inafanywa chini ya huduma ya Roho Mtakatifu, kwa upendo kwa Mungu na kwa jamii ya wanadamu, itabeba muhuri/sahihi ya Mwenyezi Mungu na itafanya itakuwa na mguso wake kwenye akili za wanadamu. {CHSw 395.1}

Bwana anawaita vijana wetu kuingia katika shule zetu na kujitayarisha haraka kwa ajili ya huduma. Katika maeneo mbalimbali nje ya miji, shule zinapaswa kuanzishwa ambapo vijana wetu wanaweza kupata elimu ya kuwatayarisha kwenda kufanya kazi ya kiinjilisti na kazi ya umishionari wa tiba. {CHSw 395.2}

Lazima Bwana apewe nafasi ya kuwaonyesha wanadamu wajibu wao na kufanya kazi katika nia zao. Hakuna mtu anayepaswa kujifunga kutumika kwa muda wa miaka kadhaa chini ya uongozi wa kundi moja la watu au katika tawi fulani moja, la kazi ya Mwalimu mkuu; kwa maana Bwana Mwenyewe atawaita wanadamu, kama alivyofanya zamani, pale alipowaita wavuvi wanyenyekevu, na Yeye Mwenyewe atawapa maelekezo kuhusuiana na eneo lao la kazi na mbinu wanazopaswa kufuata. Yeye Atawaita watu kutoka kwenye jembe la kukokotwa (plau) na kutoka kwenye kazi zingine, ili kutoa sauti ya mwisho ya onyo kwa roho zinazopotea. Kuna njia nyingi za kufanya kazi kwa Bwana, na Mwalimu Mkuu atafungua ufahamu wa watendakazi hawa, ili kuwawezesha kuona mambo ya ajabu katika Neno Lake. {CHSw 395.3}

Kristo, Tabibu Mmishenari mkuu, Ndiye mfano wetu. Juu Yake

imeandikwa kwamba "Naye alikuwa akizunguka Galilaya yote, akifundisha katika masinagogi yao, na kuihubiri Habari Njema ya Ufalme, na kuponya ugonjwa na udhaifu wa kila namna katika watu." Mathayo 4:23. Aliponya wagonjwa na kuihubiri Injili. Katika huduma Yake, uponyaji na kuhubiri Injili viliunganishwa pamoja. Leo huduma hizi mbili hazipaswi kutenganishwa. {CHSw 395.4}

e Wauguzi ambao wamefunzwa katika taasisi zetu wanapaswa kutayarishwa ili kwenda nje kama wamishenari wa tiba walio wainjilisti, wakiunganisha huduma ya Neno na ile ya uponyaji wa kimwili. {CHSw 396.1}

Ni lazima tuache nuru yetu iangaze katikati ya giza la maadili. Wengi ambao sasa wako gizani, kadri wanavyoona kuakisiwa kwa Nuru ya ulimwengu, watatambua kwamba wanalo tumaini la wokovu. Nuru yako inaweza kuwa ndogo, lakini kumbuka kwamba hiyo ndiyo ambayo Mungu amekupa, na kwamba Yeye amekupa jukumu la kuingaza. Mmoja anaweza kuwasha mshumaa wake kutoka kwako, na nuru yake inaweza kuwa njia ya kuwaongoza wengine kutoka gizani. {CHSw 396.2}

Kote kutuzunguka kuna milango wazi kwa ajili ya huduma. Tunapaswa kufahamiana na majirani zetu na kutafuta kuwavuta kwa Kristo. Tunafanyapo hivi, Yeye atatukubali na kushirikiana nasi. {CHSw 396.3}

Mara nyingi wenyeji wa miji ambayo Kristo alifanya kazi, walitamani abaki nao na kuendelea kufanya kazi kati yao. Lakini aliwaambia kwamba lazima aende kwenye miji ambayo haikuwa imesikia Ukweli, ambao Ilimbidi auwasilishe Ukweli huko. Baada ya kuwapa Ukweli wale waliokuwa mahali pamoja aliwaacha wajenge juu ya kile alichokuwa amewapa, huku akienda mahali pengine. Mbinu Zake za kazi zinapaswa kufuatwa leo na wale ambao Yeye amewaachia kazi Yake. Tunapaswa kwenda kutoka mahali hadi mahali pengine, tukiubeba ujumbe. Punde Ukweli unapokuwa umetangazwa mahali hapo, tunapaswa kwenda kuwaonya wengine.

Kupangilia Makundi{CHSw 396.4}

Kunapaswa kuwa na makundi yaliyopangwa na kuelimishwa kikamilifu kufanya kazi kama wauguzi, kama wainjilisti, kama wahudumu, kama wauza vitabu, kama wanafunzi wa Injili, ili kukamilisha tabia kwa kuufuata mfano wa kimbingu. Kujiandaa kupokea elimu ya juu katika shule ya juu mbinguni ndiyo liwe kusudi letu. {CHSw 396.5}

Kutoka kwenye maagizo ambayo Bwana amenipa mara kwa mara, najua kwamba kunapaswa kuwa watendakazi wanaofanya ziara za uinjilisti wa tiba katika ya miji na vijiji. Wale wanaofanya kazi hii watakusanya mavuno mengi ya roho kutoka kwenye matabaka ya juu na ya chini. Njia ya kazi hii itaandaliwa kwa ubora zaidi na juhudi za mwinjilisti wa vitabu anayeshawishi watu na mwaminifu. {CHSw 397.1}

Wengi wataitwa shambani mwa Bwana kufanya kazi nyumba kwa nyumba, wakitoa mafundisho ya Biblia na kuomba pamoja na walio na shauku. {CHSw 397.2}

Hebu wachungaji wetu, ambao wamepata uzoefu katika kuhubiri Neno, wajifunze jinsi ya kutoa tiba rahisi na kisha kufanya kazi kwa akili mahiri kama wainjilisti wamishenari wa tiba. {CHSw 397.3}

Kazi ya Haraka

Watendakazi - wamishenari wa Injili ya tiba - wanahitajika sasa. Hamwezi kuendelea kutumia miaka mingi katika maandalizi. Hivi karibuni milango iliyofunguliwa ili kushiriki Ukweli itafungwa milele. Pelekeni ujumbe sasa. Msikawie, mkamruhusu adui kumiliki mashamba yaliyofunguliwa sasa mbele yenu. Hebu makundi madogo yaende kufanya kazi ambayo Kristo aliwapa wanafunzi Wake. Waache wafanye kazi kama wainjilisti, wakitawanya machapisho yetu na kuzungumza juu ya ile Kweli kwa wale wanaokutana nao. Hebu na wawaombee wagonjwa, wakiwahudumia mahitaji yao, sio kwa kutumia dawa, lakini kwa tiba za asili, na kuwafundisha jinsi ya

kuirejesha afya na kuepuka magonjwa. **[Testimonies for the Church 9:167-172 (1909).]** {CHSw 397.4}

MAJUKUMU NA FURSA ZA WATENDAKAZI WA SANITARIUM

Testimonies for the Church 4:554-562 (1881)

Usimamizi wa taasisi kubwa na muhimu kama sanitariamu lazima inahusisha wajibu mkubwa, katika mambo ya kimwili na ya kiroho. Ni jambo la umuhimu mkubwa sana, kwamba kituo hiki ambacho cha ngome ya hifadhi iliyojengwa kwa wale ambao ni wagonjwa katika mwili na akili itakuwa inafanya kazi kwa jinsi ambayo Yesu, Mponyaji Mkuu, anaweza kuiongoza kati yao, na yote yanayofanywa yanaweza kuwa chini ya udhibiti wa Roho Wake. Wote wanaohusishwa na taasisi hii wanapaswa kujipatia sifa/stahiki kutimiza kwa uaminifu wajibu wao waliopewa na Mungu. Wanapaswa kushughulikia kila jukumu dogo kwa uaminifu mwingi kama mambo yenye umuhimu mkubwa. Wote wanapaswa kujifunza kwa maombi jinsi wanavyoweza kuwa wa manufaa zaidi na kufanya sehemu hii kuwa kituo cha mapumziko na tafakari kwa wagonjwa kutoka shuguli zao za kawaida (retreat), kuwa na mafanikio makubwa. {CHSw 398.1}

Hatujatambua vyema bado kwamba ni kwa wasiwasi au fadhaa kiasi gani, wagonjwa mbalimbali huja kwenye sanitarium, wote wakitaka msaada, lakini baadhi wakiwa na mashaka na kutoamini watu au kushuku, wakati wengine wakijiamini zaidi kwamba watapata nafuu. Wale ambao hawajatembelea taasisi hiyo wanatazama kwa shauku kila dalili za kanuni zinazozingatiwa na kuthaminiwa na wasimamizi wake. {CHSw 398.2}

Wote wanaodai kuwa watoto wa Mungu wanapaswa kukumbuka bila kukoma 1 kwamba wao ni wamishenari, katika shuguli zao zinazoletwa katika uhusiano na tabaka zote za akili.

Watakuwepo watu waliosafishwa/waungwana na wakorofi, wanyenyekevu na wenye kiburi, wa kidini na wenye kutia shaka, waaminifu na wenye kutia shaka, walio huru na wabadhirifu, wasafi na mafisadi, wenye elimu na wajinga, matajiri na maskini; kwa hali hasili ilivyo, karibu kila daraja la tabia na hali litapatikana kati ya wagonjwa katika sanitarium. Wale wanaokuja kwenye kituo hiki cha hifadhi ya afya hii wanakuja kwa sababu wanahitaji msaada; na hivyo, vyovyote vile mwenendo au hali yao ilivyo, wanakiri kwamba hawana uwezo wa kujisaidia. Akili hizi zilizo tofauti-tofauti haziwezi kutibiwa/kutendewa kwa usawa; hata hivyo, wanadamu wote, wawe matajiri au maskini, wa juu au wa chini, wategemezi au wanaojitegemea, wanahitaji fadhili, huruma, na upendo. Kwa kutegemeana, na kukutana pamoja, akili zetu zinapaswa kupokea msasa na uboreshaji. Sisi tunategemeana, tumefungwa pamoja kwa ukaribu na vifungo vya udugu wa kibinadamu. {CHSw 398.3}

Mbingu, ameiumba kutegemeana kila mmoja,

Bwana, au mtumishi, au rafiki, Hutaka msaada kwa mwingine,

Mpaka udhaifu wa mtu mmoja ukue na kuwa nguvu ya wote. {CHSw 399.1}

Thamani ya Mahusiano ya Kijamii

Ni kwa njia ya mahusiano ya kijamii ambapo Ukristo unawasiliana na ulimwengu. Kila mwanamume au mwanamke ambaye ameonja upendo wa Kristo, na amepokea ndani ya moyo nuru ya Bwana, anatakiwa kwa Mungu kuangazia njia ya giza ya wale ambao hawajaijua njia iliyo bora zaidi. Kila mtendakazi katika Kituo cha tiba, anapaswa kuwa shahidi wa Yesu. Nguvu ya kijamii, iliyotakaswa na Roho wa Kristo, lazima iboreshwe ili kuleta roho kwa Mwokozi. {CHSw 399.2}

Yule anayepaswa kushughulika na watu wanaotofautiana sana katika tabia, mazoea, mwenendo, na hulka, atakuwa na majaribu, fadhaa, na migongano, hata anapofanya kadri awezavyo. Anaweza kuchukizwa na ujinga, kiburi, na hali ya kujitegemea atakayokutana nayo; lakini hili lisimkatishe tamaa. Anapaswa kusimama pale atakapoyumba, badala ya kuyumbishwa (awe imara ila asiwe mgumu kama mlingoti, mtu asiyesogea!). Awe imara kama mwamba kwa kanuni, akiwa na imani yenye maarifa/akili, anapaswa kusimama bila kupotoshwa na mivuto inayomzunguka. Watu wa Mungu hawapaswi kugeuzwa na mivuto mbalimbali ambayo lazima wao wakutane nayo, bali wanapaswa kusimama kwa ajili ya Yesu na kwa usaidizi wa Roho Wake wakiweka nguvu ya kubadilisha akili zilizoharibiwa kwa mazoea yanayodanganya na kuchafuliwa na dhambi. {CHSw 399.3}

Uzuri wa Utakatifu

Kristo hatakiwi kufichwa ndani ya moyo na kufungiwa ndani kama hazina inayotamanika, takatifu na tamu, ya kufurahiwa na yule aliye Naye peke yake. Inatupasa kuwa na Kristo mioyoni mwetu kama kisima cha maji, yakibubujikia uzima wa milele, yakiwaburudisha wote wanaokutana nasi. Ni lazima tumkiri Kristo kwa uwazi na kwa ushujaa, tukionesha katika tabia zetu upole, unyenyekevu, na upendo Wake, hadi wanadamu watakapovutwa na uzuri wa utakatifu. Siyo njia bora ya kuhifadhi dini yetu kama tunavyotunza manukato ya marashi ili harufu hiyo isitoke. {CHSw 400.1}

Migogoro yenyewe na kukataliwa tunakokutana nako ni kutufanya tuwe na nguvu zaidi na kuipa imani yetu uimara/uthabiti. Hatupaswi kuyumbishwa, kama mwanzi katika upepo, na kila ushawishi unaopita. Nafsi zetu, zikiwa zimetiwa joto na kutiwa nguvu na Kweli za Injili, na kuburudishwa na neema takatifu, zinapaswa kufunguka na kutanuka, na kumwaga manukato yake juu ya wengine. Tukiwa tumevaa silaha zote za haki, tunaweza kukutana na ushawishi

wowote na usafi wetu ukabaki bila doa. {CHSw 400.2}

Wote wanapaswa kuzingatia kwamba madai ya Mungu juu yao ni ya kipaumbele na ya juu kuliko yote. Mungu amempatia kila mtu uwezo wa kujiboresha, ili apate kuangazia utukufu kwa Mpaji. Kila siku baadhi ya maendeleo yanapaswa kufanywa. Ikiwa watenda kazi wanatoka kwenye kituo cha tiba walipoingia ndani yake, bila kufanya uboreshaji thabiti, kupata ujuzi na nguvu za kiroho, watakuwa wamepata hasara. Mungu anakusudia kwamba Wakristo wakue daima, wakue kufikia kimo kamili cha wanaume na wanawake katika Kristo. Wote ambao hawakui na kuwa na nguvu zaidi, na kuwa na mizizi imara zaidi na msingi katika Ukweli, wanaendelea kurudi nyuma daima. {CHSw 400.3}

Nuru kwa Ulimwengu

Jitihada ya pekee zinapaswa kufanywa ili kupata huduma za watenda kazi wenye dhamira aminifu walio Wakristo. Ni kusudi la Mungu kwamba taasisi ya afya inapaswa kupangwa na kudhibitiwa na Waadventista Wasabato pekee; na pale watu wasioamini wanapoletwa kushika nyadhifa za uwajibikaji, kuna ushawishi unaosimamia hapo ambao utaonesha uzito mkubwa dhidi ya kituo hicho. Mungu hakukusudia kwamba taasisi hii iendelezwe kufuatana na utaratibu wa taasisi nyingine yoyote ya afya nchini, bali iwe mojawapo ya nyenzo zenye matokeo katika mikono Yake ya kutoa nuru kwa ulimwengu. Inapaswa kusimama mbele kwa uwezo wa kisayansi, kwa uwezo wa kimaadili na kiroho, na kama mlinzi mwaminifu wa matengenezo katika nyanja zake zote; na wote wanaoshiriki katika hilo wanapaswa kuwa wanamatengenezo, kwa kuheshimu sheria zake, na kutii nuru ya matengenezo ya afya ambayo sasa inamulika kwetu sisi washiriki. {CHSw 401.1}

Wote wanaweza kuwa baraka kwa wengine, ikiwa watajiweka mahali ambapo wataiwakilisha kwa usahihi dini ya Yesu Kristo. Lakini kumekuwa na mahangaiko makubwa zaidi ya

kufanya mwonekano wa nje uonekane kwa kila namna ili ukutane na akili za wagonjwa wenye udunia moyoni, kuliko kudumisha uhusiano ulio hai na mbinguni, kukesha na kuomba, ili chombo hiki cha Mungu kiweze kufanikiwa kikamilifu katika kutenda mema kwa miili na pia kwa roho za wanadamu. {CHSw 401.2}

Nguvu Inayofinyanga

Ni nini kinachoweza kusemwa, na nini kifanyike ili kuamsha usadikisho katika mioyo ya wote wanaohusishwa na taasisi hii muhimu? Wanawezaje kuongozwa kuona na kuhisi hatari ya kutembea isivyo sahihi isipokuwa mambo mabaya tofauti na kila siku kuwa na uzoefu wa maisha katika mambo ya Mungu? Matabibu wako katika nafasi, ambapo, kama wangetumia ushawishi kwa mujibu wa imani yao, wangekuwa na uwezo ubadilishao juu ya wote wanaohusishwa na taasisi hiyo. Hii ni mojawapo ya eneo bora zaidi za kimishenari ulimwenguni, na wote walio katika nyadhifa za kuwajibika wanapaswa kumfahamu Mungu na daima wawe wakipokea nuru kutoka mbinguni. Hakujawahi kuwa na kipindi muhimu sana katika historia ya kituo cha tiba kama sasa, hakuna wakati ambapo mengi yalikuwa hatarini kama sasa. Tumezungukwa na hatari za siku za mwisho. Shetani ameshuka akiwa na nguvu nyingi, akifanya kazi kwa madanganyo yote ya udhalimu kwa hao wanaopotea; kwa maana anajua kwamba wakati wake ni mfupi. Nuru lazima sasa iangaze katika maneno na mwenendo wetu kwa mwangaza ulioongezeka katika njia ya wale walio gizani. {CHSw 402.1}

Kuna wengine ambao hawako vile ambavyo Bwana angetaka wawe. Ni watu wenye kushtukiza, wenye mihemko/harara na wenye maneno machungu, na wanahitaji ushawishi wa kulainisha, na kutiisha wa Roho wa Mungu. Siyo jambo rahisi kuchukua msalaba na kufuata njia ya kujikana nafsi, na bado hili lazima lifanyike. Mungu anataka wote wapate neema Yake na Roho wake kufanya maisha yao

yawe na harufu nzuri. Wengine wanajitegemea wenyewe sana, wanajitosheleza wenyewe mno, na hawashauriwi na wengine au kushauriana inavyopaswa……{CHSw 402.2}

Pamoja na watendakazi wote walio na ushawishi hapo katika kituo cha tiba,lazima kuwe na mapatano na mapenzi ya Mungu, kujidhili nafsi, na kufungua moyo kwa ajili ya ushawishi wa thamani wa Roho wa Kristo. Dhahabu iliyojaribiwa katika moto inawakilisha upendo na imani. Wengi wanakaribia kukosa upendo. Kujitosheleza wenyewe, hupofusha macho yao kwa hitaji lao kuu. Kuna umuhimu kabisa kwa uongofu wa kila siku kwa Mungu, uzoefu mpya, wa kina, na wa kila siku katika maisha ya kidini. {CHSw 402.3}

Hamu inapaswa kuamshwa katika mioyo ya matabibu, hasa, nayo iwe ya dhati kabisa ya kuwa na hekima hiyo ambayo ni Mungu peke Yake awezaye kuwapatia; kwani mara tu wanapojiamini wenyewe wanaachwa kwao wenyewe, kufuata misukumo ya moyo usiotakaswa. Ninapoona jinsi matatibu hawa wanavyoweza kuwa wakihusiana na Kristo, na kile watakachoshindwa kuwa ikiwa hawataungana Naye kila siku, ninajawa na mfadhaiko/wasiwasi kwamba watatosheka na kufikia kiwango cha kidunia tu, na kukosa hamu ya bidii, kuwa watu wasio na njaa na kiu, kwa ajili ya uzuri wa utakatifu, pambo la roho ya upole na utulivu, iliyo ya thamani kuu mbele za Mungu. {CHSw 402.4}

Amani ya Kristo, amani ya Kristo--pesa haiwezi kuinunua, talanta ya kipaji angavu haiwezi kuiamuru, akili haiwezi kuilinda (kuiweka kibindoni au moyoni); ni zawadi ya Mungu. Dini ya Kristo—nitawafanyaje wote kuelewa hasara yao kuu ikiwa watashindwa kubeba kanuni zake takatifu katika maisha ya kila siku? Upole na unyenyekevu wa Kristo ni nguvu ya Mkristo. Hakika ni ya thamani zaidi kuliko vitu vyote ambavyo akili mahiri (genius) inaweza kubuni au utajiri unaweza kununua. Kati ya vitu vyote vinavyotafutwa, kuthaminiwa, kupaliliwa na kukuzwa, hakuna kitu chenye 1 thamani machoni pa Mungu kama moyo safi, tabia iliyojaa moyo wa shukrani na amani. {CHSw 403.1}

Ikiwa *mapatano* ya kimbingu ya Ukweli na upendo upo moyoni, utang'aa kwa maneno na matendo. Ukuzaji wa uangalifu zaidi wa sifa za nje, uungwana, staha na adabu za maisha hauna uwezo wa kutosha wa kuzima hasira zote, maudhi, hukumu kali, na usemi usiofaa-lugha mbaya. Roho ya ukarimu wa Kweli lazima ikae moyoni. Upendo humpa mwenye neema, ustahili, na uzuri wa tabia. Upendo huangazia uso na kuitiisha sauti; unasafisha na humwinua mtu wote/mzima. Inamleta katika mapatano na Mungu, kwa kuwa ni sifa ya mbinguni. {CHSw 403.2}

Wengi wako katika hatari ya kufikiri kwamba katika shughuli za kazi zenye masumbufu, kuandika na kufanya kazi za utabibu, au kufanya kazi za idara mbalimbali, wanaweza kuwa na udhuru ikiwa wataacha maombi, na kupuuzia Sabato, na huduma ya kidini. Kwa hiyo vitu vitakatifu vinashushwa ili kukidhi urahisi wa mambo ili watu wapate mtelemko, huku wajibu, kujinyima, kujikana nafsi na misalaba vikiachwa bila kuguswa. Matabibu wala wasaidizi,hawahitaji kujaribu kufanya kazi zao bila kuwa na muda wa maombi. Mungu angekuwa msaidizi wa wote wanaodai kumpenda, ikiwa wangekuja Kwake kwa imani na, kwa wanapohisi udhaifu wao wenyewe, na kutamani nguvu Zake. Wanapojitenga na Mungu, hekima yao itaonekana kuwa ni upumbavu. Watakapokuwa wadogo machoni pao wenyewe na kumtegemea sana Mungu wao, basi Yeye atakuwa Mkono wa uwezo wao, na mafanikio yatafuatana na juhudi zao; lakini wanaporuhusu akili kugeuzwa kutoka kwa Mungu, ndipo Shetani anaingia na kuyatawala mawazo na kupotosha hukumu…….. {CHSw 403.3}

Ndugu zangu, nawasihi tusonge mbele tukiutazama utukufu wa Mungu. Hebu nguvu Zake ziwe tegemeo lenu, neema Yake iwe nguvu zenu. Kwa kujifunza Maandiko na kuomba kwa bidii tafuteni kupata mawazo ya wazi ya wajibu wenu, na kisha muifanye kwa uaminifu. Ni muhimu kusitawisha uaminifu katika mambo madogo, na kwa kufanya hivyo mtapata mazoea ya uadilifu katika majukumu makubwa zaidi. Matukio madogo ya maisha ya kila

siku mara nyingi hupita bila taarifa yetu au hatuyaoni, lakini ni mambo haya ambayo huumba tabia. Kila tukio la maisha ni kubwa kwa uzuri au kwa uovu. Akili inahitaji kufundishwa na majaribio ya kila siku, ili iweze kupata uwezo wa kusimama katika hali yoyote ngumu. Katika siku za majaribu na hatari mtahitaji kuimarishwa ili kusimama kidete kwa ajili ya haki, jambo sahihi, mkiwa huru kutoka kila mvuto mnaopingana nao. {CHSw 404.1}

Kusonga mbele Katika Maarifa

Mungu Yuko tayari kufanya mengi kwa ajili yenu, ikiwa tu mtahisi hitaji lenu Kwake. Yesu anawapenda. Siku zote tafuteni kutembea katika nuru ya hekima ya Mungu, na katika hali zote zinazobadilika za maisha msitulie isipokuwa mmejua kwamba mapenzi yenu yanapatana na mapenzi ya Muumba wenu. Kupitia imani katika Yeye mnaweza kupata nguvu za kupinga kila jaribu la Shetani na hivyo kuongezeka katika uwezo wa kimaadili kwa kila jaribu kutoka kwa Mungu. {CHSw 404.2}

Mnaweza kuwa watu uwajibikaji na ushawishi ikiwa, kwa kunia, uwezo wa nia/mapenzi yenu, mkiunganishwa na nguvu za Mwenyezi Mungu, mnashiriki kwa bidii katika kazi. Fanyieni mazoezi nguvu za akili, na kwa hali yoyote msipuuze nguvu za mwili. Hebu msiruhusu uvivu wa kiakili ufunge njia yenu ya maarifa zaidi. Jifunzeni kutafakari na pia kujifunza, ili akili zenu zipate kutanuka, kuimarishwa, na kukua. Msifikirie kuwa mmejifunza vya kutosha na kwamba sasa mnaweza kulegeza juhudi zenu. Akili iliyokuzwa na kupaliliwa ni kipimo cha mwanadamu. Elimu yenu inapaswa kuendelea wakati wa maisha yako; kila siku unapaswa kujifunza na kutumia kwa vitendo ujuzi unaopatikana. {CHSw 405.1}

.Unakua katika hadhi ya unapotenda kwa uadilifu moyoni na maishani. Tabia

Kweli na thamani ya maadili wa moyo na kuthamini unyoofu yako isiathiriwe na doa la ukoma wa

ubinafsi/uchoyo. Nafsi bora/ungwana, iliyounganishwa na akili iliyokuzwa, itawafanya ninyi kuwa watu ambao Mungu atawatumia katika nafasi za amana takatifu. {CHSw 405.2}

Inapaswa kuwa kazi ya kwanza ya wote wanaohusishwa na taasisi hii wenyewe kuwa sawa mbele za Mungu zenyewe, na kisha kusimama katika nguvu za Kristo, bila kuathiriwa na mivuto mbaya ambayo wameanikwa kwayo. Wakizifanya kanuni pana za Neno la Mungu kuwa msingi wa tabia, wanaweza kusimama popote pale ambapo Bwana katika majaliwa/maongozi Yake anaweza kuwaita, wakiwa wamezungukwa na ushawishi wowote mbaya, na bado wasiyumbishwe kutoka kwenye njia ya haki. **[Testimonies for the Church 4:554-562 (1881)]** {CHSw 405.3}

UCHANGAMFU

[The Ministry of Healing, 222-224 (1905)]

Katika vituo vya afya vinavyoitwa Sanitarium, ambapo wauguzi huhudumia idadi kubwa ya wagonjwa, yahitajika kuweka jitihada yenye kudhamiria ikiambatana na moyo wa kirafiki, uchangamfu, na kuonyesha kwamba unajali watu kikamilifu katika kila neno na tendo (ili usiwachukize, uwe mwangalifu kuhusiana na kile mgonjwa anataka, au anachohisi au kuhitaji). Katika taasisi hizi ni muhimu sana kwamba wauguzi wajitahidi kufanya kazi zao kwa busara na vyema. Daima wanahitaji kukumbuka kwamba katika kutekeleza majukumu yao ya kila siku, wanamtumikia Kristo, ambaye ni Bwana. {CHSw 406.1}

Akili Iliyo Tayari

Maneno yenye hekima yanahitaji kuzungumzwa kwa wagonjwa. Wauguzi wanapaswa kujifunza Biblia kila siku, ili waweze kuzungumza maneno yatakayowaangazia na kuwasaidia wagonjwa. Malaika wa Mungu huwa katika vyumba ambamo watesekao hawa wanahudumiwa, na mazingira yanayomzunguka yule mtu anayetoa tiba inapaswa kuwa safi na harufu yenye kupendeza.

Matabibu na wauguzi hawana budi kuzithamini na kuzitenda kanuni za Kristo. Katika maisha yao wema Wake wapaswa uonekane kwa macho. Ndipo, kwa kile wanachotenda na kusema, watawavuta wagonjwa kwa Mwokozi. {CHSw 406.2}

Muuguzi wa Kikristo anapokuwa akitoa tiba kwa ajili ya urejeshaji wa afya, atafanikiwa kuivuta akili ya mgonjwa kwa Kristo, ambaye Ndiye Mponyaji wa roho na mwili. Maneno/asaha za hapa na pale zitakuwa na matokeo mema. Wauguzi wenye umri mkubwa hawapaswi kupoteza fursa yoyote ifaayo ya kuwaelekeza wagonjwa kwa Kristo. Wanapaswa kuwa tayari kila wakati kuhusianisha uponyaji wa kiroho na uponyaji wa kimwili. {CHSw 406.3}

Kwa namna ya ukarimu na upole wauguzi hawana budi kufundisha kwamba yeye ambaye ataka kuponywa kikamilifu ni sharti aache kuivunja sheria ya Mungu. Ni sharti aache maisha ya dhambi. Mungu hawezi kumbariki yule anayeendelea kujiletea magonjwa na mateso kwa kuvunja kwa makusudi sheria za mbinguni. Lakini Kristo, kwa njia ya Roho Mtakatifu, huja kama nguvu ya uponyaji kwa wale wanaoacha kufanya maovu na kujifunza kutenda mema. **[The Ministry of Healing, 222-224 (1905)]** {CHSw 406.4}

UFANISI HUTEGEMEA NGUVU

Ufanisi wa muuguzi kwa kiwango kikubwa hutegemea nguvu zake za kimwili. Kadiri afya yake ilivyo bora, ndivyo atakavyoweza kuvumilia usumbufu wa kuwahudumia wagonjwa, na ndivyo anavyoweza kutekeleza majukumu yake kwa mafanikio zaidi. Wale wanaowahudumia wagonjwa wanapaswa kuzingatia lishe, usafi, hewa safi, na mazoezi. Mambo hayo hayo wakiyazingatia wanafamilia wa mgonjwa kutawawezesha kustahimili mizigo ya ziada inayoletwa juu yao, na itasaidia kuwaepusha na

magonjwa. {CHSw 407.1}

Wauguzi, na wote wanaohusika na chumba cha mgonjwa, wanapaswa kuwa wachangamfu, watulivu, na wenye uwezo wa kudhibiti hisia zao. Mambo ya kuwa na haraka-haraka, msisimko, au machafuko yo yote, viepukwe. Milango inapaswa kufunguliwa na kufungwa kwa uangalifu, na nyumba nzima iwe katika ukimya na utulivu. Katika hali ya homa (yaani joto linapopanda juu), uangalizi maalum wahitajika wakati shida inapotokea na kisha homa kuondoka. Hivyo ni muhimu kuwa na uangalizi daima. Ukosefu wa elimu, usahaulifu, na uzembe vimesababisha vifo vya wengi ambao wangeishi kama wangepata huduma au uangalizi ufaao, kutoka kwa wauguzi wenye hekima na wenye mawazo bora. **—The Ministry of Healing, 219-222 (1905).** {CHSw 407.2}

UADILIFU MIONGONI MWA WATENDA KAZI

[Special Testimonies To Physicians and Helpers, 59-65 (1879).]

Wasaidizi katika sanitarium hawapaswi kuwa huru kutumia kwa manufaa yao binafsi vyakula vilivyotayarishwa kwa ajili ya wagonjwa. Jaribu ni kubwa hasa katika kuendekeza kula vyakula fulani vinavyoruhusiwa kwa wageni wapya, ambao kwa utaratibu wa hekima wanapaswa kupewa chakula fulani ambacho kitawasaidia kuacha tabia hatarishi kiafya, za ulaji wa zamani mbaya, polepole, ila kwa njia itakayowaletea ushindi. Baadhi ya watenda kazi, kama vile wana wa Israeli wa kale, huruhusu tamaa iliyopotoka ya hamu ya chakula na mazoea ya zamani ya kujifurahisha kuzishinda nafsi zao. Wanatamani, kama Israeli wa kale walivyotamani vitunguu saumu na vitunguu maji vya Misri (leeks and garlic). Kila mmoja anayehusiana na taasisi hii anapaswa kushikamana kwa dhati na sheria za maisha na afya, na hivyo kutoidhinisha kwa mfano wao tabia potofu za wengine, ambazo ndizo zimewalazimisha kufika sanitarium ili wapate nafuu. {CHSw 408.1}

Watenda kazi hawana haki ya kujichukulia bila ruhusa biskuti au mikate, jamii ya karanga, zabibu kavu, tende, sukari, machungwa au matunda ya aina yoyote; kwa sababu, kwanza, kwa kula vitu hivi kati ya mlo mmoja na mwingine, kama inavyofanyika mara nyingi, wanaharibu viungo vya mmeng'enyo wa chakula. Hakuna chakula kinachopaswa kuingia kinywani kati ya milo ya kawaida. Zaidi ya hayo, wale wanaokula vitu hivi wanajitwalia kile kisichokuwa chao (wadokozi). Jaribu huwa daima mbele yao kuonja chakula wanachokishika mikononi mwao wakati wanashugulika jikoni; na hapa ndipo panapopatikana nafasi bora kwao kujifunza kutawala hamu ya chakula. Lakini chakula huonekana kuwa kingi mno, na wanashindwa kukumbuka kwamba vyakula vyote hivyo vina thamani kubwa ya fedha. Mtu mmoja na mwingine huendekeza mazoea ya kuonja na kujichukulia chakula bila ruhusa, mpaka hudhani mioyoni mwao kwamba hakika hakuna dhambi katika tendo hilo. {CHSw 408.2}

Wote wanapaswa kujihadhari na mtazamo huu wa mambo, kwa kuwa dhamiri inapoteza unyeti wake, kwani inakuwa butu. Mtu anaweza kusema moyoni, "Kiasi kidogo cha chakula au kitafunio nilichochukua si kitu kikubwa;" lakini swali linajitokeza moyoni, je, udogo wa kile kilichochukuliwa unapunguza uzito wa dhambi ya tendo lenyewe? Tena, kile kidogo ambacho mtu mmoja anachukua huenda kisionekane kama kitu kikubwa, lakini ikiwa watu watano wakifanya vivyo hivyo, vitu vidogo vitano vitachukuliwa. Halafu kumi, ishirini, au hata zaidi, wanaweza kujiruhusu kudokoa kwa namna hiyo, mpaka kila siku watenda kazi wanajipatia kwa madhara na hasara yao wenyewe vitu vidogo vingi ambavyo hawana haki ya kuvigusa. Vingi vidogo hujikusanya na kuwa vingi sana mwishowe. Lakini hasara iliyo kubwa zaidi hupatikana kwa wale wanaopotea njia, kwa maana wanavunja kanuni za haki na wanajifunza kuangalia uvunjaji wa amri katika mambo madogo kana kwamba sio uvunjaji kabisa. Wanasahau maneno ya Kristo. Luka 16:10 "Yule a***liye mwaminifu katika lililo dogo***

sana, huwa mwaminifu katika lililo kubwa pia; na aliye dhalimu katika lililo dogo, huwa dhalimu katika lililo kubwa pia." {CHSw 408.3}

Wakati jitihada zinapofanywa kurekebisha tabia hizi, mara nyingi hukubaliwa kana kwamba ni ushahidi wa ubahili kutoka kwa wasimamizi; na baadhi hawatabadilika kamwe, bali huendelea kuzifanya dhamiri zao kuwa sugu, hadi iwe kana kwamba imepigwa chapa, kama vile chuma chenye moto. Huinuka dhidi ya mipaka yoyote na kutenda na kuzungumza kwa uasi, kana kwamba haki zao zimekiukwa au kuvamiwa. Lakini Mungu huangalia mambo haya yote kama wizi, na hivyo rekodi hupelekwa mbinguni. {CHSw 409.1}

Udanganyifu na hila zote zimekatazwa katika Neno la Mungu. Wizi wa moja kwa moja na uongo wa wazi sio dhambi ambazo mara nyingi huwakumba watu wanaoheshimiwa kwa heshima ya kijamii. Mara nyingi ni kuvunja maagizo katika mambo madogo ndiko hupeleka nafsi mbali na Mungu. Kwa dhambi moja ya kula tunda lililokatazwa, Adamu na Hawa walifungua milango ya maafa duniani kote. Wengine huona kosa hilo kuwa dogo mno; lakini matokeo yake hayakuwa madogo hata kidogo. Malaika wa mbinguni wana uwanja mpana zaidi na wa juu zaidi wa kutenda kuliko sisi; lakini lililo sahihi kwao na lililo sahihi kwetu ni jambo moja na lilelile. {CHSw 409.2}

Wasimamizi wa sanitarium hawachochewi na roho ya uchoyo au ubahili wanapokemea makosa yaliyoelezwa, na wanapodai kilicho haki ya taasisi hiyo. Sio kushuka kwa heshima inayostahili kuchunga masilahi ya sanitarium katika mambo haya. Maafisa waaminifu wao wenyewe, kwa asili huwatarajia wengine wawe waaminifu pia. Uadilifu mkubwa unapaswa kuongoza mienendo ya wasimamizi, nao unapaswa kulazimishwa kwa wote wanaofanya kazi chini ya uongozi wao. {CHSw 410.1}

Watu wa kanuni thabiti kufuli,- kufunguliwa na hawahitaji vizuizi vya funguo na kufungwa kwa pahali; hawahitaji

kutazamwa, kulindwa au kufuatiliwa. Wataishi kwa Kweli na kwa heshima nyakati zote—wakiwa peke yao pasipo jicho la mwanadamu, kama vile hadharani. Hawataleta doa juu ya roho zao kwa ajili ya faida yoyote au kujipatia kitu kwa ubinafsi. Huchukia kitendo cha roho mbaya au ubaya. Hata kama hakuna mtu mwingine atakayejua, wao wenyewe wangelijua, na hilo lingeharibu heshima yao kwa nafsi zao. Wale wasio waaminifu na wasio waangalifu katika mambo madogo, wasingebadilishwa au kuwa na matengenezo hata kama kungekuwa na sheria, vizuizi, na adhabu kali katika jambo hilo..... {CHSw 410.2}

Wale wasiojitawala katika mambo madogo hawatakuwa na nguvu za kimaadili za kustahimili majaribu makubwa. Wote wanaotaka kufanya uaminifu kuwa kanuni ya kuongoza katika shughuli za kila siku za maisha wanapaswa kuwa makini ili “wasitamani fedha, dhahabu, au mavazi ya mtu mwingine.” Wakati wanaporidhika na chakula na mavazi yanayofaa, itakuwa jambo rahisi kudumisha moyo na mikono yao mbali na uchoyo na kutokua waaminifu.....{CHSw 410.3}

Wale walioajiriwa kazi katika sanitarium yetu wana fursa bora kwa namna nyingi za kuunda tabia sahihi. Hakuna mtu atakayekuwa nje ya hatari ya majaribu; kwa sababu katika kila tabia kuna hatua dhaifu ambazo ziko hatarini pale zinaposhambuliwa..... Wote wanapaswa kuhisi haja ya kudumisha asili yao ya kimaadili kwa uangalifu wa mara kwa mara. Kama walinzi waaminifu, wanapaswa kuilinda ngome ya nafsi, bila kamwe kuhisi kwamba wanaweza kupumzika katika uangalifu hata kwa muda mfupi. Maombi makini na imani hai ndio faraja na ulinzi wao wa pekee. {CHSw 410.4}

Wale wanaoanza kutojali hatua zao watagundua kwamba kabla ya kujitambua, miguu yao imenaswa katika mtandao ambao haiwezekani kujiokoa. Wanapaswa kuwa na kanuni thabiti kwa wote ili wawe waaminifu na waadilifu. Iwe ni maskini au matajiri, iwe wana marafiki au wameachwa peke yao, jambo lolote linalotokea, wanapaswa kuazimia kwa nguvu za Mungu kwamba hakuna ushawishi

utakaowalazimisha kufanya hata tendo dogo la uovu. Mtu mmoja, naam watu wote wanapaswa kutambua kwamba kwa kiasi fulani, mafanikio ya sanitarium yanategemea kila mmoja wao binafsi. {CHSw 411.1}

USTAHIMILIVU

Akili ni lazima ifundishwe kwa njia ya mitihani ya kila siku ili kuunda tabia zenye uadilifu, na kuwa na hisia za madai ya haki na majukumu yaliyo juu ya mambo ya anasa na ya kujifurahisha. Akili iliyofundishwa hivyo huwa haiyumbi kati ya mema na mabaya, kama matete yanavyotetemeka na kuyumba wakati wa upepo; lakini mara tu jambo linapotokea mbele yao, hutambua mara moja kwamba kuna kanuni inayohitajika, na mara moja huchagua jema bila kuchukua muda mrefu wa kujadiliana kuhusiana na hilo jambo. Watu wa namna hiyo ni watu waungwana/waadilifu kwa sababu wamejifunza wao wenyewe katika tabia za uaminifu na Ukweli. **—Testimonies for the Church 3:22 (1872).** {CHSw 411.2}

PICHA YA HUZUNI

[Special Testimonies to Physicians and Helpers, Pages 87-89 (1879).]

Kadiri hali ya sanitarimu ilivyokuwa mbele yangu katika maono, malaika wa Mungu alionekana kuniongoza kutoka chumba kimoja hadi kingine katika idara mbalimbali. Mazungumzo niliyofahamishwa kuyasikia katika vyumba vya wasaidizi hayakuwa ya aina ya kuinua wala kuimarisha akili, nia au maadili. Mazungumzo ya upuzi, kejeli zisizo na maana, na kicheko kisicho na maana, yaliangukia masikioni kwa uchungu... {CHSw 412.1}

Nilishangazwa nilipoona wivu unaoendekezwa na kusikia maneno ya hasadi/kijicho, mazungumzo ya upuuzi, ambayo yalimfanya malaika wa Mungu aone aibu. Maneno, matendo, na nia ziliandikwa. Na ni jinsi gani waliokuwa na akili hafifu na mioyo migumu

walielewa kidogo kwamba malaika wa Mungu alisimama mlangoni, akiandika jinsi wakati huu wa thamani ulivyotumika. Mungu atafunua kila neno na kila tendo. Yeye Yupo kila mahali. Wajumbe hawa, ingawa hawaonekani, ni wageni katika vyumba vya kulala. Kazi zilizofichika za giza zitaangaziwa. Mawazo, nia, na malengo ya moyo, yatafunuliwa. Kila kitu kiko wazi na kimefunuliwa machoni pa Yeye ambaye tunapaswa kushirikiana naye. {CHSw 412.2}

Niliongozwa hadi kwenye baadhi ya vyumba ambavyo sauti ya sala ilikuwa inatoka. Sauti hiyo ilikuwa yenye ukaribishaji mzuri namna gani! Nuru angavu iling'ara usoni mwa kiongozi wangu wakati mkono Wake ukifuatilia kila neno la sala hii. **1 Petro 3:12** "***Kwa kuwa macho ya Bwana huwaelekea wenye haki, Na masikio Yake husikiliza maombi yao; Bali uso wa Bwana ni juu ya watenda mabaya.***" {CHSw 412.3}

Ukosoaji Usiofaa

Kutokea katika vyumba vingine yalienea maneno ya kuchukiza na yasiyofaa kabisa, ya dhihaka yasiyo na heshima, na mazungumzo ya utupu. Wengine walikuwa wakiwabeza watendakazi wengine kwa kuwaigiza kwa utani na hata kuiga maneno yaliyosemwa kwenye mikutano; mambo matakatifu yalichukuliwa kama jambo la mzaha na vicheko. Vijana wa kike na wa kiume walikashifiwa na kukosolewa vikali; mahusiano ya uchumba na ndoa yalizungumziwa kwa njia ya mwelekeo wa chini kimaadili, kicheko kisicho na heshima na cha kutatiza. Hakukuwa na neno lolote lisilo la kimchezo-mchezo lililosemwa; mazungumzo hayo yalikuwa na tabia ya kudhoofisha akili kwa maadili yaendayo chini na kuharibu maadili, na wote walikwenda kupumzika usiku bila kujikabidhi kwa Mungu. {CHSw 412.4}

while the souls that look to them for guidance drift on to hopeless wreck. Such persons may have a high profession and may stand well in the opinion of men,

even as Christians, but in the day of God, when our works shall be compared with the divine law, then it will be found that they have not come up to the standard. Others who saw their course fell a little below them, and still others fell below the latter class, and thus the work of degeneracy went on.

Wimbi la Ushawishi

Huenda haujui matokeo ya ushawishi wako kutoka siku hadi siku, lakini uwe na hakika kwamba ushawishi huo unahamasisha baraka au dhambi. Wengi walio na moyo mwema na misukumo mizuri, huruhusu akili zao kurubuniwa katika shughuli za kidunia au starehe, wakati roho zinazowaangalia kama mwongozo hukosa mwelekeo na kuelea-elea tu katika uharibifu usio na tumaini. Watu kama hao huenda wakawa wanakiri iamani kwa hali ya juu na kuheshimiwa na kuonekana watu wazuri machoni pa watu, kwamba ni Wakristo, lakini katika siku ya Mungu, pale matendo yetu yatakapolinganishwa na sheria ya Mwenyezi Mungu, kisha itaonekana kwamba hawajafikia kiwango kinachohitajika. Wengine waliowaangalia walianguka kimaadili chini kidogo zaidi yao, na wengine wakaanguka chini zaidi ya kundi hilo la pili, na hivyo kazi ya kuangamia kiroho ikaendelea. {CHSw 413.1}

Tupa jiwe kidogo ndani ya ziwa na wimbi litatokea, kisha jingine na jingine; na kadri wimbi linavyoongezeka, mduara wake unapanuka hadi kufikia pwani. Vivyo hivyo, ushawishi wetu, ingawa huonekana mdogo, unaweza kuendelea kuenea mbali zaidi ya uelewa wetu au uwezo wetu wa kudhibiti. —**The Review and Herald, Januari 24, 1882**{CHSw 413.2}

NGUVU YA MUUNGANO

[Testimonies for the Church 4:587-591 (1881)]

Katika taasisi zetu, 1 mahali ambapo wengi hufanya kazi pamoja, athari za ushirika/marafiki ni kubwa sana. Ni

hali ya kawaida kwa mwanadamu kutafuta marafiki au kutengeneza marafiki. Kila mtu hupata au hutengeneza marafiki. Na kwa hali hiyo, na kadri nguvu ya urafiki inavyokuwa, huendana na ushawishi uliopo baina ya marafiki iwe ni katika wema au uovu. Wote huwa na marafiki au wenza, na huathiri na kuathiriwa na marafiki zao. {CHSw 414.1}

Muungano huu hustaajabisha na ni fumbo kwani huunganisha mioyo ya wanadamu pamoja, ili hisia, tamaa, ladha na kanuni za watu wawili zifungamane na kuwa karibu na karibu zaidi. Mmoja kati yao anapata roho fulani au kisha hujikuta amesogezwa karibu zaidi kiroho, na kuiga njia na matendo ya mwingine. Kama vile nta inavyonakili umbo la muhuri, ndivyo akili inavyohifadhi hisia inayopatikana katika kushirikiana/kujamiiana (si lazima iwe kwa ngono) pamoja na urafiki. Athari zake zinaweza zisionekane, lakini zina nguvu kubwa hata hivyo. {CHSw 414.2}

Endapo vijana wangeshawishiwa kushirikiana na watu safi, wenye busara, na wa kupendeza, athari zingekuwa nzuri zaidi. Ikiwa watachagua kuwa na wenzi wanaomcha Bwana, athari zitakazotokea zitawaongoza katika Kweli, kuutambua wajibu, na kuwa watakatifu. Maisha ya Kikristo ya Kweli ni nguvu ya wema. Lakini, kwa upande mwingine, wale wanaoambatana na wanaume kwa wanawake wenye maadili mabaya, kanuni na mazoea mabaya, hivi punde nao watatembea katika njia hiyo hiyo. Mwelekeo wa hisia za moyo wa asili huwa za chini. Aambatanaye na mwenye mashaka naye atakuwa na mashaka kuhusu imani (skeptical); anayechagua kuambatana na mwovu bila shaka naye atakuwa mwovu. Kutembea katika shauri la wasiomcha Mungu ni hatua ya kwanza ya kuelekea kusimama katika njia ya wadhambi na kukaa katika kiti cha wenye dharau (Zaburi 1). {CHSw 414.3}

Wale wote wanaohitaji kuwa na tabia njema yawapasa wachague marafiki wasio na mzaha-mzaha (serious), watu wenye fikra na umaini na wenye mielekeo ya kupenda mambo ya kiroho/kidini. Wale walioihesabu gharama na wanaotamani kujenga msingi imara wanapaswa watumie nyenzo bora katika ujenzi wa jengo lao -la tabia. Ikiwa watakubali mbao zilizooza, ikiwa wataridhika na tabia zisizofaa, jengo litaharibika hatimaye. Hebu wote tahadhari jinsi wanavyojenga-mjengo. Dhoruba ya majaribu italisomba jengo, na ikiwa halijajengwa kwa uthabiti na kwa uaminifu halitastahimili jaribu. {CHSw 415.1}

Jina zuri ni la thamani sana kuliko dhahabu. Kuna mwelekeo mkubwa wa vijana kuambatana na watu walio na akili na maadili duni. Je kijana hutarajia kupata furaha gani ya Kweli anapojiunganisha na watu wasio na hekima kwa kupenda kwake, wenye viwango vya chini katika hisia, na mwenendo (maisha ya uovu au dhambi)? Baadhi yao wameangukia katika tamaa na tabia potofu, na wote wanaochagua kuambatana na marafiki kama hao hufuata tabia zao. Tunaishi katika nyakati za hatari ambazo zinapaswa kusababisha mioyo ya wote kuwa na hofu. Tunaona Akili za wengi zinamangamanga katika vichaka tata vya mashaka katika imani (maze skepticism). Sababu ya haya yote ni ujinga/kutojua, kiburi, na tabia mbovu. Unyenyekevu ni somo gumu kwa mwanadamu aliyeanguka kujifunza. Kuna kitu ndani ya moyo wa mwanadamu ambacho huinuka na hupingana na Ukweli uliofunuliwa juu ya mambo yanayohusiana na Mungu na wadhambi, uvunjaji wa sheria ya Mungu, na msamaha kupitia Kristo. {CHSw 415.2}

Jifunze Maandiko

Ndugu na dada zangu, wazee kwa vijana, mnapopata hata saa moja la kupumzika, fungueni Biblia na muijaze akili Kweli zenye thamani. Mnapokuwa kazini, zilindeni akili, ziwekeni kwa Mungu, ongeeni machache, na mtafakari zaidi. Kumbukeni*: "Kila neno lisilo la maana, watakalolinena* 1 *wanadamu, watatoa hesabu ya neno hilo siku ya hukumu Mathayo 12:36."* Hebu chagueni maneno ya

kuzungumza; hii itafunga mlango kwa uadui wa roho. Anzeni siku yenu kwa maombi; fanyeni kazi kama mpo machoni pa Mungu. Malaika Wake huwa karibu nanyi kila wakati, wakichukua kumbukumbu ya maneno yenu, mwenendo wenu, na jinsi mnavyofanya kazi zenu. {CHSw 415.3}

Mkiyaacha mashauri mazuri na kuchagua kushirikiana na wale wasio na mwenendo mzuri katika dini au wana mwelekeo kwa yasiyo ya kiroho, ingawa wanadai kuwa ni Wakristo, nanyi mtakuwa kama wao hivi karibuni. Mkijiweka katika njia ya majaribu, katika uwanja wa vita wa Shetani,pasipo kuendelea kuwa na ulinzi, hakika mtashindwa na hila zake. Kuna watu ambao kwa muda fulani wameukiri Ukristo-dini, lakini katika nia na makusudio yao yote, Mungu na dhamiri ya dhati havimo ndani yao. Wanafanya mambo ya ubatili na upuuzi; mazungumzo yao ni duni, kwani huelekea kwenda. Uchumba na ndoa huitawala akili na kujitenga na mawazo mazuri na bora. {CHSw 416.1}

Marafiki wanaochaguliwa na watenda kazi huamua hatima yao ya ulimwengu huu na ujao. Baadhi ya watu ambao hapo awali walikuwa na dhamira kali zenye uadilifu na waaminifu, inasikitisha kwamba wamebadilika, wamejitenga na Mungu, na Shetani amewavutia upande wake. Hivi sasa ni watu wasio na dini, kicho na wasio na heshima, nao wamewaathiri watu wengine ambao ni rahisi kushawishika. Marafiki wabaya huiharibu tabia; kanuni huwekwa chini. ***"Aendaye pamoja na wenye hekima atakuwa na hekima; bali rafiki wa wapumbavu ataumia Mithali 13:20."*** {CHSw 416.2}

Epuka Kuchezeana kwa Kutongozana na Mahaba (Avoid Flirtation)

Vijana wapo hatarini; kwani ni vipofu wa kupambanua mielekeo na matokeo ya njia wanayoifuata. Wengi wao wanajihusisha na mapenzi ya kuchezeana na kutongozana. Wanaonekana kupumbazwa na kudanganywa na hisia za mahaba.

Hakuna kitu chenye ubora, heshima, hadhi, au utakatifu katika mambo yahusuyo mahusiano hayo; kwa kuwa wanachochewa na Shetani, ushawishi unahusu jinsi wakavyompenzeza yeye-Shetani. Maonyo wanayopewa hayazingatiwi. Ni wakaidi, wenye vichwa vigumu, wabinafsi, jeuri, na mafidhuli. Wanafikiri ya kuwa maonyo, ushauri, au makaripio hayawahusu wao. Hawajali kuhusu na mwenendo/tabia yao. Daima wanameendelea kujitenga na nuru na upendo wa Mungu. Wamepoteza utambuzi wote kuhusiana na mambo matakatifu na ya milele, na japo wanaendelea kushugulikia na mfano mkavu-kavu wa Ukristo katika wajibu na majukumu ya Kikristo hawana moyo na mazoezi hayo ya Kiroho. upendo wa kushiriki katika Mambo yahusuyo dini. Kwa kuchelewa sana ndipo nafsi hizi zilizodanganywa zitakapojifunza ya kwamba *"Bali mlango ni mwembamba, na njia imesonga iendayo uzimani, nao waionao ni wachache. Mti na Matunda Yake Mathayo 7:14."* {CHSw 416.3}

Maneno, matendo na nia hurekodiwa; lakini ni kwa upeo mdogo kiasi gani, vichwa vyetu vyepesi vyenye kufikiri kwa juu juu na mioyo yetu migumu hutambua ya kwamba malaika wa Mungu anasimama akiandika jinsi nyakati zetu za thamani zinavyotumika. Mungu ataweka wazi kila neno na kila tendo. Yeye Yupo kila mahali. Wajumbe Wake, ingawa hawaonekani, huwa ni wageni wetu vyumbani na katika maeneo ya kazi. Matendo ya giza yaliyofichwa, giza yatawekwa wazi. Mawazo, nia na makusudi ya moyo, yatafunuliwa. Mambo yote hufichuliwa na yako mbele Yake kwa utupu/uchi machoni Pake. {CHSw 417.1}

Watenda kazi wanapaswa kuambatana na Yesu katika kila idara ya kazi. Lolote linalofanyika lapaswa lifanyike kwa usahihi, ukamilifu na linaweza kustahimili kukaguliwa. Moyo wapaswa kuwa kazini. Uaminifu ni muhimu katika kazi za kawaida za maisha kama ilivyo katika kazi zinazohusisha majukumu makubwa zaidi. Wengine huwaza kwamba kazi yao si ya kuwainua watu au kuwaboresha; lakini hilo linatokana na uchaguzi wao. Wao pekee ndio

wenye uwezo wa kudhalilisha au kuinua ajira zao. Tunatamani ya kwamba kila mtu (asiye na uovu) alazimike kufanya kazi kwa bidii ili aweze kupata mkate wake wa kila siku, kwani kazi ni baraka, na sio laana. Kufanya kazi kwa bidii kutatuepusha na mitego mingi ya Shetani, ambaye “humtafuta mtu mvivu,aliye na mikono isiyo na kazi na kumpatia kazi yenye uovu, utundu, michezo-michezo, mzaha, au yenye kuudhi watu (mischief work).” {CHSw 417.2}

Usiionee Haya Kazi

Mtu yeyote kati yetu hatakiwi kuionea haya kazi, haijalishi ni kwa kiasi gani itaonekana ya kuwa ni duni na ya kitumwa. Kazi ni jambo la hadhi na heshima. Wote wanaofanya kazi aidha kwa vichwa/ofisi au mikono ni watendakazi wa kike na wa kiume. Na wote hufanya wajibu wao na kuiheshimu dini yao kama vile wanaofanya kazi zao hata katika kuosha vyombo kama wale wanaokwenda kwenye mkutano ya kiroho. Wakati mikono inapojishughulisha na kazi za kawaida zaidi, akili inaweza kuinuliwa na kukuzwa na mawazo safi na matakatifu. Wakati mtendakazi yeyote anapodhihirisha kutoheshimu mambo ya kiroho/kidini, anapaswa kuachishwa kazi hiyo. Mtu yeyote asihisi ya kuwa taasisi inamtegemea. {CHSw 418.1}

Wale ambao wameajiriwa kwa muda mrefu katika taasisi zetu wanapaswa sasa wawe watenda kazi wenye bidii wanaowajibika, wanaotegemeka kila mahali, waaminifu katika kazi kama dira kwa sindano. Kama wangeboresha fursa zao ipasavyo, wangekuwa na tabia linganifu na uzoefu wa kina wa maisha katika mambo ya dini/kiroho. Lakini baadhi ya watenda kazi wamejitenga na Mungu. Dini imewekwa kando. Si kanuni inayozingatiwa vizuri na kutunzwa kwa uangalifu popote waendapo, katika jamii yoyote ile wanayopelekwa, wakiithibitisha kama nanga moyoni.

Natamani watenda-kazi wote wazingatie kwa umakini ya kwamba mafanikio katika maisha haya na mafanikio ya maisha ya baadaye yanategemea sana uaminifu katika mambo madogo. Wale wanaotamani madaraka ya juu zaidi wanapaswa kudhihirisha uaminifu katika kutimiza wajibu, mahali ambapo Mungu amewaweka. {CHSw 418.2}

Ukamilifu wa kazi ya Mungu unaonekana waziwazi katika mdudu mdogo sana kama ilivyo kwa mfalme wa ndege. Nafsi ya mtoto mdogo anayemwamini Kristo ni ya thamani machoni Pake kama vile malaika kwenye kiti Chake cha enzi. "Basi ninyi iweni wakamilifu, kama Baba yenu aliye mbinguni alivyo mkamilifu." Kama vile Mungu alivyo mkamilifu katika mazingira/ufalme Wake, ndivyo mwanadamu awezavyo kuwa mkamilifu katika nyanja yake. Lolote mkono wako utakalolipata kulifanya ulifanye kwa ukamilifu na kwa haraka. Uaminifu na uadilifu katika mambo madogo, utendaji wa majukumu na matendo madogo ya wema, utachangamsha na kufurahisha njia ya uzima; na kazi yetu duniani itakapomalizika, kila jukumu dogo lililofanywa kwa uaminifu litathaminiwa kama kito cha thamani mbele za Mungu. **[Testimonies for the Church 4:587-591 (1881).]** {CHSw 419.1}

KWENYE SHULE ZETU

Katika shule zetu wauguzi wamishenari wanapaswa kupokea masomo kutoka kwa madaktari waliohitimu vizuri, na kama sehemu ya elimu yao wanapaswa kujifunza jinsi ya kupambana na magonjwa na kuonyesha thamani ya tiba mbadala za asilia (nature). Kazi hii inahitajika sana. Miji na majiji imezama/imetota katika dhambi na upotovu wa maadili, lakini kuna wakina Luti katika kila Sodoma. Sumu ya dhambi inafanya kazi katika moyo wa jamii, na Mungu anawaita wanamatengenezo kusimama katika nafasi ya ulinzi wa sheria aliyoiweka ili kutawala mfumo wa mwili.

Wanapaswa wakati huo huo kudumisha kiwango cha juu katika mafunzo ya akili na utamaduni wa moyo, ili Tabibu Mkuu ashirikiane na mkono wa kibinadamu katika kufanya kazi ya huruma na ya lazima, kutoa afueni kwa mateso. **—Testimonies for the Church 6:136 (1900).** {CHSw 419.2}

UKOSEFU WA NIDHAMU KATIKA MATUMIZI

[Special Testimonies to Physicians and Helpers, Ukurasa 90-91, 1879]

Wakati kiongozi wangu aliponiongoza kupita kwenye idara mbalimbali, ukosefu wa nidhamu katika matumizi, yaani ubaradhifu ulioonekana kila mahali na hii ilileta huzuni moyoni mwangu, kwa kuwa nilihisi kikamilifu mzigo wa madeni uliokuwa ukibebwa na taasisi hiyo. Hila ndogo ndogo, kutotimiza majukumu kwa maslahi binafsi, zilikuwa zikirekodiwa na malaika wa kumbukumbu.Ufujaji unaoruhusiwa hapa na pale, katika kipindi cha mwaka mmoja, unafikia kiasi kikubwa cha fedha. Mengi kati ya haya yangeweza kuokolewa na wasaidizi; lakini kila mmoja alisema, “Si jukumu langu kuangalia haya mambo.” Je, wangeyapita mambo haya kwa upole kama hasara ingebebwa na wao wenyewe? Hapana, wangejua hasa cha kufanya na jinsi ya kufanya; lakini tofauti kubwa iliyopo sasa, ni kwamba inamilikiwa na taasisi. Haya ni matunda ya ubinafsi na imeandikwa dhidi yao chini ya kichwa cha habari “kutokuwa waaminifu.” {CHSw 420.1}

Kwenye chumba cha chakula na jikoni niliona alama za upuuzi/uzembe na ukosefu wa utaratibu na unadhifu. Sakafu hazikuwa safi, na kulikuwapo ukosefu mkubwa wa kina, umakini, na mpangilio. Mambo haya yanazungumzwa kwa wote wanaopata fursa ya kufika kwenye vyumba hivi, kuhusu tabia za watenda kazi. Mtu asingepata mguso wa hisia kwamba sanitariamu

ina kikundi cha wasaidizi watiifu, wa mpangilio mzuri na safi. Wengine walifanya kazi kama desturi, ila mioyo yao haikuwa hapo, ilhali wengine walifanya kazi zao kwa utaratibu wa kawaida, kana kwamba hawakuwa na shauku,bali walitaka waimalize kati hiyo haraka iwezekanavyo. Utaratibu na kina vilipuuziwa kwa sababu hakukuwa na mtu karibu kuwatazama na kukosoa kazi zao. Kutokuwa waaminifu kulikuwa kumeandikwa kando ya majina yao. {CHSw 420.2}

Matron wa wanawake alitazama kile nilichokiona, lakini kwa ucheshi alikipita na alionekana hana hisia ya hali halisi ya mambo. Niliona wachache wakijaribu kubadilisha mambo kuwa bora na wakisihi kutimiza majukumu kwa uaminifu; lakini malalamiko ya ghadhabu yaliibuka, na mashinikizo yasiyo na huruma yalitolewa kwa wale waliothubutu kuchukua jukumu hili. Maneno yasiyopendeza yalikuwa mengi na yalitolewa bila woga, na hisia za wivu na hasadi zikaruhusiwa, na wale ambao wangekuwa wakweli na waaminifu walikumbana na idadi kubwa ya waliokuwa dhidi yao kiasi kwamba walilazimika kuruhusu mambo yendelee kama awali. Haya ndiyo baadhi ya maovu yaliyokuwepo kwenye sanitariamu. {CHSw 420.3}

MVUTO WETU

Kila tendo la maisha yetu linaathiri aidha kwa wema au ubaya. Ikiwa mvuto wetu unatuongoza juu ama chini; basi unahisiwa na wengine, unafanyiwa kazi, na kwa kiwango cha juu au chini utazalishwa na wengine. Ikiwa kwa mfano wetu tunawasaidia wengine katika kuendeleza kanuni njema, basi tunawapa nguvu ya kutenda wema. Na matokeo yake ni kwamba wanaendeleza jitihada ile ile ya kusaidia

.kushawishi watu wengine, na hivyo mamia na maelfu wanaathiriwa kwa ushawishi wetu, bila hata sisi kujua. Kama sisi kwa matendo tunaimarisha au tunachochea mambo utendaji wa nguvu za uovu

zilizoshikiliwa na wale wanaotuzunguka, tunashiriki dhambi yao, na tutatoa hesabu kwa wema ambao tungeweza kuufanya kwao na wala hatukuufanya, kwa sababu hatukumfanya MUNGU nguvu yetu, kiongozi wetu, na mshauri wetu. **—Testimonies for the Church 2:133 (1868).** {CHSw 421.1}

HAJA YA FURSA KWA AJILI YA UKUAJI WA KIKRISTO

[Health, Philanthropic, and Medical Missionary Work, 13-16 (1890)]

Hakuna nafsi inayoweza kustawi bila kuwa na muda wa kuomba, kuchunguza Maandiko; na wote wanapaswa, kadiri iwezekanavyo, kuwa na fursa ya kushiriki ibada ya hadhara. Kila mmoja anahitaji kutunza mafuta ya neema katika vyombo vyake na taa zao. Zaidi ya wote, wale watenda kazi waliotupwa katika ushirika wa watu wa kidunia wanapaswa kumwinua Yesu mbele yao, ili wapate kumtazama Mwana-Kondoo wa Mungu aichukuaye dhambi ya ulimwengu. Kila mara kipengele cha upagani wanachokabiliana nacho kinawafanya wahitaji kazi-binafsi kufanywa juu yao. Ni nani awezaye kuwa karibu na wagonjwa hawa, kuwasikiliza wakizungumza, na kuvuta anga-hewa ya kiroho inayowazunguka, bila kuhatarisha nafsi yake? Sharti daima pawepo na ushawishi wa kupinga mambo haya, la sivyo, kupitia vishawishi vya vivutio vya Shetani, roho ya kidunia itawateka mioyo mbali na Mungu. Kamwe tusiruhusu tabaka la kidunia liheshimiwe na kupewa heshima kubwa kuliko wale wampendao Mungu na kutafuta kufanya mapenzi Yake. {CHSw 422.1}

Wale ambao, kwa sababu yoyote ile, wanalazimika kufanya kazi siku ya Sabato, daima wako hatarini; wanahisi kupoteza, na kutoka kwenye kufanya matendo ambayo ni lazima yafanywe Sabato,nao hujipatia mazoea ya kufanya mambo siku ya Sabato yasiyo ya lazima (kufagia, kufua nguo za wagonjwa nk au hata kupika kwa namna fulani). Hivyo hisia ya utakatifu wake hupotea, na amri takatifu inakuwa haina maana. Shughuli ya pekee inapaswa kufanywa ili kuleta matengenezo kuhusiana na ulinzi wa Sabato. Watenda kazi wa sanitarium hawatimizii nafsi zao kila mara yale ambayo ni fursa na wajibu wao. Mara nyingi wanajihisi wamechoka sana kiasi kwamba wanavunjika moyo. Hali hii haipaswi kuwepo. Nafsi inaweza kuwa tajiri kwa neema tu ikiwa itakaa daima katika uwepo wa Mungu. Mungu Ndiye Mmiliki mkuu wa sanitarium, wa ofisi ya *Review and Herald*, wa *Pacific Press*, na wa vyuo vyetu. Katika taasisi hizi zote, wasimamizi wanapaswa kupokea maagizo yao kutoka juu. Na kila mahali ambapo majaribu yanayotokana na kushirikiana na wasiomcha Mungu yana msukumo wa nguvu zaidi, ndipo tahadhari kubwa inapaswa kuchukuliwa ili kuwaweka watenda kazi karibu na Kristo na chini ya mvuto unaotoka Kwake. Neno Lake lazima liwe mwongozo wetu katika mambo yote; na iwapo umaskini utatupata kwa sababu ya kushikamana na kauli iliyo wazi, “Bwana asema hivi,” basi lazima tushikamane nayo, hata ikibidi tupoteze mambo mengine yote. Ni afadhali tupate umaskini katika mambo ya muda, lakini tubaki ndani ya Kristo na kulishwa kwa Neno Lake, ambalo ni roho na uzima. “***Naye akajibu akasema, Imeandikwa, Mtu hataishi kwa mkate tu, ila kwa kila Neno litokalo katika kinywa cha Mungu***.” **(Mathayo 4:4).** Ulimwengu unaweza kutabasamu tunapowaambia hivi, lakini hili ndilo Neno la Mwana wa Mungu. Yeye anasema: “***Aulaye mwili Wangu na kuinywa damu Yangu anao uzima wa milele; Nami nitamfufua siku ya mwisho***.” **(Yohana 6:54).** {CHSw 422.2}

Hatuwezi daima kuwa magotini katika maombi, lakini njia ya kuingia kwenye *Kiti cha Rehema* daima ipo wazi. Wakati tukiwa tunashughulika na kazi za mikono, tunaweza kumwomba Bwana msaada; na tumeahidiwa na Yeye asiye na udanganyifu: “Mtapokea.” Mkristo anaweza na atapata wakati wa kuomba. Danieli alikuwa kiongozi wa nchi, na majukumu makubwa yalikuwa yamewekwa mabegani mwake; hata hivyo, mara tatu kwa siku alimtafuta Mungu, na Bwana akampa Roho Mtakatifu. Vivyo hivyo leo, wanadamu wanaweza kukimbilia kwenye maskani matakatifu ya Aliye Juu sana na kupata uhakika wa ahadi Yake: “***Na watu wangu watakaa katika kao la amani; na katika maskani zilizo salama, na katika mahali pa kupumzikia penye utulivu.***” **(Isaya 32:18).** Wote wenye kutamani kwa dhati wanaweza kupata mahali pa ushirika na Mungu, ambapo hakuna sikio la kibinadamu linaloweza kusikia ila lile lililo wazi kusikia kilio cha wasiojiweza, waliokandamizwa, na wenye uhitaji—Yeye anayejua hata kuanguka kwa shomoro mdogo mmoja. Anasema: “***Msiogope basi; bora ninyi kuliko mashomoro wengi***. **Mathayo 10:31** {CHSw 423.1}

Kama msukumo wa kazi nyingi unaruhusiwa kutuondoa katika kusudi letu la kumtafuta Bwana kila siku, tutafanya makosa makubwa; tutapoteza mambo mengi (hasara), kwa maana Bwana hatakuwa pamoja nasi; tumefunga mlango, asipate nafasi ya kuingia katika roho zetu. Lakini tukisali hata wakati mikono yetu inajishughulisha na kazi, sikio la Mwokozi liko wazi kusikia maombi yetu. Tukiamua kutotenganishwa na Chanzo cha nguvu zetu, Yesu Naye ataamua kuwa upande wetu wa kuume kutusaidia, ili tusiaibike mbele ya maadui zetu. Neema ya Kristo

inaweza kututendea yale ambayo jitihada zetu zote haziwezi kuyatimiza. Wale wampendao na kumcha Mungu wanaweza kuzungukwa na wingi wa shuguli na taabu, na bado wasiteleze, wasitetereke, wala kupotoka kwenye njia iliyo nyoofu kwa miguu yao. Mungu atakutunza mahali ambapo ni wajibu wako kuwepo. Lakini hakikisha, kadri iwezekanavyo, unaenda pale ambapo maombi hufanyika. Mwokozi anasema: "***Lakini unayo majina machache katika Sardi, watu wasioyatia mavazi yao uchafu. Nao watakwenda pamoja Nami hali wamevaa mavazi meupe, kwa kuwa wamestahili.***" **(Ufunuo 3:4).** Nafsi hizi walishinda kwa damu ya Mwana-Kondoo na kwa Neno la ushuhuda wao. Kati ya uovu wa kimaadili uliotamalaki kila upande, walishikilia uadilifu wao. Na kwa nini? Kwa kuwa walishiriki asili ya Kiungu, na kwa njia hiyo wakakimbia uharibifu ulio katika dunia kwa tamaa mbaya. Walitajirika katika imani, wakiwa warithi wa urithi wenye thamani kuu kuliko dhahabu ya Ofiri. Hakika, maisha ya utegemezi/kumtegemea kwa kudumu Mwokozi pekee ndiyo maisha ya utakatifu. {CHSw 424.1}

SEHEMU YA 9—KUFUNDISHA KANUNI ZA AFYA KANISA LINAPASWA KUAMKA

[Testimonies for the Church 7:62-67 (1902)]

Tumefika wakati ambapo kila mshiriki wa kanisa anapaswa kufanya kazi ya umishenari wa tiba. Ulimwengu ni nyumba yenye wakoma wa dhambi iliyojaa waathirika wa magonjwa ya kimwili na ya kiroho (Lazer House). Kila mahali watu wanaangamia kwa kukosa maarifa ya Ukweli ambao tumepewa. Washiriki wa kanisa wanahitaji kuwa na mwamko, ili waweze kutambua jukumu lao la kutoa Ukweli huu. Wale ambao wameangaziwa nuru na Ukweli wanapaswa kuwa wabeba nuru kwa ulimwengu. Kuficha nuru yetu wakati huu ni kufanya makosa mazito. Ujumbe kwa watu wa Mungu leo ni: ***"Ondoka, uangaze, kwa kuwa nuru yako imekuja, na utukufu wa Bwana***

umekuzukia Isaya 60:1." {CHSw 425.1}

Kila upande tunaona wale ambao wamekuwa na nuru na maarifa mengi wakichagua uovu badala ya mema. Bila kufanya jaribio la kujirekebisha, wanazidi kuwa wabaya zaidi. Lakini watu wa Mungu hawapaswi kutembea gizani. Wanatakiwa kutembea katika nuru, kwani wao ni wanamatengenezo. {CHSw 425.2}

Kazi ya umishenari wa tiba itafungua milango mingi, mbele ya mwanamatengenezo wa kweli. Hakuna mtu anayehitaji kusubiri hadi aitwe katika umbali fulani wa eneo kabla ya kuanza kusaidia wengine. Popote ulipo, unaweza kuanza mara moja. Fursa zipo katika kumfikia kila mtu. Anza kazi ambayo unawajibika kwayo, kazi ambayo inapaswa kufanywa nyumbani kwako na kwa majirani zako. Usisubiri wengine wakusihi kuchukua hatua. Kwa kumcha Mungu songa mbele bila kuchelewa, ukizingatia jukumu lako binafsi kwa ajili Yake Yeye aliyetoa uhai Wake kwa ajili yako. Tenda kana kwamba umemsikia Kristo akikuita wewe binafsi, kufanya bidii yako ya juu zaidi, katika utumishi Wake. Usiangalie ni nani mwingine aliye tayari. Ikiwa umejiweka wakfu Kweli, Mungu, kupitia kwako, atawaleta watu katika Ukweli wengine ambao Anaweza kuwatumia kama njia za kufikisha nuru kwa wengi wanaopapasa-papasa gizani. {CHSw 425.3}

Wote Wana Sehemu ya Kufanya

Katika kujaribu kujiwekea udhuru, wengine wanasema: "Majukumu yangu ya nyumbani, watoto wangu, wanadai muda wangu na mali yangu." Wazazi, watoto wako wanapaswa kuwa mkono wako wa kusaidia/msada, wakiongeza nguvu na uwezo wako wa kufanya kazi kwa ajili ya Bwana. Watoto ni washiriki wachanga wa familia ya Bwana. Wanapaswa kuongozwa kujiweka wakfu kwa Mungu, ambaye wao ni Wake kwa uumbaji na kwa ukombozi. Wanapaswa kufundishwa kwamba nguvu zao zote za mwili, akili, na roho ni Zake. Wanapaswa kufundishwa kusaidia kwa njia mbalimbali za

huduma isiyo na ubinafsi. Usiruhusu watoto wako kuwa vizuizi. Pamoja nawe watoto wanapaswa kushiriki mizigo ya kiroho na ya kimwili. Kwa kuwasaidia wengine wanaongeza furaha yao na manufaa yao binafsi. {CHSw 426.1}

Hebu watu wetu waonyeshe kuwa wana nia na shauku katika kazi ya umishenari wa tiba. Hebu wajiandae kunufaisha watu, kwa kusoma vitabu ambavyo vimeandikwa kwa mafundisho yetu katika njia hii. Vitabu hivi vinastahili umakini na kuthaminiwa zaidi ya vile vilivyopokelewa. Mengi ambayo ni kwa faida ya wote kuelewa yameandikwa kwa kusudi maalum la kufundisha kanuni za afya. Wale ambao hujifunza na kutekeleza kanuni hizi watabarikiwa sana, kimwili na kiroho. Kuelewa falsafa ya afya itakuwa kinga dhidi ya maovu mengi ambayo yanaendelea kuongezeka. {CHSw 426.2}

Kujifunza Nyumbani

Wengi wanaotamani kupata maarifa katika njia ya umishenari wa tiba wana majukumu ya nyumbani ambayo wakati mwingine yatakuwa vizuizi kwao kukutana na wengine kwa ajili ya kijifunza. Hawa wanaweza kujifunza mengi katika nyumba zao wenyewe kuhusu mapenzi ya Mungu yaliyooneshwa kuhusu njia hizi za kazi ya umishenari, na hivyo kuongeza uwezo wao wa kusaidia wengine. Akina baba na akina mama, pateni msaada wote mnaoweza kuupata kutokana na kusoma vitabu na machapisho yetu. Soma kitabu cha Afya Njema "Good Health" kwani kimesheheni taarifa za muhimu. Chukua muda wa kuwasomea watoto wako kutoka katika vitabu vya afya, vile vile kutoka katika vitabu vinavyoshughulikia zaidi masomo ya dini. Wafundishe umuhimu wa kutunza mwili, na ambao ndiyo, nyumba wanayoishi. Tengeneza mzunguko wa kusoma nyumbani, ambao kila mtu katika familia ataweka kando shughuli nyingi za siku hiyo na kuungana katika kusoma. Akina baba, mama, kaka, dada, chukua kazi hii kwa moyo wote na uone ikiwa kanisa la nyumbani halitaboreshwa sana. {CHSw 427.1}

Hasa vijana ambao wamezoea kusoma riwaya na vitabu vya hadithi zisizo na thamani, za ovyo hovyo tu, watapata faida kwa kujiunga na somo la jioni la familia*. Wavulana na wasichana, soma vitabu ambavyo vitakupa maarifa ya Kweli na ambavyo vitakuwa msaada kwa familia nzima. Sema kwa uthabiti: “Sitatumia muda wangu wa thamani kusoma kile ambacho hakitakuwa na faida kwangu na ambacho hakitanifaa kuhudumia au kuwa wa msaada kwa wengine. Nitatumia muda wangu na mawazo yangu kujipatia stahiki/kufaa kwa ajili ya huduma ya Mungu. Nitafunga macho yangu kwa vitu vya kijinga na vya dhambi. Masikio yangu ni ya Bwana, na sitasikiliza hoja za hila za adui. Sauti yangu haitakuwa chini ya mapenzi yoyote ambayo hayako chini ya mvuto wa Roho wa Mungu. Mwili wangu ni hekalu la Roho Mtakatifu, na kila nguvu ya utu wangu itatengwa kwa ajili ya shughuli zinazostahili.” {CHSw 427.2}

Vijana, Mkono wa Mungu Wa Msaada

Bwana ameteua vijana kuwa mkono Wake wa kusaidia. Ikiwa katika kila kanisa wangejiweka wakfu wenyewe kwa Mungu, ikiwa wangetenda kwa kujikana nafsi nyumbani, wakampa ahueni mama yao aliyetindikiwa, mama angeweza kupata wakati wa kuwatembelea majirani, wakati nafasi inapojitokeza, wangeweza wao wenyewe kutoa msaada kwa kufanya vishuguli vidogo-vidogo vya rehema na upendo. Vitabu na majarida yanayoshughulikia mada ya afya na kiasi yanaweza kuwekwa katika nyumba nyingi. Mgawanyo wa machapisho haya ni jambo muhimu; kwani maarifa ya thamani yanaweza kutolewa kuhusu tiba ya magonjwa, maarifa ambayo yangekuwa baraka kubwa kwa wale ambao hawawezi kulipia gharama za daktari waendapo kwenye zahanati. {CHSw 428.1}

Kujifunza Fiziolojia

Wazazi wanapaswa wapende masomo ya 1 kutafuta kuwafanya watoto wao fiziolojia.* Kuna wachache tu kati ya

vijana ambao wana ufahamu wowote dhahiri wa siri na mafumbo ya maisha. Elimu ya Mwili wa mwanadamu ambaye ni kiumbe wa ajabu, mahusiano na utegemezi wa sehemu zake ambazo ni ngumu kuzielewa zinavyofanya kazi, ni moja ya yale ambayo wazazi wengi hawapendi kuyashugulikia. Ingawa Mungu anawaambia, “Mpenzi naomba ufanikiwe katika mambo yote na kuwa na afya yako, kama vile roho yako ifanikiwavyo,” lakini watu hawa hawaelewi ushawishi wa mwili juu ya akili au akili juu ya mwili. Mambo yasiyo na maana huvuta umakini wao, na kisha wanadai ukosefu wa wakati kama kisingizio cha kutopata maarifa muhimu ili kuwawezesha vizuri kuwafundisha watoto wao. {CHSw 428.2}

Kama wote wangepata ujuzi wa mada hii na wangehisi umuhimu wa kuitumia kwa vitendo, tungeona mambo yakienda vyema. Wazazi, fundisheni watoto wenu kufikiri kuanzia kwenye kisababishi hadi athari. Waonyeshe kwamba, ikiwa wanakiuka sheria za afya, lazima walipe adhabu hiyo kwa kuteseka. Waonyeshe kuwa uzembe kuhusu afya ya mwili hupelekea uzembe katika maadili. Watoto wako wanahitaji uvumilivu, na uangalizi wa uaminifu. Haitoshi kuwalisha na kuwavika; unapaswa kutafuta pia kukuza nguvu zao za akili na kujaza mioyo yao na kanuni sahihi. Lakini ni mara ngapi uzuri wa tabia na uzuri wa mwenendo unapotezwa machoni, kwaajili tu ya shauku ya muonekano wa nje! Enyi wazazi, msitawaliwe na maoni ya ulimwengu; msifanye kazi ili kufikia viwango vyake. Jiamulie kusudi lako kuu la maisha, na kisha weka kila juhudi na kujipinda kufikia lengo hilo. Hauwezi kupuuza mafunzo bora ya watoto wako. Tabia zao zenye kasoro zitaonesha kukosa kwako uaminifu. Uovu unaouruhusu upite bila kusahihishwa, tabia mbaya zenye mikwaruzo, kutokuheshimu na kutotii, tabia za uvivu na kutokujali, zitaleta aibu kwa majina yenu na uchungu maishani mwenu. Hatima ya watoto wenu kwa kiwango kikubwa ipo mikononi mwenu. Mkishindwa kuwajibika mnaweza kuwaweka watoto katika safu ya adui na kuwafanya mawakala wake

katika kuharibu wengine; kwa upande mwingine, ikiwa mnawafundisha kwa uaminifu, ikiwa katika maisha yako mwenyewe utaweka mbele yao kielelezo cha utauwa, mnaweza kuwaongoza kwa Kristo, na wao nao watawashawishi wengine, na kwa hivyo wengi wanaweza kuokolewa kupitia utumishi wako. {CHSw 429.1}

Elekeza Watoto

Akina baba na akina mama, je, mnatambua umuhimu wa jukumu lililopo juu yenu? Je, mnatambua ulazima wa kuwalinda watoto wenu kutokana na tabia za hovyo, za kudhalilisha? Ruhusu watoto wenu kuunda muungano huo tu kama watakuwa na mvuto sahihi juu ya tabia zao. Msiruhusu watoto wenu wawe nje jioni isipokuwa kama unajua wako wapi na wanafanya nini. Wafundisheni juu ya kanuni za usafi wa maadili. Ikiwa mmepuuza kuwafundisha mstari kwa mstari, amri juu ya amri, hapa kidogo na pale kidogo, anzeni mara moja kutekeleza wajibu wenu. Bebeni majukumu yenu na mfanye kazi kwa muda na kwa ajili ya umilele. Hebu siku nyingine isipite bila kukiri kuwapuuza kwako watoto wako. Waambie kuwa mnamaanisha sasa kufanya kazi yenu mliyoteuliwa kwayo na Mungu. Waombe waungane nawe katika matengenezo. Fanya bidii kukomboa yaliyopita. Usibaki tena katika hali ya kanisa la Laodikia. Kwa Jina la Bwana natoa wito kwa kila familia kuonyesha uhalisia wake. Fanya matengenezo katika kanisa nyumbani kwako. {CHSw 429.2}

Unapofanya kwa uaminifu wajibu wako nyumbani, baba kama kuhani wa kaya, mama kama mmisionari wa nyumbani, unaongeza mawakala kwa kufanya mema nje ya nyumba. Unapoboresha nguvu zako mwenyewe, unakuwa bora zaidi kwa kufanya kazi kanisani na kwa majirani. Kwa kuwafungamanisha watoto wako kwako mwenyewe na kwa Mungu, baba na mama na watoto wanakuwa watenda-kazi pamoja na Mungu. {CHSw 430.1}

Kama njia ya kushinda chuki na kupata ufikiaji wa akili, kazi

ya umishenari wa tiba lazima ifanyike, si katika sehemu moja au mbili tu, bali katika sehemu nyingi ambako ile Kweli bado haijatangazwa. Tunapaswa kufanya kazi kama wamishenari wa injili wa matibabu, kuponya roho zilizo wagonjwa wa dhambi kwa kuwapa ujumbe wa wokovu. Kazi hii itaondoa ubaguzi kuliko kitu kingine kinavyoweza. **[Testimonies for the Church 9:211 (1902)]** {CHSw 430.2}

WATENDAKAZI WA INJILI KUFUNDISHA MATENGENEZO YA AFYA

Wachungaji wetu wanapaswa kuwa na akili juu ya matengenezo ya afya. Wanahitaji kufahamu fiziolojia (Viungo na mifumo ya mwili na jinsi vifanyavyo kazi) na usafi; wanapaswa kuelewa sheria zinazoongoza maisha ya kimwili na jinsi zinavyoathiri afya ya akili na roho. {CHSw 431.1}

Maelfu kwa maelfu wanajua kidogo juu ya mwili wa ajabu ambao Mungu amewapa au utunzaji ambao mwili unapaswa kupokea; na wanaona kuwa ni muhimu zaidi kusoma masomo ambayo hayana matokeo makubwa. Wachungaji wana kazi ya kufanya hapa. Wanapochukua msimamo sahihi kuhusu suala hili, mengi yatapatikana. Katika maisha na nyumba zao wenyewe wanapaswa kutii sheria za maisha, wakitenda kanuni sahihi na kuishi kwa afya njema. Kisha wataweza kuzungumza kwa usahihi juu ya somo hili, wakiwaongoza watu juu na bado juu zaidi katika kazi ya matengenezo. Wakiishi katika nuru wenyewe, wanaweza kubeba ujumbe wa thamani kubwa kwa wale wanaohitaji ushuhuda kama huo. {CHSw 431.2}

Kuna baraka za thamani na uzoefu mzuri wa kupata ikiwa wachungaji/wahudumu watachanganya uwasilishaji wa swali la afya na kazi zao zote makanisani. Watu lazima wawe na mwanga juu ya matengenezo ya afya……. {CHSw 431.3}

Wenyeviti wa makoferensi yetu wanapaswa kutambua kuwa ni wakati muafaka wa wao kujiweka kwenye haki upande wa swali hili. watumishi na walimu wanapaswa kuwapa wengine mwanga ambao wameupokea. Kazi yao katika kila mstari inahitajika. Mungu atawasaidia; Atawatia nguvu waja Wake wanaosimama kidete na hawatayumbishwa na Ukweli na uadilifu ili wasikite katika kuendekeza tamaa za mwili. **—Testimonies for the Church 6:376, 377 (1900).** {CHSw 431.4}

MATENGENEZO YA KIASI

Kunahitajika matengenezo makubwa katika suala la kiasi. Dunia imejaa anasa na starehe za kila namna. Kwa sababu ya athari zinazopooza akili zinazoletwa na vichocheo na vilevi vya kulevya (stimulants and narcotics), akili za wengi haziwezi kutofautisha kati ya vilivyo vitakatifu na vya kawaida. Nguvu zao za kiakili zimenyong'onyea, na hawawezi kupambanua mambo ya kina ya kiroho yaliyo ndani ya neno la Mungu. {CHSw 432.1}

Mkristo wa kweli atajitawala katika mambo yote—katika kula, katika kunywa, katika mavazi, na katika nyanja zote za maisha. "***Na kila ashindanaye katika michezo hujizuia katika yote; basi hao hufanya hivyo kusudi wapokee taji iharibikayo; bali sisi tupokee taji isiyoharibika.***" **(1 Wakorintho 9:25).** Hatuna haki ya kujifurahisha au kujiendekeza katika chochote kitakachotuletea hali ya akili itakayozuia Roho wa Mungu kutugusa na kutuamsha juu ya wajibu wetu. Ni ujanja wa kishetani uliosukwa kwa ustadi kuwafanya watu wawekwe katika hali ambayo Injili itawafikia kwa shida sana. {CHSw 432.2}

Je, hakutakuwa miongoni mwetu, kama taifa la Mungu, uamsho wa kweli wa kazi ya kiasi? Kwa nini hatujitahidi kwa msisitizo mkubwa zaidi kupinga biashara ya vilevi, ambayo inaharibu roho za wanadamu na kusababisha vurugu pamoja na uhalifu wa kila namna? Kwa nuru kuu ambayo Mungu ametukabidhi, tunapaswa kuwa mstari wa mbele katika kila matengenezo ya kweli.

Matumizi ya vilevi vyenye madawa yamewafanya watu wawe kama wazimu, na yanawaongoza kutenda uhalifu wa kutisha mno. Kwa sababu ya uovu unaotokana kwa kiwango kikubwa na matumizi ya vilevi, hukumu za Mungu sasa zinashuka juu ya dunia yetu. Je, sisi hatuna wajibu wa dhati na wa kipekee wa kuweka bidii kubwa kupinga uovu huu mkuu? — **The Review and Herald, Agosti 29, 1907.** {CHSw 432.3}

KWENYE MIKUTANO YA MAKAMBI

Testimonies for the Church 6:110, 111 (1900)

Hivyo kila matengenezo ya Kweli yana nafasi yake katika kazi ya ujumbe wa malaika wa tatu. Hasa matengenezo ya kiasi yanataka usikivu wetu na uungwaji mkono. Katika mikutano yetu ya makambi tunapaswa kuangazia kwa kazi hii na kuifanya kuwa suala hai. Tunapaswa kuwasilisha kwa watu kanuni za kiasi cha Kweli na kuwaita wale waliotia sahihi kwenye kiapo cha kiasi. Tahadhari makini inapaswa kutolewa kwa wale ambao wamekuwa watumwa na tabia mbaya. Ni lazima tuwaongoze kwenye msalaba wa Kristo. {CHSw 433.1}

Mikutano yetu ya makambi inapaswa kuwa na watenda kazi na madaktari/tiba. Hawa wanapaswa kuwa watu wenye hekima na busara, watu wanaoheshimu huduma ya Neno na ambao si wahasiriwa wa kutoamini. Wanaume hawa ni walinzi wa afya za watu, na wanapaswa kutambuliwa na kuheshimiwa. Wanapaswa kutoa maelekezo kwa watu kuhusu hatari za kutokuwa na kiasi. Uovu huu lazima ushugulikiwe kwa ujasiri zaidi katika siku zijazo kuliko ilivyokuwa huko nyuma. Wahudumu/wachungaji na madaktari wanapaswa kuweka wazi ubaya wa kutokuwa na kiasi. Wote wawili wanapaswa kufanya kazi katika Injili kwa uwezo wa kushutumu dhambi na kuinua haki. Wale wahudumu au madaktari ambao hawatoi wito binafsi kwa wananchi ni wazembe katika wajibu wao. Wanashindwa kufanya kazi ambayo Mungu amewaagiza. {CHSw 433.2}

Katika makanisa mengine kuna Wakristo ambao

wanasimama katika kulinda kanuni za kiasi. Tunapaswa kutafuta kuwakaribia watenda kazi hawa na kuwatengenezea njia ya kuwa bega kwa bega nasi. Tunapaswa kuwaita watu wakuu na wema kuunga mkono juhudi zetu za kuokoa kile kilichopotea. {CHSw 433.3}

Ikiwa kazi ya kiasi ingeendelezwa nasi, kama ilivyoanza miaka thelathini iliyopita; ikiwa katika mikutano yetu ya makambi tuliwasilisha mbele ya watu ubaya wa kutokuwa na kiasi katika kula na kunywa, na hasa ubaya wa kunywa vileo; ikiwa mambo haya yangewasilishwa kuhusiana na uthibitisho wa kuja kwa Kristo upesi, kungekuwa na kupepetwa/mtikisiko kati ya watu. Ikiwa tulionyesha bidii kulingana na umuhimu wa Kweli tunazohubiri, huenda tukasaidia sana kuokoa mamia, naam, maelfu, kutoka katika uharibifu. **[Testimonies for the Church 6:110, 111 (1900).]** {CHSw 433.4}

KAZI NZURI INAPOFANYWA KUWA NGUMU

Ukweli wa Leo uliopo upo katika kazi ya matengenezo ya afya kwa hakika kama katika vipengele vingine vya kazi ya Injili. Hakuna tawi moja likitenganishwa na wengine/mengine linaweza kuwa zima, na kamili. {CHSw 434.1}

Injili ya afya ina watetezi hodari, lakini kazi yao imefanywa kuwa ngumu sana kwa sababu wachungaji wengi, wenyeviti wa makonferensi, na wengine wenye nyadhifa za ushawishi wameshindwa kutoa kipaumbele cha matengenezo ya afya ipasavyo. Hawajaitambua katika uhusiano wake na kazi ya ujumbe, kwamba ni mkono wa kuume wa mwili. Wakati heshima ndogo sana imeonyeshwa kwa idara hii na watu wengi, na kwa baadhi ya wachungaji, Bwana ameonyesha kuijali kwa kuipa mafanikio tele. Kazi ya afya inapofanywa ifaavyo, kazi ya afya inakuwa daraja, linalotengeneza njia ili Kweli nyingine zifikie moyo. Wakati ujumbe wa malaika watatu unapopokelewa kwa utimilifu wake, matengenezo ya afya yatapewa nafasi yake katika mabaraza ya konferensi, katika kazi ya kanisa, nyumbani,

mezani, na katika mipango yote ya nyumbani. Kisha mkono wa kulia utatumika katika kulinda mwili. **—Testimonies for the Church 6:327 (1900).** {CHSw 434.2}

KUENEZA KANUNI ZA KIASI

[The Review and Herald, June 18, 1908.]

Mungu anawaagiza watu Wake wafanye kazi kwa mshikamano na kwa umoja katika huduma Yake, ili watende kwa mfano na mtindo wa Kristo. Ujumbe huu wa mwisho wa onyo lazima uifikie dunia yote, na daima kunakuwa na mwito wa wale watakaojitolea kupeleka ujumbe huu katika maeneo ya umishenari yanayolia kwa msaada. Wapo baadhi ambao hawawezi wenyewe kwenda kwenye mashamba hayo, lakini wanaweza kusaidia kwa mali zao katika kuunga mkono kazi hiyo. {CHSw 435.1}

Wengi wanaweza kushiriki katika kazi ya kusambaza magazeti yetu ya kiroho. Kwa njia hiyo wanaweza kupata rasilimali za kusaidia kazi katika nchi za mbali, huku wakipanda mbegu za Kweli kwenye njia kuu na pembezoni mwa maeneo ya nyumbani. Kazi ya namna hiyo itabarikiwa na Mungu, na haitakuwa bure. {CHSw 435.2}

Popote ulipo, ifanye nuru yako ing'ae. Sambaza magazeti, machapisho na vijitabu kwa wale unaoshirikiana nao—iwe safarini kwa gari, ukiwa ugenini, au unapozungumza na majirani zako; na tumia kila fursa kusema neno la wakati. Roho Mtakatifu ataifanya mbegu hiyo izae matunda katika mioyo ya baadhi ya watu. {CHSw 435.3}

Kama watu wa Mungu, tunapaswa kukuza upole na heshima katika mahusiano yetu na wale tunaokutana nao. Hebu tujiepushe na tabia ya kushtukiza watu, bali tujitahidi daima kuwasilisha Kweli kwa namna rahisi na nyepesi. Kweli hii ni uzima, uzima wa milele kwa yule anayepokea. Hivyo basi, jifunze kwa uangalifu jinsi ya kupita kwa urahisi na kwa adabu kwenye mambo ya muda mfupi kuelekea mambo ya kiroho na ya milele. Mwelekeo wenye heshima ya

hali ya juu ulitambulisha huduma ya Mwokozi. Tafuta kwa njia ya upole kabisa kuanzisha utume wako. Ukiwa njiani ukitembea, au umeketi kando ya njia, unaweza kutia moyoni mwa mtu mbegu ya Kweli. {CHSw 435.4}

Ninayo maneno ya kutia moyo kuhusu toleo maalum la gazeti The Watchman, ambalo litachapishwa hivi karibuni na Southern Publishing House. Nitafurahi kuona mikutano yetu ya makanisa ikisaidia kazi hii kwa kuchukua nakala nyingi za toleo hili ili zisambazwe. Na kusiwekwe vizuizi vyovyote juu ya jitihada hii, bali wote washirikiane ili kutoa nafasi ya kusambaa kwa upana kwa toleo hili la kiasi na mabadiliko ya maadili. {CHSw 435.5}

Hakuna wakati muafaka zaidi ya sasa kwa mpango wa namna hii, kwa kuwa suala la kiasi (temperance), linazua shauku kubwa na pana. Hebu watu wetu kila mahali wajitahidi kwa uthabiti kuonyesha wazi msimamo wetu juu ya suala hili la kiasi. Kila jambo liwezekanalo lifanyike ili kusambaza wito wenye nguvu na wenye kugusa mioyo kuhusu kufungwa kwa vilabu vya vilevi. Gazeti hili lifanywe kuwa chombo chenye nguvu kwa wema. Kazi yetu ya kuendeleza kanuni za kiasi inapaswa kuwa na roho hai zaidi, thabiti na yenye msimamo usiotikisika. {CHSw 436.1}

Nuru ya thamani itatolewa kupitia machapisho mtakayoyasambaza katika miji na majiji. Maombi yenu ya unyenyekevu na shughuli zenu zisizo za ubinafsi zitabarikiwa na Mungu, na Kweli iliyo katika Yesu itawafikia wale wanaoihitaji. Maneno ambayo Kristo alitamka kwa wanadamu alipokuwa ulimwenguni, atayanena tena kupitia wafuasi Wake wanyenyekevu na waaminifu. Kupitia wao, atawapa wanadamu mkate wa uzima na maji ya wokovu. Ndugu zangu, shikeni kazi hii kwa unyenyekevu wa moyo. Usahili wa Utauwa wa Kweli utasababisha mheshimiwe na kuwaongoza wanaume na wanawake kutafuta chanzo cha nguvu zenu. Aminini, nanyi mtapokea mambo mnayoomba. {CHSw 436.2}

Ushirikiano wa Kikristo Katika Maisha ya Kuwa na Kiasi

Muungano wa Kikristo wa Wanawake wa Kiasi (The Woman's Christian Temperance Union) ni shirika ambalo katika jitihada zake za kueneza kanuni za kiasi tunaweza kushirikiana nalo kwa moyo wa dhati. Nimepewa nuru kwamba hatupaswi kujitenga nao; lakini, bila kutoa dhabihu ya kanuni zetu, kadiri itakavyowezekana, tunapaswa kuungana nao katika kazi ya matengenezo ya kiasi. Mimi na mume wangu, katika kazi zetu, tuliungana na hawa wafanya kazi wa kiasi, na tulipata furaha ya kuwaona watu kadhaa wakijiunga nasi katika kushika Sabato ya Kweli. Ingawa miongoni mwao kuna chuki kubwa dhidi yetu, hatutaiondoa chuki hii kwa kujitenga nao. Mungu anatupima. Tunapaswa kufanya kazi pamoja nao pale inapowezekana, na kwa hakika tunaweza kufanya hivyo katika suala la kufungwa kabisa kwa kumbi za vileo. {CHSw 436.3}

Kadiri mwanadamu anapojisalimisha kwa mapenzi ya Mungu, Roho Mtakatifu ataweka mvuto katika mioyo ya wale anaowahudumia. Nimeonyeshwa kwamba hatupaswi kujitenga na watenda kazi wa W.C.T.U. Kwa kushirikiana nao katika kuhimiza kujiepusha kabisa na vilevi, hatubadili msimamo wetu kuhusu utunzaji wa Sabato ya siku ya saba, bali tunaweza kuaonyesha kuwathamini kwetu, katika kusimama kwa ajili ya kanuni za kiasi. Kwa kufungua mlango na kuwaalika kushirikiana nasi katika suala la kiasi, tunapata msaada wao katika kazi ya kiasi; na wao, kwa kushirikiana nasi, watasikia Kweli mpya ambazo Roho Mtakatifu Yuko tayari kuziandika mioyoni mwao. {CHSw 437.1}

Ndugu zangu, muwe watenda-kazi pamoja na Kristo. Fanyeni kila jitihada iwe wakati ufaao au siyo, ili kueneza nuru ya Kweli ya sasa. Bwana ametufundisha jinsi ambavyo kamba yetu ni salama kwa kuwa imetia nanga katika Mwamba aliye hai. Hapa kuna fursa

ya kuwafanyia kazi wale walioko na Kweli katika baadhi ya vipengele, lakini katika vingine hawajafungwa salama kwa nanga. Dumuni mkiwa karibu na watu popote inapowezekana. **Mathayo 5:16** ***"Vivyo hivyo nuru yenu na iangaze mbele ya watu, wapate kuyaona matendo yenu mema, wamtukuze Baba yenu aliye mbinguni."*** {CHSw 437.2}

FUNDISHA KWA HEKIMA

Hatupaswi kwenda haraka kuliko tunavyoweza kuwachukua wale ambao dhamiri na akili zao zimeshawishika na Ukweli tunaoutetea. Lazima tukutane na watu pale walipo. Baadhi yetu tumetumia miaka mingi sana kufikia hivi tulivyo sasa katika matengenezo ya afya. Ni kazi ya polepole kufikia matengenezo katika ulaji. Tuna hamu kubwa ya kukutana nao, kwani ulimwengu umejianika kwenye ulafi. Tukiwapa watu muda mwingi kama tulivyohitaji ili kufikia hali ya sasa ya matengenezo, tungekuwa na subira nao sana na kuwaruhusu kusonga mbele hatua kwa hatua, kama tulivyofanya, hadi miguu yao iwe imara kwenye jukwaa la matengenezo ya afya. Lakini tunapaswa kuwa waangalifu sana, ili tusisonge mbele haraka sana, tusije tukalazimika kurudi nyuma. Katika matengenezo, ni bora tusonge hatua moja chini ya lengo kuliko kwenda hatua moja zaidi yake. Na ikiwa kuna kosa hata kidogo, hebu liwe kuunga mkono upande wa watu. {CHSw 438.1}

Zaidi ya yote, hatupaswi kwa kalamu zetu kutetea misimamo ambayo hatuifanyi kwa vitendo katika familia zetu wenyewe, mezani mwetu wenyewe..... {CHSw 438.2}

Tukifika kwa watu ambao hawajapata elimu kuhusu matengenezo ya afya, na kuwasilisha misimamo yetu imara mwanzoni, kuna hatari ya kukata tamaa wanapoona ni kiasi gani wanapaswa kuacha, ili wasifanye juhudi zozote za matengenezo. Lazima tuwaongoze watu kwa uvumilivu na polepole, tukikumbuka ukubwa wa shimo tulilochimbiwa.— **Testimonies for the Church 3:20, 21 (1872).** {CHSw 438.3}

MAZOEZI SAHIHI YA DHAMIRI

The Ministry of Healing, 174-179 (1905)

Wahanga wa mazoea mabaya lazima waamshwe na kuona umuhimu wa kufanya jitihada kwa ajili yao wenyewe. Wengine waweza kujitahidi sana kuwainua, neema ya Mungu yaweza kutolewa kwao bure, Kristo aweza kuwasihi, malaika Zake waweza kutumika; lakini bado yote haya yakawa bure, isipokuwa wao binafsi waamke na kupigana vita kwa niaba yao wenyewe. {CHSw 439.1}

Maneno ya mwisho ya Daudi kwa Sulemani, angali yu kijana mdogo, na ambaye karibuni ilikuwa anaenda kupokea kiti cha ufalme Israeli, yalikuwa, ***"uwe hodari, ujionyeshe kuwa mwanamume." 1 Wafalme 2:2.*** Kwa kila mwanadamu, nafasi imetolewa kwake kuwa mteule wa taji ya milele, yeye ananenewa Maneno haya yaliyovuviwa, ***"uwe hodari, ujionyeshe kuwa mwanamume."*** {CHSw 439.2}

Wale wapendao kujifurahisha wenyewe kwa mazoea maovu lazima waongozwe kuona na kutambua kwamba matengenezo makubwa ya maadili ni muhimu ikiwa wangetaka kuwa watu bora. Mungu anawaita hawa waamke na kwa nguvu za Kristo warudishe utu bora walioumbiwa na Mungu ambao wanakuwa wanautoa kwa kuendekeza dhambi. {CHSw 439.3}

Utambuzi wa nguvu ya kutisha ya kujaribiwa, tamanio chochezi liongozalo katika kuendekeza dhambi, wengi huomboleza kwa kukata tamaa, "Siwezi kuupinga uovu." Hebu mwambie mtu huyu kwamba aweza, kwamba ni lazima aupinge. Huko nyuma anaweza kuwa alishindwa tena na tena, lakini historia hiyo, sio lazima iwe hivyo kila mara. Mtu huyu ni kweli kwamba ni dhaifu katika nguvu za maadili, akitawaliwa na mazoea ya maisha ya dhambi. Ahadi na maazimio yake ni kama kamba za mchanga. Utambuzi wake kuhusiana na ahadi zake zilizovunjwa na viapo ambavyo hakuvishikilia hudhoofisha imani yake katika unyofu wake

mwenyewe na kumfanya ahisi kwamba Mungu hawezi kumkubali au kutendea kazi juhudi zake. Lakini mtu hana haja ya kukata tamaa. {CHSw 439.4}

Wale wanaoweka tumaini lao katika Kristo hawapaswi kufanywa watumwa wa tabia au mwelekeo wowote waliorithi au kuupalilia wenyewe. Badala ya mtu kufungiwa katika utumwa wa kuipenda dunia na anasa zake, wanapaswa kutawala kila hamu na tamaa ya mwili. Mungu hajatuacha tupigane na uovu kwa nguvu zetu wenyewe zenye ukomo. Haijalishi kwamba tuna mielekeo tuliyoirithi au tuliyoipalilia wenyewe kwa kufanya mabaya, twaweza kuwa washindi kupitia nguvu ambayo Yeye Yuko tayari kutupatia. {CHSw 440.1}

Kwa kuizoeza dhamiri inavyotakiwa (nia zetu), mabadiliko yote yanaweza kufanywa katika maisha yetu. Kwa kusalimisha mapenzi yetu kwa Kristo, twaungana wenyewe pamoja na uweza wa Mungu. Twapokea nguvu kutoka juu ili kutufanya tuwe imara. Maisha safi na bora, maisha ya ushindi dhidi ya kuridhisha hamu ya kula na tamaa zote za mwili, yanawezekana kabisa kwa kila mtu ambaye atayaunganisha mapenzi yake ya kibinadamu yaliyo dhaifu na yanayoyumbayumba kwenye mapenzi ya Mungu yasiyoyumbayumba ya aliye Mweza wa yote. {CHSw 440.2}

Wale wanaopambana dhidi ya nguvu ya hamu (ulafi) wanapaswa kufundishwa kanuni za maisha yenye afya. Wanapaswa kuonyeshwa kuwa ukiukwaji wa sheria za afya, kwa kuunda mazingira ya ugonjwa mwilini na tamaa zisizo za kawaida, huweka msingi wa tabia ya uraibu. Ni kwa kuishi tu kwa utii wa kanuni za afya ndipo waweza kuwa na tumaini la kukombolewa kutoka kwenye tamaa ya vichocheo na vikolezo visivyo vya asili. Ingawa watu wanategemea nguvu za Bwana ili kuvunja vifungo vya hamu (tamaa za mwili), hawana budi kushirikiana na Mungu kwa kutii sheria Zake, za maadili na mwili. {CHSw 440.3}

Kwa kila nafsi inayohangaika kuinuka toka katika maisha ya dhambi na kuingia katika maisha ya usafi, sehemu kuu ya uwezo inakaa katika Jina lile ambapo hakuna “Jina jingine chini ya mbingu walilopewa wanadamu litupasalo sisi kuokolewa kwalo.” Matendo 4:12. “Mtu akiona kiu” ya tumaini lenye utulivu, kwa ajili ya kukombolewa kutoka katika mazoea ya dhambi, Kristo asema, “na aje Kwangu, anywe.” Yohana 7:37. Dawa pekee ya uovu ni neema na uweza wa Kristo. **[The Ministry of Healing, 174-179 (1905).]** {CHSw 440.4}

ALAMA YA UTII

[A leaflet; written April 19, 1887.]

Kama Wakristo, tunapaswa kusimama imara katika kutetea kuwa na kiasi na kujiepusha na vishawishi vyote vinavyoharibu afya. Hakuna kundi lolote la watu lenye uwezo mkubwa wa kufanikisha malengo ya kusudi la kiasi kiasi kuliko vijana wetu wanaomcha Mungu. Ikiwa vijana wa kiume wanaoishi mijini mwetu wangeungana katika jeshi lililoazimia kwa uthabiti, lililo na nia ya wazi na nguvu, na kuweka uso wao kama jiwe la gumegume dhidi ya aina zote za uchoyo na ubinafsi, uendekezaji unaoharibu afya, wangekuwa ni nguvu kubwa kwa mema! Wangesaidia wangapi kuepuka kufa moyo kwa kuingia kwenye ukumbi na bustani zilizopambwa kwa muziki na vivutio vyote vya kuvutia vijana! Kutokuwa na kiasi, Ulevi, ufisadi wa maadili, na matusi ni ndugu wa karibu. {CHSw 441.1}

Hebu kila kijana anayemcha Mungu ajivike silaha za kiroho na asonge mbele kwa ujasiri. Hakikisha hakuna udhuru unaoutoa unapoulizwa kuweka jina lako kwenye fomu inayoandika kwamba unaahidi kuwa mtu wa kiasi (the temperance pledge), bali saini kila ahadi inayowasilishwa na wahamasishe watu wengine kuungana pamoja nawe. Fanya kazi kwa ajili ya mema ya nafsi yako na mema ya wengine. Hebu usipotez fursa yoyote ikupite katika kutumia ushawishi

wako kuunga mkono kiasi chenye umakini. {CHSw 441.2}

Tunamshukuru Bwana kwamba ushindi umepatikana, lakini tunatumai kupeleka ndugu zetu wa kiume na wa kike hadi kiwango cha juu zaidi, pale watakapoweka ukubali kwenye ahadi ya kujiepusha na kahawa na mmea wa chai nyeusi itokayo China (majani ya chai kama ya Afrika mashariki ya Mufindi). {CHSw 441.3}

Kahawa ni kinywaji kinachodhuru ila kinaendekezwa. Kwa muda mfupi huamsha akili kuendesha shughuli zisizo za kawaida, lakini athari yake baadaye ni huzuni—uchovu mkubwa na upungufu wa nguvu za mwili, akili, na maadili. Akili inakosa nguvu, na pasipokuwa na jitihada za dhati, tabia hii haiwezi kuzuilika, hali inayosababisha shughuli za ubongo hupungua sana. {CHSw 441.4}

Katika baadhi ya kesi, ni vigumu kuvunja tabia ya kunywa chai na kahawa kama ilivyo kwa mlevi kuacha kutumia pombe. Pesa zinazotumika kwa chai na kahawa kama vinywaji zinatumiwa vibaya kuliko yule aliyepoteza fedha. Zinamdhuru mtumiaji, iwe ni mwanaume au mwanamke, na hiyo inatokea kila wakati. {CHSw 442.1}

Vitu vyote vinavyosisimua, na kuudhi neva vinadhoofisha huchakaza nguvu za uhai, na kutotulia kimya, ukosefu wa subira, na udhaifu wa akili unaosababishwa na neva zilizosukwasukwa zinakuwa kama silaha zinazoendelea kupigana, zikipinga maendeleo ya kiroho daima. Je, Wakristo hawatadhibiti tamaa zao za kula kwa kutumia hekima, au wataendelea kuendekeza anasa zake za uharibifu kwa sababu wanajisikia “hawana nguvu” bila hiyo, kama mlevi asiye na kinywaji chake cha kusisimua? Je, hao wanaounga mkono matengenezo ya unywaji wa kiasi hawatawaamsha kuhusu mambo haya hatarishi pia? Na je, fomu ya kuahidi kuacha vitu vinavyoharibu afya, haipaswi kuorodhesa hakuhusu pia kahawa na chai kuachwa kama vichocheo vinavyoharibu mwili? {CHSw 442.2}

MAJARIBIO YA MAPEMA

Bwana anataka wachungaji wetu, madaktari, na washiriki wawe makini na wasiwahimize wale ambao hawajui imani yetu kufanya mabadiliko ya ghafla katika lishe, na kwa kufanya hivyo kuwalazimisha watu kuingia katika jaribio la mapema. Ziinue juu kanuni za matengenezo ya afya na mruhusu Bwana aongoze wale walio adili katika moyo. Watasikia na kuamini. Wala Bwana hahitaji wajumbe Wake kuwasilisha Ukweli mzuri wa maisha yenye afya kwa namna ambayo itadhuru akili za watu. Hakuna anayeweza kuweka vizingiti vya kujikwaa mbele ya miguu ya wale wanaotembea katika njia za giza za ujinga. Hata katika kusifu jambo jema, ni vyema kutoonesha usongo wa kupita kiasi, ili usije ukawafanya watu wanaokuja kusikia. Wasilisha kanuni za kiasi katika sura yenye mvuto zaidi. — **Gospel Workers, uk. 233 (1915)** {CHSw 442.3}

WEKA MBELE MATENGENEZO YA AFYA

Testimonies for the Church 9:112, 113 (1909)

Kama watu tumepewa kazi ya kujulisha kanuni za matengezo ya afya. Kuna baadhi ambao wanafikiri kwamba suala la lishe halina umuhimu wa kutosha kuingizwa katika kazi yao ya uinjilisti. Lakini hawa hufanya kosa kubwa. Neno la Mungu linasema: ***Basi mlapo, au mnywapo, au mtendapo neno lolote, fanyeni yote kwa utukufu wa Mungu."*** 1 **Wakorintho 10:31**. Suala la kuwa na kiasi, katika mambo yote, lina nafasi muhimu

Maelekezo Kuhusiana na Utume Mijini

Sambamba na utume mijini kunapaswa kuwa na vyumba vinavyofaa ambapo wale wanaovutiwa na nia zao zimeamshwa wanaweza kukusanywa kwa mafundisho. Kazi hii ya lazima haipaswi kufanyika katika njia dhaifu ambazo zitafanya

zisizofaa hisia kwenye akili za watu. Yote yanayofanyika inapaswa yatoe ushahidi mzuri kwa Mwanzilishi wa Ukweli na inapaswa kuwakilisha ipasavyo utakatifu na umuhimu wa zile Kweli za ujumbe wa malaika watatu. {CHSw 443.2}

Shule za upishi zinapaswa kusimikwa (mafunzo ya mapishi). Watu wanapaswa kufundishwa jinsi ya kuandaa chakula chenye afya, kisichokobolewa au kusindikwa. Wanapaswa kuoneshwa hitaji la kuacha vyakula visivyofaa. Lakini hatupaswi kamwe kutetea lishe ambayo haishibishi njaa, au inayofanya mtu akose virutubisho vinavyotakiwa. Inawezekana kuwa na lishe ya afya, iliyo bora, yenye virutubisho bila kutumia chai ya China, kahawa, na vyakula vya nyama. Kazi ya kufundisha watu jinsi ya kuandaa lishe ambayo ina afya, yenye vyakula visivyokobolewa wala kusindikwa na ya kupendeza na ni ya umuhimu mkubwa. {CHSw 443.3}

Kazi ya matengenezo ya afya ni njia ya Bwana kupunguza mateso katika ulimwengu wetu na kulitakasa kanisa Lake. Wafundishe watu kwamba wanaweza kutenda kama mkono wa msaada/kusaidia wa Mungu kwa kushirikiana na Mwalimu mkuu katika kurejesha afya ya kimwili na kiroho. Hii kazi ina muhuri wa mbinguni na itafungua milango kwa ajili ya kuingia kwa zile Kweli zingine za thamani. Kuna nafasi kwa wote kufanya kazi ambao wataishikilia kazi hii kwa akili mahiri. {CHSw 443.4}

Weka mbele kazi ya matengenezo ya afya, ndio ujumbe nilioelekezwa kuubeba. Onesha kwa uwazi sana thamani yake ambayo ueneaji wake utahisiwa na watu. Kujiepusha na vyakula na vinywaji vyote vyenye madhara ni tunda la dini ya Kweli. Yule ambaye ameongoka kabisa ataacha kila tabia inayojeruhi inayodhuru na uchu wa kula. Kwa kujiepusha kabisa atashinda tamaa yake ya anasa zinazoharibu afya. {CHSw 444.1}

Songa Mbele

Nimeagizwa kuwaambia wakufunzi wa matengenezo ya afya: Songa mbele. Ulimwengu unahitaji kila nukta ya ushawishi mnaoweza kuwa nao ili kurudisha nyuma wimbi la ole wa maadili. Hebu wale wanaoufundisha ujumbe wa malaika wa tatu wasimame kweli kwa rangi zao. “Basi, ndugu zangu, nawasihi, kwa huruma Zake Mungu, itoeni miili yenu iwe dhabihu iliyo hai, takatifu, ya kumpendeza Mungu, ndiyo ibada yenu yenye maana. Na msiifuatishe namna ya dunia hii; bali mgeuzwe kwa kufanywa upya nia zenu, mpate kujua hakika mapenzi ya Mungu yaliyo mema, ya kumpendeza, na ukamilifu.” Warumi 12:1. Mungu na awasimamie wale wafanyao kazi katika Neno na mafundisho, wenye jumbe za Kweli zilizo wazi zaidi. Ikiwa watenda kazi wake watatoa huu ujumbe kwa usahili, uhakika, na mamlaka yote, Bwana atafanya kazi nao. **[Testimonies for the Church 9:112, 113 (1909).]** {CHSw 444.2}

MATENGENEZO ENDELEVU YANAPASWA KUHIMIZWA

[The Circulation of our Health Journals, Pages 1-4 (1901).]

Usambazaji wa machapisho yetu ya afya ni kazi ya muhimu sana. Ni kazi ambayo kila anayeamini Kweli maalum za wakati huu anatakiwa kuwa na shauku hai juu yake. Mungu anataka kwamba sasa, zaidi ya wakati wowote uliopita, akili za watu zitasukwasukwa ili kuhamasishwa kuchunguza kwa kina swali kubwa la uwajibikaji wa kiasi kwa ukubwa na misingi ya kweli ya matengenezo ya afya. Uhai wa kimwili unatakiwa kufundishwa kwa makini, kuendelezwa na kuimarishwa, ili kupitia wanaume na wanawake, asili ya kiungu itakavyo dhihirika kwa ukamilifu wake. Nguvu za kimwili na kiakili, pamoja na mapenzi za moyo, yanatakiwa kufunzwa kwa namna ambayo yatawawezesha kufikia ufanisi wa juu zaidi. {CHSw 445.1}

Matengenezo, 1 matengenezo endelevu, yanatakiwa kuwekwa mbele ya watu daima, na kwa mfano wetu wenyewe

tunapaswa kukazia mafundisho yetu. Dini ya kweli na sheria za afya zinaenda mkono kwa mkono-sambamba. Haiwezekani kufanya kazi kwa ajili ya wokovu wa wanaume na wanawake bila kuwaonyesha umuhimu wa kuachana na anasa za dhambi za kujiridhisha nafsi, ambazo zinaharibu afya, zinaharibu roho, na kuzuia Ukweli wa Kiungu kuathiri akili. Wanaume na wanawake wanatakiwa kufundishwa kuchunguza na kupitia kwa umakini kila tabia na desturi, na mara moja kuachana na mambo yote yanayosababisha hali mbaya ya afya ya mwili, na kwa hivyo kutoa kivuli cheusi juu ya akili. {CHSw 445.2}

Watu wa Mungu Kuwa Wabeba Nuru

Mungu anataka watu Wake wawe wabeba nuru kwa dunia iliyolala katika giza la usiku wa manane. Lakini iwapo watakataa kusonga mbele katika nuru ambayo Yeye husababisha kung'aa katika njia yao, nuru hiyo hatimaye itakuwa giza kwao; na badala ya kuwa wabeba nuru kwa dunia, wao wenyewe watapotea katika giza gumu linalowazunguka. Mungu anatamani watoaji wake wa nuru daima waweke kiwango cha juu mbele yao. Kwa maagizo na mfano, inawapasa washikilie kiwango hiki kamilifu juu ya kiwango cha uongo cha Shetani, ambacho, kikifuatwa, kitasababisha mateso, kudhoofika, magonjwa, na kifo kwa mwili na roho. {CHSw 445.3}

Wale wanaofanya kazi ya Ualimu-kufundisha wanapaswa kuwa wenye uelewa kuhusu magonjwa na sababu zake, wakielewa kwamba kila kitendo cha binadamu kinapaswa kuwa katika maelewano/muafaka kamili na sheria za uhai. Nuru ambayo Mungu ametoa juu ya matengenezo ya afya ni kwa ajili ya wokovu wetu na wokovu wa dunia. Wanaume na wanawake wanapaswa kuwa na taarifa kuhusu makazi ya binadamu yaliyoandaliwa na Muumba wetu kama makazi Yake, na ambayo Yeye anataka tuwe mawakili waaminifu juu yake. Kweli hizi kuu lazima zitolewe kwa dunia. Lazima tuwafikie watu pale walipo, na kwa mfano na maagizo kuwaongoza kuona uzuri wa njia bora. {CHSw 446.1}

Dunia inahitaji sana mafunzo yenye mwelekeo huu. Wakati umefika ambapo kila nafsi lazima iwe thabiti na ya kweli kwa kila mwale wa nuru ambao Mungu ametoa, na kuanza kwa dhati na bidii, katika kueneza Injili hii ya afya kwa watu. Tutapata nguvu na uwezo wa kufanya hili, ikiwa tutatekeleza Kweli hizi katika maisha yetu wenyewe. Ikiwa sote tungefuata nuru tuliyopewa, baraka za Mungu zingekaa juu yetu na tungekuwa na tashwishwi ya kuwasilisha Kweli hizi mbele ya wale wale wasiozijua....{CHSw 446.2}

Katika kazi zetu zote, tahadhari lazima itumike ili tusiweke tawi moja kuwa bainishi/maalum, huku maslahi mengine yakibakia kupata shida. Kumekuwa hakuna shauku ya kutosha katika usambazaji wa majarida yetu ya afya. Usambazaji wa majarida haya haupaswi kuachwa kando, kwani watu wataathirika sana kwa kujipatia hasara. {CHSw 446.3}

Asiwepo mwenye kudhani kwamba usambazaji wa majarida ya afya ni jambo dogo. Kila mmoja anapaswa kushiriki katika kazi hii kwa shauku kubwa na kutoa jitihada zaidi katika mwelekeo huu. Mungu atawabariki sana wale watakaoshirikiana nayo kwa moyo wote-kwa dhati na bidii, kwani ni kazi inayostahili kupewa umakini kwa wakati huu. {CHSw 447.1}

Wachungaji wanaweza na wanapaswa kufanya mengi kuhimiza usambazaji wa majarida ya afya. Kila mshiriki wa kanisa anapaswa kufanya kazi kwa dhati na bidii kwa ajili ya majarida haya kama anavyofanya kwa machapisho yetu mengine. Hakuna sababu ya kuwa na migongano kati ya majarida haya mawili. Yote ni muhimu, na yote yanapaswa kushughulikiwa katika eneo hilo kwa wakati mmoja. Kila chapisho moja linakamilisha jingine, na haliwezi kuchukua nafasi ya jingine. Usambazaji wa majarida ya afya utakuwa chombo chenye nguvu katika kuandaa watu kukubali zile Kweli maalum ambazo zitawastahilisha watu kwa ajili ya ujio wa haraka wa Mwana wa Adamu. {CHSw 447.2}

nh

SANITARIUM ZINAHITAJIKA WASHINGTON NA SEHEMU NYINGINE

Sanitarium, California,
July 5, 1903

Wapendwa Ndugu Zangu…

Watu wetu wa karibu na wa mbali wanapaswa wenyewe kujiuliza jinsi Bwana anavyotazama uzembe wao katika kushughulikia vituo muhimu vya kazi ya Injili huko Amerika. Kuna sehemu nyingi katika nchi hii ambako Kweli haijawahi kutangazwa. Miaka mingi iliyopita kungepaswa kuwa na sanitarium huko Washington, D.C. Lakini wanadamu wamechagua njia zao katika mambo mengi, na hivyo sehemu ambazo Kweli ingeweza kupenya kupitia kuanzishwa kwa kazi ya kimishenari ya tiba, zimeachwa bila kutimizwa… {CHSw 448.1}

Kwa nini wale ambao wamekuwa mstari wa mbele katika kazi ya kimishenari ya tiba hawakubeba mzigo wa kupeleka Washington ujumbe kiasi katika kunywa, kula na katika mavazi na chakula? Ingekuwa rahisi zaidi kupeleka ujumbe katika eneo hili kuliko katika maeneo mengine. {CHSw 448.2}

Kuna sehemu nyingi zinazohitaji kazi ya ummishenari wa tiba ya kiinjili. Miji inapaswa kupandwa katika maeneo haya. Mungu anakusudia kwamba sanitarium zetu ziwe chombo cha kuwafikia watu wa hali ya juu na ya chini, matajiri na maskini. Zinapaswa kuendeshwa kwa namna ambayo kupitia kazi yake, watu watavutwa kutazama ujumbe ambao Mungu ameutuma kwa ulimwengu. Wengi hawatazingatia mwito wa rehema; hata hivyo, ujumbe huo lazima utolewe kwa wote, ili yeyote atakayependa aje kunywa maji ya uzima—**The Review and Herald, August 11, 1903.** {CHSw 448.3}

ELIMISHA, ELIMISHA, ELIMISHA

[Christian Temperance and Bible Hygiene, 117-122 (1890).]

Tunapaswa kujielimisha sisi wenyewe, siyo tu kuishi kwa ulinganifu na sheria za afya, bali pia kuwafundisha wengine njia iliyo bora zaidi. Wengi, hata wale wanaodai kuamini Kweli maalum za wakati huu, wako katika ujinga wa kusikitisha kuhusiana na afya na unywaji wa kiasi. Wanapaswa kufundishwa, mstari juu ya mstari, kanuni juu ya kanuni. Mada hii inapaswa kudumishwa ili iwe mpya akilini mwao. Jambo hili halipaswi kupuuzwa kana kwamba si la lazima, kwa kuwa karibu kila familia inahitaji kuchochewa juu ya suala hili. Dhamiri lazima iamshwe kwa wajibu wa kutenda kanuni za matengenezo ya kweli. Mungu anataka watu Wake wawe na kiasi katika mambo yote. Isipokuwa watende kiasi cha Kweli, hawataweza, hawawezi, kupokea mvuto wa kutakasa wa Kweli. {CHSw 449.1}

Wachungaji wetu wanapaswa kuwa na ufahamu wa kina juu ya suala hili. Hebu wasilipuuze suala hili, wala wasiruhusu kupotoshwa na wale wanaowaita wao “watu wenye misimamo mikali, waliopitiliza.” Hebu na wajifunze ni nini hasa kinachounda matengenezo ya kweli ya afya, na wafundishe kanuni zake, kwa mafundisho na kwa mfano tulivu ulio thabiti. Katika mikutano yetu mikubwa, mafundisho yahusuyo afya na kiasi yahubiriwe. Chocheeni akili na dhamiri. Tumia kila kipawa kilichopo kwa ajili ya huduma, na fuatilieni kazi hiyo kwa machapisho yahusuyo mada hii. Ujumbe ambao umesisitizwa kwangu ni huu: “Fundisheni, elimisheni, fundisheni.” {CHSw 449.2}

Katika misheni zetu zote, wanawake wenye akili na maarifa wanapaswa kusimamia maandalizi ya nyumbani—wanawake wanaojua jinsi ya kuandaa chakula kwa uzuri na kwa afya. Meza inapaswa kutoshelezwa/kujaa chakula cha ubora wa juu. Ikiwa wapo wenye ladha iliyopotoka inayotamani chai, kahawa, viungo vya kuchochea hamu na msisimko, na vyakula visivyo vya afya, wapewe

nuru. Tafuteni kuamsha dhamiri zao. Wekeni wazi mbele yao kanuni za Biblia kuhusu afya. Mahali ambapo maziwa mazuri na matunda mengi yanapatikana, mara chache sana kuna sababu ya kula chakula cha nyama; sio lazima kuua kiumbe chochote cha Mungu ili kuridhisha mahitaji yetu ya kawaida. Katika hali fulani za ugonjwa au uchovu mkubwa, huenda ikaonekana vyema kutumia nyama kidogo, lakini tahadhari kubwa inapaswa kuchukuliwa ili kuhakikisha inatokana na wanyama wenye afya. Swali kubwa na la kutia uzito sasa limeibuka: kama kweli ni salama kutumia chakula cha nyama katika kizazi hiki cha dunia. Itakuwa afadhali tusile nyama kabisa kuliko kula nyama ya wanyama wasio na afya.... {CHSw 449.3}

Mara kwa mara nimeonyeshwa kwamba Mungu anajaribu kutuongoza kurudi, hatua kwa hatua, kwenye kusudi Lake la asili—kwamba mwanadamu apate riziki yake kutokana na mazao ya kiasili ya ardhi. Miongoni mwa wale wanaongojea kuja kwa Bwana, ulaji wa nyama hatimaye utaachwa kabisa; chakula cha nyama kitakoma kuwa sehemu ya lishe yao. Daima tunapaswa kuweka lengo hili mbele ya macho yetu, na kujitahidi kufanya kazi kwa uthabiti kuelekea huko... {CHSw 450.1}

Maarifa ya Upishi wa Afya

Sababu mojawapo inayowafanya wengi kukata tamaa katika kutekeleza matengenezo ya afya ni kwamba hawajajifunza namna ya kupika kwa njia ambayo chakula kilicho sahihi, kilichoandaliwa kwa urahisi, kingeweza kuchukua nafasi ya lishe waliyoizoea. Wengine hujikuta wakichukizwa na vyakula visivyoandaliwa vizuri, halafu baadaye husikika wakisema kuwa wamejaribu matengenezo ya afya lakini hawawezi kuishi kwa namna hiyo. Wengi hujaribu kufuata maagizo duni ya matengenezo ya afya na kuishia kufanya mambo kwa namna ya kusikitisha kiasi kwamba husababisha kuharibika kwa mmeng'enyo wa chakula na kukatisha tamaa wote walioko kwenye jaribio hilo. Ninyi mnaodai kuwa ni waeneza matengenezo ya afya, na kwa sababu hiyo haswa mnapaswa kuwa wapishi wazuri. Wale

watakaoweza kujipatia fursa ya kuhudhuria shule za upishi wa kiafya zinazofanywa kwa njia sahihi, watapata manufaa makubwa—katika maisha yao binafsi na pia katika kuwafundisha wengine. {CHSw 450.2}

Fundisha kwa Hekima na kwa Mfano

Usishikilie mawazo madogo yaliyotengwa na kuyafanya kuwa kipimo, huku ukikosoa wengine ambao matendo yao hayapatani na maoni yako; bali chunguza somo hili kwa mapana na kwa kina, ukitafuta kuleta mawazo yako na mwenendo wako katika upatanisho kamili na kanuni za unyenyekevu na kiasi cha Kikristo cha kweli. {CHSw 451.1}

Wapo wengi wanaojaribu kusahihisha maisha ya wengine kwa kushambulia mambo wanayoona kuwa ni desturi zisizo sahihi. Wanaenda kwa wale wanaowadhania kuwa wako katika kosa na kuwaonyesha mapungufu yao, lakini hawatafuti kuelekeza fikra zao kwenye kanuni za Kweli. Njia kama hii mara nyingi hushindwa kabisa kufanikisha matokeo yanayokusudiwa. Tunapofanya iwe dhahiri kwamba tunajaribu kuwasahihisha wengine, mara nyingi sana tunachochea roho ya upinzani na malumbano ndani yao, na hivyo kufanya madhara makubwa kuliko faida. Na pia yuko hatarini yule anayetoa maonyo. Yeye anayejitwika jukumu la kusahihisha wengine, yupo katika hatari ya kukuza tabia ya kila mara kuona/kutafuta makosa, na hivi karibuni nia yake yote hutumbukia kwenye kutafuta dosari na udhaifu. Usiwachunguze wengine ili kunasa mapungufu yao au kufichua makosa yao. Wafundishe kuelekea kwenye mazoea bora zaidi kwa nguvu ya mfano wa maisha yako mwenyewe. {CHSw 451.2}

Daktari Ni Mwalimu

Kazi kubwa ya manufaa inaweza kufanyika kwa kuwaelimisha wote tunaoweza kuwafikia juu ya njia

bora siyo tu za kuponya wagonjwa, bali pia za kuzuia magonjwa na mateso. Daktari anapojitahidi kuwaelimisha wagonjwa wake kuhusu asili na sababu za maradhi yao, na kuwafundisha jinsi ya kuyaepuka magonjwa, anaweza kukutana na kazi ngumu kama kupanda mlima; lakini ikiwa ni matengenezo ya dhamiri ya kweli, atasema kwa uwazi juu ya madhara ya uharibifu ya kujipendeza kupita kiasi katika kula, kunywa, na kujipamba, pamoja na kulemewa kupita kiasi kwa nguvu za mwili ambako kumeleta wagonjwa hapo walipo. Hataongeza uovu kwa kuwapa wagonjwa dawa hadi mwili/asili uliochoka ukate tamaa ya kupambana, bali atawafundisha wagonjwa jinsi ya kuunda tabia sahihi na kusaidia asili katika kazi yake ya kurejesha kwa kutumia kwa hekima tiba zake rahisi za kiasili. {CHSw 451.3}

Katika taasisi zetu zote za afya, jambo la pekee la kazi linapaswa kuwa ni kutoa mafundisho kuhusu sheria za afya. Kanuni za matengenezo ya afya zinapaswa kuwekwa mbele ya wote, wagonjwa na wahudumu, kwa uangalifu na kwa ukamilifu. Kazi hii inahitaji ujasiri wa kimaadili, kwa kuwa wakati wengi watanufaika kwa juhudi kama hizo, wengine watachukizwa. Lakini mwanafunzi wa kweli wa Kristo, ambaye akili yake ipo katika muwafaka na akili ya Mungu, wakati akijifunza daima, atakuwa akifundisha pia, akielekeza akili za wengine juu, mbali na makosa yanayotawala katika dunia. {CHSw 452.1}

Kazi ya Kanisa

Upendeleo mwingi unaozuia Ukweli wa ujumbe wa malaika wa tatu usiingie mioyoni mwa watu, ungeweza kuondolewa ikiwa kipaumbele kingetolewa zaidi kwa matengenezo ya afya. Watu wanapopata shauku juu ya somo hili, mara nyingi njia huwa imeandaliwa kwa ajili ya kuingiza Kweli nyingine. Wakitambua kwamba tuna ufahamu wa kisayansi na kiakili kuhusu afya, watakuwa tayari zaidi kuamini kwamba pia tuko imara katika mafundisho ya Biblia. {CHSw 452.2}

Tawi hili la kazi ya Bwana halijapewa kipaumbele

stahiki, na kwa kupuuzia huku, mengi yamepotea. Kama kanisa lingejidhihirisha kuwa na shauku kubwa zaidi katika matengenezo ambayo Mungu Mwenyewe anatumia ili kuwafaa/kuwastahilisha kwa ajili ya kuja Kwake, ushawishi wao ungekuwa mkuu zaidi kuliko ulivyo sasa. Mungu amesema na watu Wake, naye anakusudia kwamba wasikie na kutii sauti Yake. Ingawa matengenezo ya afya sio ujumbe wa malaika wa tatu, yameunganishwa kwa ukaribu sana nao. Wale wanaohubiri ujumbe huo wanapaswa pia kufundisha matengenezo ya afya. Hili ni somo ambalo sharti tulielewe ili tuwe tayari kwa matukio yaliyo karibu kutupata, nalo linapaswa kuwa na nafasi ya pekee na ya mbele. {CHSw 452.3}

KUTOJALI NA KUTOKUAMINI

Nilioneshwa kuwa kazi ya matengenezo ya afya bado haijatekelezwa ipasavyo. Wakati baadhi wakihisi kwa dhati na kutenda kwa kudhihirisha imani yao kwa matendo, wengine hawajali na kwa nadra sana wamepiga hatua ya kwanza katika matengenezo. Yaonekana ndani yao kuna mioyo ya kutokuamini, na kwa kuwa matengenezo hayo yanazuia uchu wengi hurudi nyuma. Wana miungu mingine mbele za Bwana. Ladha yao, uchu wao wa chakula, ni mungu wao; na wakati shoka linapowekwa kwenye shina la mti na wale ambao wameendekeza matumbo yao kwa gharama ya kupoteza afya wanaguswa, dhambi yao inaoneshwa bayana, sanamu zao zinafunuliwa, hawataki kushawishiwa; na ingawa sauti ya Mungu inapaswa kuzungumza nao moja kwa moja ili kuondoa vizuizi vya uharibifu wa afya, wengine bado wanang'ang'ania mambo mabaya wanayoyapenda. Wanaonekana kujiunga na sanamu zao na punde Mungu atawaambia malaika zake: Waacheni peke yao. Niliona kuwa sisi kama wanadamu ni lazima tuchukue hatua ya juu katika kazi hii kubwa. Wachungaji na washiriki ni lazima watende kwa kupatana. Watu wa Mungu hawajaandaliwa kwa ajili kilio kikuu cha malaika wa tatu. Wanayo kazi ya kufanya kwa ajili yao ambayo hawawezi kumwachia Mungu awafanyie. Yeye

Ameiacha kazi hii kwa ajili yao ili waifanye. Ni kazi ya mtu binafsi; hakuna anayeweza kuifanya kwa ajili ya mwingine. **—Testimonies for the Church 1:486 (1865).** {CHSw 453.1}

ONYO DHIDI YA WAGANGA WA UMIZIMU

[Christian Temperance and Bible Hygiene, 111-116 (1890).]

Mara kwa mara nimekuwa nikipokea barua kutoka kwa wachungaji na pia walei wa kawaida wa kanisa, wakiniuliza ikiwa ni kosa kushauriana na waganga wanaotabiri. Na wa umizimu, wanaodai kuwa na uwezo wa kuona mambo ya siri/yasiyoonekana (clairvoyant). Mawakala hawa wa Shetani wamekuwa wengi mno, na desturi ya watu kutafuta mashauri kwao imeenea kiasi kwamba kuna haja ya kutamka maneno ya onyo. {CHSw 454.1}

Mungu ametuweka kwenye uwezo wa kupata maarifa ya sheria za afya. Yeye Ametuwekea wajibu wa kulinda nguvu zetu za mwili katika hali bora iwezekanavyo, ili tuweze kumtolea huduma inayokubalika mbele Zake. Wale wanaokataa kutumia nuru na maarifa yaliyowekwa kwa rehema mikononi mwao, wanakataa mojawapo ya njia ambazo Mungu amewapatia ili kukuza maisha ya kiroho pamoja na ya kimwili. Kwa kufanya hivyo wanajiweka katika hali ya kuangukia katika udanganyifu wa Shetani. {CHSw 454.2}

Watu hawa sio wachache katika zama hizi za Kikristo na katika taifa linaloitwa la Kikristo, wanaokimbilia kwa roho waovu badala ya kutegemea nguvu za Mungu aliye hai. Mama anayekesha kando ya kitanda cha mtoto wake mgonjwa hulia kwa uchungu akisema: “Siwezi kufanya chochote zaidi. Je, hakuna tabibu mwenye uwezo wa kumponya mwanangu?” Anaelezwa kuhusu uponyaji wa ajabu unaodaiwa kufanywa na mbashiri (clairvoyant) au mganga wa nguvu za sumaku 1 (magnetic healer), naye humkabidhi mpendwa wake mikononi mwao; na kufanya hivyo ni sawa kabisa na

kumweka mtoto wake mikononi mwa Shetani kana kwamba amesimama naye pale pembeni. Mara nyingi maisha ya baadaye ya mtoto hubaki chini ya nguvu za kishetani ambazo huonekana haiwezekani kuvunjwa. {CHSw 454.3}

Nimesikia mama akimsihi daktari asiyemwamini Mungu amuokoe mtoto wake; lakini nilipomsihi ageukie msaada kwa Tabibu Mkuu— aliye na uwezo wa kuwaokoa wote kwa ukamilifu, wanaomjia Yeye kwa imani — aligeuka kwa kukasirika kwa kukosa uvumilivu-kuudhika. {CHSw 454.4}

Uzoefu wa Ahazia

Wakati Ahazia, mfalme wa Israeli, alipougua, “akatuma wajumbe, akawaambia, Nendeni, mwulizeni Baal-zebubu, mungu wa Ekroni, je, nitapona ugonjwa huu?” Katika safari yao walikutana na Eliya, na badala ya ujumbe kutoka kwa sanamu, mfalme alisikia hukumu ya kutisha kutoka kwa Mungu wa Israeli. “***Na Ahazia akaanguka katika dirisha la chumba chake orofani, katika Samaria, akaugua; akatuma wajumbe, akawaambia, Enendeni mkaulize kwa Baal-zebubu, mungu wa Ekroni, kwamba nitapona ugonjwa huu. Wakamwambia, Mtu alitokea, akaonana nasi, akatuambia, Enendeni, rudini kwa mfalme yule aliyewatuma, mkamwambie, Bwana asema hivi Je! Ni kwa sababu hapana Mungu katika Israeli, hata mnakwenda kuuliza kwa Baal-zebubu, mungu wa Ekroni? Basi kwa ajili ya hayo hutashuka katika kile kitanda ulichokipanda, bali hakika utakufa.”*** 2 Wafalme 1:2, 6 {CHSw 455.1}

Kristo Ndiye aliyemwagiza Eliya kusema Maneno haya kwa mfalme aliyekuwa ameasi. Yehova Immanueli alikuwa na sababu ya kuchukizwa sana na ukafiri wa Ahazia. Ni nini ambacho Kristo hakuwa amekifanya ili kushinda mioyo ya Israeli na kuwatia moyo wawe na imani isiyoyumba Kwake? Kwa vizazi vingi akashuka chini kwa

Amewatembelea watu Wake, Naye unyenyekevu kwa maonyesho ya

wema wa unyenyekevu na upendo usio na mfano. Tangu siku za mababu, Alionyesha wazi kuwa "***furaha yake ilikuwa pamoja na wanadamu***." **(Mithali 8:31).** Amekuwa msaada uliopo kwa karibu kwa wote waliomtafuta kwa unyofu. "***Katika mateso yao yote, Yeye aliteseka pamoja nao, na Malaika wa uso Wake aliwaokoa; kwa upendo Wake na kwa rehema Zake aliwakomboa***." **(Isaya 63:9).** Hata hivyo, Israeli waliasi dhidi ya Mungu na wakageuka kutafuta msaada kwa adui mkubwa zaidi wa Bwana. {CHSw 455.2}

Waebrania walikuwa taifa pekee lililopendelewa kwa kupewa maarifa ya Mungu wa kweli. Lakini mfalme wa Israeli alipowatuma wajumbe wake kuuliza kwa sanamu ya kipagani, alitangaza mbele ya wapagani kwamba alikuwa na imani zaidi katika miungu yao kuliko katika Mungu wa watu wake, Muumba wa mbingu na nchi. Vivyo hivyo, wale wanaodai kuwa na maarifa ya Neno la Mungu, wanamvunjia heshima Yeye wanapogeuka kutoka kwa Chanzo cha nguvu na hekima, na kwenda kuomba msaada au shauri kwa nguvu za giza. Ikiwa ghadhabu ya Mungu iliwashwa kwa mwenendo wa mfalme waovu na mwabudu sanamu, je, Yeye atakubalije hatua sawa ikifanywa na wale wanaodai kuwa watumishi Wake? {CHSw 455.3}

.

Kujiamini Kusiko na Hekima

Wengi hawako tayari kuweka bidii inayohitajika ili kupata maarifa ya sheria za uzima na njia rahisi zinazopaswa kutumika kwa ajili ya kurejesha afya. 1 Hawajiweki katika uhusiano sahihi na kanuni za uzima. Wakati ugonjwa unapotokana na makosa yao

katika kukiuka sheria za asili, hawatafuti kurekebisha makosa yao kisha kumwomba Mungu baraka, bali wanakimbilia kwa madaktari. Na wanapopata nafuu, wanatoa sifa kwa dawa walizopewa na madaktari waliowaona. Daima wako tayari kuabudu nguvu na hekima ya mwanadamu, kana kwamba hawajui Mungu mwingine ila kiumbe tu—mavumbi na majivu. {CHSw 456.1}

Si salama kuwatumainia madaktari wasiokuwa na hofu ya Mungu mbele yao. Pasipo neema ya Kiungu, moyo ya wanadamu ni **“mdanganyifu kuliko vitu vyote, tena una ugonjwa wa kufisha.” (Yeremia 17:9).** Shauku yao ni kujikuza wenyewe. Chini ya kivuli cha taaluma ya udaktari, uovu mwingi umefanywa na udanganyifu mwingi umeshikiliwa! Daktari anaweza kujidai kuwa na hekima kuu na ustadi wa ajabu, lakini wakati huohuo tabia yake imepotoka na mazoea yake yanapingana na sheria za afya. Bwana Mungu wetu anatuhakikishia kwamba Yeye Yuko tayari kutufadhili kwa neema; anatualika tumwite siku ya taabu. {CHSw 456.2}

Zaidi ya hayo, mafundisho ya madaktari hawa mara kwa mara hutupeleka mbali na kanuni ambazo Mungu ametupa kuhusiana na afya, hasa katika suala la lishe. Wanasema hatuishi jinsi inavyostahili na wanapendekeza mabadiliko yanayopingana na nuru ambayo Mungu ametuma. Ndugu, Bwana atawezaje kuruhusu baraka Zake kutua juu yetu wakati tunapokanyaga moja kwa moja kwenye uwanja wa adui? {CHSw 456.3}

Mungu Msaidizi wa Watu Wake

Kwa nini wanadamu hawako tayari kumtumainia Yeye aliyeumba mwanadamu, na ambaye kwa mguso, kwa neno, au kwa kutazama tu, anaweza kuponya kila aina ya maradhi? Ni nani anayestahili zaidi kuaminiwa kuliko Yeye aliyetoa dhabihu kuu kwa ajili ya ukombozi wetu? Bwana wetu ametupa maagizo dhahiri kupitia mtume Yakobo kuhusu wajibu wetu tunapopatwa na ugonjwa.

Wakati msaada wa kibinadamu unaposhindikana, Mungu atakuwa Msaidizi wa watu Wake. ***Mtu wa kwenu amekuwa hawezi? Na awaite wazee wa kanisa; nao wamwombee, na kumpaka mafuta kwa Jina la Bwana. Na kule kuomba kwa imani kutamwokoa mgonjwa yule, na Bwana atamwinua; hata ikiwa amefanya dhambi, atasamehewa***. **Yakobo 5:14-*15*** Kama wafuasi wa Kristo wanaodai kumfuata wangeweza, kwa usafi wa moyo, kutumia imani katika ahadi za Mungu sawa na ile wanayoegemeza katika mawakala wa Shetani, wangepata kutambua, katika roho na mwili, nguvu ya uzima ya Roho Mtakatifu. {CHSw 457.1}

Mungu amewajalia watu hawa nuru kuu, lakini hatujawekwa mbali na upeo wa majaribu. Ni nani miongoni mwetu anayetafuta msaada kutoka kwa miungu ya Ekroni? Tazama mfano huu—mfano ambao haujakokotolewa kwa mawazo. Ni kwa watu wangapi, hata miongoni mwa Waadventista wa Sabato, sifa zake kuu zinaweza kuonekana! Mgonjwa, anayeonekana kana kwamba ana dhamiri nyofu, ilhali akiwa na upungufu wa mawazo na akijitegemea, hutangaza wazi dharau yake kwa sheria za uzima na afya, ambazo rehema ya Mungu imetuongoza kama watu Wake kuzikubali. Chakula chake lazima kiandaliwe kwa namna ya kuridhisha tamaa zake zilizopotoshwa na za kufisha. Badala ya kuketi mezani ambapo chakula bora kisichokobolewa au kusindikwa, kimeandaliwa, atachagua kwenda kula migahawani, kwa kuwa huko anaweza kujiridhisha na matamanio yake bila vizuizi. Ingawa ni mtetezi stadi wa unywaji wa kiasi, yeye hudharau kanuni zake za msingi. Anatamani kupata nafuu, lakini anakataa kuipata kwa gharama ya kujinyima. {CHSw 457.2}

Huyo mtu anaabudu kwenye madhabahu ya tamaa iliyopotoshwa. Yeye ni mwabudu-sanamu. Nguvu ambazo, kama zingetakaswa na kuenziwa, zingeweza kutumika kumheshimu Mungu, sasa zimedhoofika na hazina manufaa makubwa. Hasira au msisimko wa haraka, akili iliyochanganyikiwa, na mishipa

iliyolegea ni miongoni mwa matokeo ya kupuuza kwake sheria za asili. Yeye huwa ni mtu asiye na ufanisi na asiyeweza kutegemeka/kuaminika. Yeyote mwenye ujasiri na uaminifu wa kumwonya juu ya hatari hujipatia chuki yake. Lawama ndogo tu au upinzani mdogo unatosha kuamsha roho yake ya ugomvi. Lakini sasa, fursa inajitokeza ya kutafuta msaada kutoka kwa yule ambaye nguvu zake hupatikana kupitia uchawi. Kwa chanzo hiki anajitosa kwa shauku, akitumia muda na fedha kwa uhuru kwa matumaini ya kupata kile kinachoahidiwa. Yeye amedanganywa, amevutiwa. Nguvu za mchawi zinakuwa mada ya sifa, na wengine pia huathiriwa kutafuta msaada wake. Hivyo Mungu wa Israeli anatiwa aibu, ilhali nguvu za Shetani zinaheshimiwa na kutukuzwa. {CHSw 458.1}

Kwa Jina la Kristo, ningependa kuwasihi wale wote wanaodai kuwa wafuasi Wake: Kaeni katika imani mliyoipokea tangu mwanzo. **2 Timotheo 2:16** ***"Jiepushe na maneno yasiyo na maana, ambayo si ya dini"*** Badala ya kuiweka imani yako katika uganga na uchawi, uwe na imani katika Mungu Aliye hai. Imelaaniwa njia iendayo Endori au Ekroni. Miguu itajikwaa na kuanguka iwapo itathubutu kuingia katika ardhi hii iliyokatazwa. Yupo Mungu katika Israeli, ambaye ndani Yake mna wokovu kwa wote waliodhulumiwa. Haki ndiyo msingi wa kiti Chake cha enzi. {CHSw 458.2}

Kuna hatari kubwa katika kugeuka hata kwa kiwango kidogo kutoka katika maagizo ya Bwana. Tunapotoka katika njia iliyo wazi ya wajibu, mfululizo wa hali mbalimbali hujitokeza ambazo huonekana kana kwamba zinatuvuta kwa nguvu zisizozuilika mbali na njia ya haki. Mahusiano yasiyo ya lazima na wale wasiomheshimu Mungu yatatupotosha kabla hatujatambua. Hofu ya kuwaudhi marafiki wa kidunia hutuzuia tusionyeshe shukrani zetu kwa Mungu au kukiri utegemezi wetu Kwake. {CHSw 458.3}

Ni lazima tushikamane kwa karibu na Neno la Mungu. Tunahitaji maonyo na 1 faraja Yake, vitisho na ahadi Zake. Tunahitaji kielelezo kilicho kamilifu kinachoonekana tu katika maisha na

tabia ya Mwokozi wetu. Malaika wa Mungu watawalinda watu Wake wakiendelea kutembea katika njia ya wajibu, lakini hakuna uhakikisho wa ulinzi huo kwa wale wanaojihatarisha kwa makusudi kuingia katika uwanja wa Shetani. Wakala wa mdanganyifu mkuu atasema na kufanya lolote ili kufanikisha lengo lake. Haijalishi kama atajiita mganga wa mizimu au mwenye kutabiri, au “mganga wa umeme,” au “mganga wa nguvu za sumaku.” Kwa udanganyifu wenye kuvutia, anajipatia imani ya wale wasio na tahadhari. Anajifanya kana kwamba anasoma historia ya maisha ya mtu na kuelewa matatizo na mateso ya wale wanaomkimbilia. Akiwa amejificha kama malaika wa nuru, wakati giza la shimo la kuzimu liko moyoni mwake, huonesha kujali sana wanawake wanaotafuta ushauri wake. Anawaambia kwamba matatizo yao yote yamesababishwa na ndoa isiyo na furaha. Hili huenda likawa kweli, lakini ushauri kama huo hauwezi kuboresha hali yao. Anawaambia kwamba wanahitaji upendo na huruma. Akiwa anajifanya kana kwamba anawajali sana, huwatia katika hali ya kutawaliwa kana kwamba ameweka uchawi juu yao, akiwavuta kama nyoka amvutavyo ndege anayetetemeka. Hivi karibuni wanakuwa kabisa chini ya mamlaka yake, na dhambi, aibu, pamoja na maangamizi huwa ndiyo matokeo mabaya ya kutisha. {CHSw 459.1}

Usalama wetu wa pekee uko katika kuhifadhi alama za kale za mipaka ya imani. ***“Na waende kwa sheria na ushuhuda; ikiwa hawasemi sawasawa na neno hili, bila shaka kwa hao hapana asubuhi”*** **Isaya 8:20**. {CHSw 459.2}

UHARIBIFU UFANYWAO NA SHETANI

Great Controversy, 589, 590 (1888)

Kwa njia ya Imani ya Mizimu, Shetani anaonekana kwao kama ni mfadhili wa wanadamu, anayeponya magonjwa ya watu, tena yeye anadai kwamba analeta mfumo mpya na ulio bora zaidi wa imani ya dini; lakini wakati uo huo anafanya kazi yake kama

mwangamizaji wa watu. Majaribu yake yanawapeleka watu wengi kwenye maangamizi. Ulevi huiondoa busara toka kwenye kiti chake cha enzi [ubongoni]; hapo ndipo hufuata mambo ya kujifurahisha katika tamaa zao mbaya za mwili, magomvi, na umwagaji wa damu. Shetani anafurahia sana vita, kwa maana inachochea harara mbaya mno za moyoni na kuwafagia kuingia katika umilele wao wahanga wake wakiwa wamezama katika dhambi zao na damu. Ni lengo lake kuyachochea mataifa kupigana vita yenyewe kwa yenyewe, maana kwa njia hiyo anaweza kuigeuza mioyo ya watu kuacha kazi ya kujiweka tayari kwa siku ile ya Mungu. {CHSw 460.1}

Shetani pia anafanya kazi yake kupitia katika matetemeko ya nchi, mafuriko, uchafuzi wa angahewa na mazingira pamoja na moto ili kuvuna mavuno yake ya watu wasiokuwa tayari [wasiojitoa kikamilifu kwa Yesu]. Amefanya utafiti na kujifunza siri za viumbe vile vya asili [maumbile] katika maabara zake, naye hutumia uwezo wake wote kudhibiti ardhi, maji, hewa, na moto kwa kadiri Mungu anavyomruhusu. Aliporuhusiwa kumtesa Ayubu, kwa haraka jinsi gani aliweza kufagilia mbali makundi yake ya kondoo na ng'ombe, watumishi wake, nyumba yake, watoto wake, taabu moja ikafuata baada ya nyingine kwa muda mfupi sana. Ni Mungu anayevilinda viumbe vyake na kuvizungushia ugo ili kuvilinda mbali na uwezo wa huyo mwangamizaji. Lakini Ulimwengu huu wa Kikristo umeonyesha dharau kubwa sana dhidi ya Sheria Yake Yehova [Amri Kumi]; na Bwana atafanya kile alichotangaza kuwa atafanya - ataiondoa mibaraka yake toka duniani na kuondoa ulinzi Wake kwa wale wanaoendelea kufanya maasi dhidi ya Sheria yake [Amri Kumi], wanaowafundisha na kuwalazimisha wengine kufanya vivyo hivyo [Mt. 5:17-19]. Shetani anawadhibiti kabisa wale wote ambao Mungu hawalindi. [Shetani] atawapendelea na kuwafanikisha wengine ili kuendeleza mipango yake mwenyewe, na wengine atawaletea taabu na kuwafanya watu wasadiki kwamba ni Mungu anayewatesa. {CHSw 460.2}

Wakati ule ule yeye [Shetani] anapojitokeza kwa wana wa wanadamu kama tabibu mkuu awezaye kuyaponya maradhi yao yote, atawaletea magonjwa na maafa mpaka miji iliyojaa watu wengi sana itakapokuwa imebaki magofu na ukiwa [Isa. 6:8 -11]. Katika ajali na maafa yanayotokea baharini na katika nchi kavu, katika mioto mikubwa iteketezayo, katika tufani kuu kali sana na dhoruba za kutisha za mvua ya mawe, katika tufani, mafuriko, vimbunga, kabobo [mawimbi yaliyojaa kupita kiasi], tsunami, na matetemeko ya nchi, kila mahali na kwa aina zake elfu moja, Shetani anatumia uwezo wake. Anafagilia mbali mavuno yanayoendelea kukomaa mashambani, ndipo njaa na dhiki hufuata nyuma yake. Anatia uvundo wa kufisha hewani, kisha maelfu huangamia kwa maradhi ya kuambukiza. Majanga hayo yatazidi kutokea mara kwa mara na kuleta maafa mengi. Maangamizi hayo yatakuwa juu ya mwanadamu na mnyama. “Dunia inaomboleza, inazimia,” “watu wakuu wa dunia wanadhoofika. Tena dunia imetiwa unajisi kwa watu wanaoikaa; kwa maana wameziasi Sheria [Amri Kumi – Kut. 20:3 -17], wameibadili amri [ya pili, ya nne, na ya kumi], wamelivunja agano la milele [Sabato]Jumamosi – Kut. 31:16].” Isaya 24:4,5. **[The Great Controversy, 589, 590 (1888).]** {CHSw 461.1}

Wengine watajaribiwa kupokea maajabu haya kana kwamba yanatoka kwa Mungu. Wagonjwa wataponywa mbele yetu. Miujiza itafanywa mbele yetu. Je! Tumejiandaa kwa kesi inayotungojea wakati maajabu ya uongo ya Shetani yatakapodhihirishwa kikamilifu? Je! Roho nyingi hazitanaswa na kuchukuliwa? Kwa kujitenga na maagizo wazi na amri za Mungu, na kuzingatia mafundisho, akili za wengi zinajiandaa kupokea maajabu haya ya uongo. Lazima wote tujihami na kujiweka tayari kwa pambano ambalo lazima tushiriki hivi karibuni. Imani katika Neno la Mungu, linalosomwa kwa maombi na kutumika kwa vitendo, itakuwa ndiyo ngao yetu dhidi ya nguvu za Shetani nayo itatupatia ushindi, kwa damu ya Kristo. —**Testimonies for the Church 1:302 (1862)** {CHSw 461.2}

MWINJILISTI WA VITABU NI MWALIMU

[The Review and Herald, Juni 23, 1903]

Suala la afya na kiasi linapaswa kuungwa mkono kwa kudhamiria kutoka kwa watu wa Mungu. Kukosa kiasi kunashikilia usukuani; kujipenda na kuridhisha nafsi kunazidi kuongezeka, na machapisho yanayohusu matengenezo ya afya yanahitajika sana. Machapisho ya aina hii ni mkono wa msaada wa Injili, kwani yanaongoza watu kuichunguza Biblia ili kupata ufahamu ulio bora wa Kweli. Sauti ya onyo dhidi ya uovu huu mkubwa wa kutokuwa na kiasi inapaswa kusikika; na ili jambo hili lifanyike, kila mtunza-Sabato anapaswa kusoma na kutenda maagizo yaliyomo katika majarida na vitabu vyetu vya afya. Watu wana wajibu zaidi ya hapo: wanapaswa pia kujitahidi kwa bidii kusambaza machapisho haya miongoni mwa majirani zao. {CHSw 462.1}

Uuzaji wa machapisho yetu ya afya hautazuia kwa namna yoyote uuzaji wa machapisho yanayoshughulikia vipengele vingine vya ujumbe wa malaika wa tatu. Nyenzo hizi zote zinapaswa vinapaswa kuandaa njia ya kuja kwa Bwana. {CHSw 462.2}

Thamani ya Machapisho Yetu

Mwinjilisti wa vitabu anapaswa kuvuta umakini wa wale anaowatembelea kuzingatia machapisho yetu ya afya, akiwaeleza juu ya mafundisho yenye thamani yaliyomo katika majarida hayo kuhusu kuhudumia wagonjwa na tiba ya magonjwa. Awaambie kwamba maagizo haya yakisomwa na kutendwa, yataleta afya katika familia. Awaeleze umuhimu wa kila familia kufahamu sayansi ya maisha na uhai. Awaelekeze mawazo yao kwa Yeye aliyeumba na anayeendesha mashine ya ajabu ya mwili wa mwanadamu. Awaambie kwamba wajibu wetu ni kushirikiana na Mungu, tukizitunza kwa hekima viungo na uwezo wote wa mwili. Uangalizi sahihi wa mwili ni jukumu kubwa na uhitaji maarifa ya kiakili juu ya sehemu zake. Awaeleze kwamba Mungu anadharauliwa wakati mwanadamu, kwa ajili ya

kuridhisha tamaa na matamanio, anautumia vibaya mwili, kiasi kwamba unafanya kazi zake kwa udhaifu na kwa shida. Awaambie kwamba vitabu anavyouza vina maagizo yenye thamani kuhusu afya, na kwamba kwa kuyatenda hayo, mateso mengi na hata gharama nyingi za madaktari zitaepukwa. Awaeleze pia kwamba vitabu hivi vina ushauri ambao daktari hataweza kuwapa kwa kina katika muda mfupi wa ziara zake. {CHSw 462.3}

Kufundisha kwa Mfano

Mwinjilisti wa vitabu, katika uhusiano wake na wale anaokutana nao, anaweza kufanya mengi kuonyesha thamani ya maisha yenye afya. Badala ya kukaa hotelini, iwapo itawezekana, apate makazi katika familia binafsi. Anapoketi mezani pamoja na familia, aonyeshe kwa vitendo maagizo yaliyomo katika vitabu vya afya anavyouza, akiinua bendera ya kiasi cha kweli. Iwapo nafasi itajitokeza, azungumze juu ya thamani ya lishe yenye afya. Hebu asione aibu kamwe kusema: “Hapana asante, mimi sili nyama.” Akihudumiwa kwa kupewa chai, aikatae kwa kueleza kuwa ina madhara; kwamba japokuwa huchochea kwa muda na mtu hujisikia ana nguvu, athari hiyo hupotea na kuacha unyonge mkubwa. Aeleze madhara ya vinywaji vyenye kulevya, tumbaku, chai na kahawa kwa viungo vya mmeng’enyo na ubongo. {CHSw 463.1}

Kuwahudumia Wagonjwa

Mwinjilisti wa vitabu anaposafiri kutoka mahali hadi mahali, atakutana na wengi walio wagonjwa. Anatakiwa kuwa na maarifa ya vitendo juu ya visababishi vya magonjwa na afahamu namna ya kutoa tiba rahisi ili kuwapunguzia mateso walioumizwa. Zaidi ya hayo, anapaswa kuomba kwa imani, usahili na unyenyekevu kwa ajili ya wagonjwa, akiwaelekeza kwa Tabibu Mkuu. Anapotembea na kufanya kazi pamoja na Mungu kwa namna hii, malaika wahudumu watakuwa kando yake, wakimfungulia mioyo ya watu. Tazama uwanja mpana wa kazi ya kimishenari ulio mbele ya mwinjilisti wa vitabu

mwaminifu na aliyejitolea; tazama baraka atakazopokea katika kutimiza wajibu wake mtakatifu kwa bidii! {CHSw 463.2}

Kazi Takatifu na Muhimu

Vijana wa kiume na wa kike, ninyi mmeitwa na Bwana kuichukua kazi Yake. Mahitaji Yake ni matakatifu mno, kuchukuliwa kwa mzaha. Kwa Jina la Bwana nawasihi mshinde kila tamaa isiyo halali na kuzitakasa nafsi zenu kwa imani katika Kweli. Shindeni kwa damu ya Mwana-Kondoo na kwa neno la ushuhuda wenu. Timizeni wajibu wenu kwa uaminifu, mkimtazama Mungu kwa ajili ya nguvu. {CHSw 464.1}

Washiriki wa kanisa, amkeni mfahamu umuhimu wa kusambaza machapisho yetu na tumieni muda mwingi zaidi katika kazi hii. Pelekeni magazeti, vipeperushi, na vitabu majumbani mwa watu ambavyo vitahubiri Injili kwa njia mbalimbali. Hakuna muda wa kupoteza. Wengi wajitoe kwa hiari na kwa moyo usio wa ubinafsi katika kazi ya uuzaji wa vitabu, na hivyo kusaidia kutoa onyo linalohitajika sana. Kanisa litakapochukua kazi yake lililokabidhiwa, litatoka likiwa "***zuri kama mwezi, safi kama jua, la kutisha kama wenye bendera***." (**Wimbo Ulio Bora 6:10**). {CHSw 464.2}

KUGAWA MACHAPISHO

[The Signs of the Times, Novemba 11, 1875]

Wahubiri kadhaa walikuwa wameyahutubia makutano makubwa yenye makini kwenye mkutano wa hema uliokuwa Rome, N.Y., siku ya kwanza, ya Septemba 12, 1875. Usiku uliofuata nilipata ndoto kwamba kijana mmoja mwenye sura ya mtu mwenye cheo au hadhi ya juu, aliingia chumbani nilipokuwa, mara tu baada ya mimi kuzungumza. Mtu huyo-huyo ameonekana kwangu mara kwa mara katika ndoto muhimu kwa kipindi cha miaka ishirini na sita iliyopita, akinifundisha. Akasema: "Umevuta mawazo ya watu kwenye mambo

muhimu ambayo, kwa wengi, ni mapya na ya ajabu. Kwa wengine ni ya kuvutia sana. Watenda-kazi katika Neno na mafundisho wamefanya walichoweza katika kuwasilisha Ukweli, jambo ambalo limeibua maswali katika akili na kuamsha shauku. Lakini kama juhudi za makini zaidi hazitafanywa ili kuthibitisha hisia hizi katika akili za watu, kazi yenu sasa itakuwa sawa na bure-haitakuwa na matunda. Shetani ana vivutio vingi tayari kugeuza mawazo, na masumbufu ya maisha haya pamoja na udanganyifu wa mali na utajiri, vyote vinashirikiana kuzisonga/kuzikaba mbegu ya Ukweli iliyopandwa moyoni, na katika hali nyingi haizai matunda. {CHSw 465.1}

Katika kila jitihada kama mnazofanya sasa, manufaa makubwa zaidi yangepatikana kutoka katika kazi yenu kama mngekuwa na maandiko ya kusoma yaliyofaa tayari kusambazwa. Vijarida kuhusu hoja kuu za Ukweli wa wakati huu vinapaswa kutolewa kwa ukarimu/uhuru kwa wote watakaokubali, bure pasipo malipo, jambo ambalo huenda mwishowe likaingiza mara mia kwenye ghala la hazina. Ninyi mnaamrishwa kupanda kando ya maji yote. {CHSw 465.2}

Mashine ya kuchapa ni chombo chenye nguvu cha kugusa akili na mioyo ya watu. Na watu wa ulimwengu huu hutumia fursa ya magazeti na machapisho kikamilifu ili kuweka machapisho yenye sumu machoni pa watu. Ikiwa watu walio chini ya ushawishi wa roho ya ulimwengu na ya Shetani wako makini kusambaza vitabu, vijarida, na magazeti vyenye uharibifu, ninyi mnapaswa kuwa dhati na makini zaidi katika kupeleka machapisho yenye kuinua na kuokoa mbele ya watu.” {CHSw 465.3}

Vijarida vya Matengenezo ya Afya

Lazima kuwe na juhudi za dhati zaidi kuwaelimisha watu kuhusu suala kuu la 1 matengenezo ya afya. Vijarida vya kurasa nne, nane, kumi na mbili, kumi na sita, au zaidi, vyenye makala

makini na yaliyoandikwa vizuri juu ya hoja hii kubwa vinapaswa kusambazwa kama majani ya vuli-wakati wa kupukutisha majani. {CHSw 466.1}

Vijarida kwa Lugha Nyingi

Vijarida vidogo vinavyogusia hoja mbalimbali za Ukweli wa Biblia zinazohusiana na wakati huu vinapaswa kuchapishwa kwa lugha tofauti na kusambazwa mahali popote, palipo na uwezekano wa kusomwa. Mungu ameweka mikononi mwa watu Wake faida kubwa katika chombo cha uchapishaji, ambacho kikijumuishwa na mawakala wengine, kitafanikiwa kupanua ujuzi wa Ukweli. Vijarida, magazeti, na vitabu, kadiri hali inavyohitaji, vinapaswa kusambazwa katika miji na vijiji vyote nchini. Hapa ndipo kazi ya kimishenari kwa wote kuhusika ipo. {CHSw 466.2}

•

MWITO

"*Na Roho na Bibi-arusi wasema, Njoo! Naye asikiaye na aseme, Njoo! Naye mwenye kiu na aje; na yeye atakaye, na ayatwae maji ya uzima bure*, Ufunuo 22:17." {CHSw 466.3}

MASOMO YA MUHIMU YA MATENGENEZO YA AFYA

Testimonies for the Church 6:112, 113 (1900)

Mikusanyiko mikubwa ya watu wetu inatoa fursa nzuri ya kuonyesha kanuni za matengenezo ya afya. Miaka kadhaa iliyopita kwenye mikusanyiko hii, mengi yalisemwa kuhusiana na matengenezo ya afya na manufaa ya mlo wa mboga-mboga; lakini wakati huohuo nyama au samaki ziliwekwa kwenye meza za hema la kulia chakula, na vyakula mbalimbali visivyofaa viliuzwa kwenye meza ya chakula. Imani bila matendo imekufa; na maagizo juu ya matengenezo ya afya, yaliyokataliwa na mazoezi, hayakuleta hisia za kina

zaidi. Katika mikutano ya kambi ya baadaye wale wanaoongoza wameelimika kwa matendo na pia kwa maagizo. Hakuna nyama ambayo imetolewa kwenye hema la kulia chakula, lakini matunda, nafaka, na mboga zimetolewa kwa wingi. Wageni wanapouliza maswali kuhusu kutokuwepo kwa nyama, sababu inatajwa waziwazi kwamba nyama si chakula chenye afya zaidi. {CHSw 467.1}

Tunapokaribia mwisho wa wakati lazima tuinuke juu zaidi na zaidi juu ya suala la matengenezo ya afya na kiasi, cha Kikristo, tukiliwasilisha kwa njia chanya na iliyoamuliwa zaidi. Ni lazima tujitahidi daima kuwaelimisha watu, si kwa maneno yetu tu, bali kwa matendo yetu. Maagizo ya nadharia na matendo halisi kwa pamoja yana ushawishi unaonena. {CHSw 467.2}

Katika mkutano wa kambi, maagizo juu ya mada za afya yanapaswa kutolewa kwa watu. Kwenye mikutano yetu huko Australia, hotuba kuhusu afya zilitolewa kila siku, na shauku kubwa ilichochewa. Hema kwa matumizi kwaajili ya matabibu na wauguzi liliweka hapo; ushauri wa kitiba ulitolewa bure, na ulitafutwa na wengi. Maelfu ya watu walihudhuria mihadhara hiyo, na mwisho wa mkutano wa kambi watu hawakuridhika kuacha jambo hilo liondoke kwa yale ambayo tayari walikuwa wamejifunza. Katika miji kadhaa ambapo mikutano ya makambi ilifanyika, baadhi ya viongozi wa wananchi walitaka tawi la sanitarium yaani kituo cha tiba rahisi kianzishwe, wakiahidi ushirikiano wao. Katika miji kadhaa kazi imeanza, na mafanikio mazuri. Taasisi ya afya, iliyoendeshwa kwa usahihi, inatoa tabia kwa kazi yetu katika maeneo mapya. Na si tu kuwa ni faida kwa watu, bali watenda kazi waliounganishwa nayo wanaweza kuwa msaada kwa watenda kazi katika shuguli za uinjilisti. {CHSw 467.3}

Katika kila mji ambapo ambapo tiba inaweza tuna kanisa kuna haja ya mahali kutolewa. Miongoni mwa nyumba za

washiriki wa kanisa letu kuna wachache ambao wanaweza kumudu nafasi, miundo mbiu na vifaa kwa ajili ya huduma ifaayo kutunza wagonjwa. Mahali panapaswa kutolewa ambapo tiba inaweza kutolewa kwa magonjwa ya kawaida. Jengo linaweza kuwa lisilo la kifahari na hata la ovyo ovyo, lakini linapaswa kuwa na vifaa vya kutoa tiba rahisi. Haya, yakitumika kwa ustadi, yangethibitisha baraka sio tu kwa watu wetu, lakini kwa majirani zao, na inaweza kuwa njia ya kuvutia umakini wa wengi kwa kanuni za afya. {CHSw 468.1}

Ni kusudi la Bwana kwamba katika kila sehemu ya dunia taasisi zetu za afya zitaanzishwa kama tawi la kazi ya Injili. Taasisi hizi zinapaswa kuwa wakala Wake wa kufikia tabaka la watu ambalo hakuna kitu kingine kinachoweza kuwafikia. Hazihitaji kuwa na majengo makubwa, lakini zinapaswa kupangwa ili kazi yenye ufanisi ifanyike. {CHSw 468.2}

Mwanzo unaweza kufanywa katika kila sehemu maarufu ambapo mikutano yetu ya kambi inafanyika. Fanya mwanzo mdogo, na uongeze kadri hali zinavyoweza kuhitaji. Hesabu gharama ya kila jambo, ili uwe na uhakika wa kuweza kulimaliza. Chukua pesa kidogo tu kadri iwezekanavyo kutoka kwa hazina. Watu wenye imani na uwezo wa kifedha wanahitajika kupanga mipango ya kiuchumi. Majengo yetu ya sanitarium lazima yajengwe kwa gharama nafuu. Majengo ambayo ni ya kuanzia kazi mara nyingi yanaweza kupatikana kwa gharama ya chini. **[Testimonies for the Church 6:112, 113 (1900).]** {CHSw 468.3}

KWA NINI KUANZISHA SANITARIUM?

[Special Testimonies, Series B 13:9, 10 (1905)]

Katika barua tulizopokea kutoka kwa ndugu zetu, maswali haya yameulizwa:

“Kwa nini tunatumia nguvu nyingi kuanzisha sanitarium? Kwa nini tusiombe tu ili wagonjwa waponywe, badala ya kuwa na sanitarium?” {CHSw 469.1}

Maswali haya yana maana kubwa zaidi kuliko inavyoonekana mara ya kwanza. Katika historia ya mwanzo wa kazi yetu, wengi waliponywa kwa maombi. Lakini baadhi yao, baada ya kuponywa, waliendelea kwa njia ile ile ya kuendekeza tamaa ya kula waliyokuwa nayo awali. Hawakuishi wala kufanya kazi kwa namna ya kuepuka maradhi. Hawakuonyesha kuthamini wema wa Bwana aliowatendea. Mara kwa mara walirudi tena katika mateso kwa sababu ya uzembe wao na mwenendo wa kutofikiria. Je, Bwana angewezaje kutukuzwa kwa kuwapatia zawadi ya afya? {CHSw 469.2}

Wakati nuru ilipokuja kwamba tunapaswa kuanzisha kazi ya sanitarium, sababu zilielezwa waziwazi. Kulikuwa na wengi waliokuwa wakihitaji kuelimishwa juu ya maisha yenye afya. Kadiri kazi ilivyoendelea, tuliagizwa kwamba paandaliwe sehemu maalumu ambapo tungeweza kuwaleta wagonjwa na watu wenye mateso ambao hawakujua chochote juu ya watu wetu, wala chochote juu ya Biblia; na pale tufundishe namna ya kurejesha afya kwa njia sahihi za tiba zisizohusisha dawa zenye sumu, huku wakiwa wamezungukwa na mvuto wa kiroho unaoinua. Sehemu ya tiba ilipaswa kujumuisha mihadhara juu ya tabia sahihi za kula, kunywa, na kuvaa. Elimu pia ilipaswa kutolewa juu ya kuchagua na kuandaa chakula, kuonesha jinsi chakula kinavyoweza kuandaliwa, ili kiwe cha afya na lishe, na kwa wakati huo huo, kikipendeza, chenye ladha nzuri na kuleta hamu ya kula. {CHSw 469.3}

Katika taasisi zetu zote za tiba, wagonjwa wanapaswa kufundishwa kwa mpangilio na kwa umakini jinsi ya kuzuia maradhi kwa kutenda kwa njia ya hekima. Kupitia mihadhara na kwa mfano wa dhihirisho thabiti la kanuni za maisha yenye afya kutoka kwa madaktari na wauguzi waliojitoa wakfu kwa Mungu, ufahamu uliofumbwa wa wengi utafunguliwa, na Kweli ambazo hawakuwahi kuzifikiria zitawekwa imara akilini. Wagonjwa wengi

wataongozwa kuutunza mwili katika hali bora ya kiafya kadiri iwezekanavyo, kwa kuwa mwili ni mali iliyonunuliwa kwa damu ya Bwana.... {CHSw 470.1}

Baada ya kuwaonyesha watu kwamba tuna kanuni sahihi kuhusu matengenezo ya afya, tunapaswa kisha kushughulikia suala la kiasi katika vipengele vyote vyake, na kulipandikiza kwa nguvu. {CHSw 470.2}

Sanitarium zetu zimeanzishwa kwa gharama kubwa ili kuokoa roho pamoja na kuponya miili ya wanaume na wanawake. Mungu amepanga kwamba kupitia vyombo hivi alivyoanzisha Mwenyewe, tajiri na maskini, mkubwa na mdogo, wote wapate mkate wa uzima na maji ya uhai. Amekusudia kwamba wapewe elimu ya mazoea sahihi ya mtindo wa maisha, kiroho na kimwili. Wokovu wa roho nyingi upo hatarini. Katika mpango wa Mungu, wagonjwa wengi wanapewa fursa ya kujitenga kwa muda fulani na ushirika na mazingira yanayodhuru mwili, na kuweka nafsi zao katika taasisi ambayo wanaweza kupokea tiba inayorejesha afya na mafundisho ya busara kutoka kwa wauguzi na madaktari Wakristo. Kuanzishwa kwa sanitarium ni mpango wa Mungu, ambapo watu kutoka makanisa yote wanaweza kufikiwa na kufahamishwa na ile Kweli ya wakati huu. {CHSw 470.3}

SEHEMU YA 10—CHAKULA CHA AFYA

MAANDALIZI YA CHAKULA CHA AFYA

Testimonies for the Church 7:124-126 (1900)

Cooranbong, NSW, Machi 10, 1900.

Mambo mengi yamefunuliwa kwangu wakati wa usiku uliopita. 1 Utengenezaji na uuzaji wa vyakula vya kiafya utahitaji uzingatiaji wenye umakini na kwa maombi. {CHSw

471.1}

Kuna mioyo mingi katika sehemu nyingi ambayo Bwana hakika atazipatia ujuzi wa jinsi ya kuandaa vyakula vyenye afya na ladha nzuri, ikiwa Yeye ataona kama watatumia maarifa haya kwa usahihi na haki. Wanyama wanazidi kuugua, na haitachukua muda mrefu hadi wakati ambapo chakula cha nyama kitakapoachwa na watu wengi nje ya Waadventista Wasabato. Vyakula vyenye afya na vya kutunza uhai vinapaswa kuandaliwa, ili wanaume na wanawake wasihitaji kula nyama. {CHSw 471.2}

Bwana atawafundisha watu wengi katika sehemu zote za ulimwengu kuchanganya matunda, nafaka, na mboga mboga kwenye vyakula ambavyo vitadumisha uhai na visivyoleta magonjwa. Wale ambao hawajawahi kuona mapishi ya kutengeneza chakula cha afya sasa katika soko watafanya kazi kwa busara, wakijaribisha uzalishaji wa chakula cha duniani, na watapewa nuru kuhusu utumiaji wa mazao haya na uboreshaji wake katika utengenezaji. Bwana atawaonyesha cha kufanya. {CHSw 471.3}

Yeye anayewapa ustadi na uelewa watu wake katika sehemu moja ya ulimwengu atawapa ustadi na uelewa watu Wake katika sehemu zingine za ulimwengu. Ni mtindo Wake kwamba hazina za vyakula vya kila nchi zitatayarishwe ili ziweze kutumika katika nchi ambazo zinafaa kutumika. Kama vile Mungu alivyowapa mana kutoka mbinguni kuwategemeza wana wa Israeli, ndivyo atakavyowapa watu Wake katika maeneo tofauti tofauti ustadi na hekima ya kutumia mazao, na utengenezaji wake katika nchi hizi katika kuandaa vyakula vitakavyochukua nafasi ya nyama. Vyakula hivi vitengenezwe katika nchi tofauti, kwani kusafirisha kutoka nchi moja hadi nyingine huvifanya kuwa ghali sana kiasi kwamba masikini hawawezi kuvimudu. Haitalipa kamwe kutegemea Amerika kwa usambazaji wa vyakula vya afya katika nchi zingine. Ugumu mkubwa utapatikana katika kushughulikia bidhaa zilizoagizwa kutoka nje bila upotezaji wa kifedha. {CHSw 471.4}

Wote wanaoshughulikia vyakula vya afya wanapaswa kufanya kazi pasipo ubinafsi kwa faida ya wanadamu wenzao. Isipokuwa watu wamruhusu Bwana aongoze akili zao, shida nyingi zitatokea kadiri watu tofauti tofauti wanavyofanya kazi hii. Bwana anapompa mtu ustadi na ufahamu, hebu mtu huyo na akumbuke kuwa hekima hii haikutolewa kwa faida yake tu, bali ili nayo iweze kuwasaidia wengine. {CHSw 472.1}

Maarifa Yatolewe Kwa Wengine

Hakuna mwanadamu anayepaswa kufikiria kwamba yeye ndiye mwenye ujuzi wote kuhusu utayarishaji wa vyakula vya afya, au kwamba ana haki ya pekee ya kutumia hazina za Bwana za nchi na miti (mimea) katika kazi hii. Hakuna mtu anayepaswa kujisikia huru kutumia kulingana na raha yake mwenyewe maarifa ambayo Mungu amempa juu ya mada hii. ***"Mmepokea bure, toeni bure." Mathayo 10: 8.*** {CHSw 472.2}

Ni busara kwetu kuandaa vyakula rahisi, vya bei rahisi na vyenye afya. Watu wetu wengi ni masikini, na vyakula vyenye afya vinapaswa kutolewa ambavyo vinaweza kusambazwa kwa bei ambazo masikini wanaweza kumudu kulipa. Ni mpango wa Bwana kwamba watu masikini kila mahali watapewa vyakula vya bei rahisi, na vyenye afya. Katika maeneo mengi viwanda vinapaswa kuanzishwa kwa ajili ya kutengeneza chakula hiki. Kile ambacho ni baraka kwa kazi katika sehemu moja kitakuwa baraka mahali pengine, ambapo pesa ni ngumu sana kupatikana. {CHSw 472.3}

Mungu anafanya kazi kwa niaba ya watu Wake. Yeye Hatamani watu Wake wasiwe na rasilimali. Anawarudisha kwenye lishe aliyopewa mwanadamu hapo awali. Chakula chao kinapaswa kuwa vyakula vilivyotengenezwa kutokana na malighafi alizozitoa. Kimsingi malighafi zilizotumika katika vyakula hivi itakuwa matunda na nafaka na jamii ya karanga, lakini mizizi kama vile mihogo, magimbi, viazi nk pia itatumika. {CHSw 473.1}

Faida juu ya vyakula hivi kwa kiasi kikubwa hutoka ulimwenguni, badala ya kutoka kwa watu wa Bwana. Watu wa Mungu wanapaswa kutegemeza na kuendeleza kazi Yake; wanapaswa kuingia katika maeneo mapya na kuanzisha makanisa. Mizigo ya kazi nyingi za kimishenari ipo juu yao. Hakuna mizigo isiyo ya lazima inayopaswa kuwekwa juu yao. Kwa watu Wake, Mungu ni msaada uliopo tele kila wakati wa uhitaji. {CHSw 473.2}

Uangalifu mkubwa unapaswa kutekelezwa na wale ambao huandaa mapishi kwa ajili ya majarida yetu ya afya. Baadhi ya vyakula vilivyotengenezwa kwa kiasi kikubwa hivi sasa vinaweza kuboreshwa, na mipango yetu kuhusu matumizi yake itabidi ibadilishwe. Wengine wametumia uandaaji wa vyakula vya jamii ya karanga kwa uhuru mwingi. Wengi wameniandikia: "Siwezi kutumia vyakula vya jamii ya karanga; nitatumia nini badala ya nyama?" Usiku mmoja nilionekana kuwa nimesimama mbele ya jumuia ya watu, nikiwaambia kwamba jamii ya karanga hutumiwa kwa uhuru mkubwa sana katika utayarishaji wa vyakula; na kwamba mfumo hauwezi kuzimeng'enya wakati zinatumiwa katika baadhi ya mapishi yaliyotolewa; na kwamba, ikiwa jamii ya karanga ingetumika kidogo, matokeo yangekuwa ya kuridhisha zaidi. {CHSw 473.3}

Faida ya Matunda kutoka kwenye Mti (yasiyokaushwa au kupikwa)

Bwana anatamani wale wanaoishi katika mashamba ambayo matunda halisi yanaweza kupatikana kwa sehemu kubwa ya mwaka, kuamka kwa ajili ya baraka walizo nazo katika matunda haya. Kadiri tunavyotegemea matunda halisi yaliyoiva kama yanavyochumwa kutoka kwenye mti, ndivyo baraka zitakavyokuwa nyingi. Wengine, baada ya kuanza kula chakula cha mbogamboga-vegeterian food, wanarudi katika matumizi ya nyama na samaki. Huu ni ujinga kweli kweli na inadhihirisha ukosefu wa ujuzi wa jinsi ya kupata chakula kizuri kilicho mbadala wa nyama. {CHSw 473.4}

Shule za Upishi zinazoendeshwa na waalimu wenye busara, zinapaswa kuendeshwa Marekani na katika nchi zingine. Kila kitu ambacho tunaweza kukifanya kinapaswa kifanyike kuwaonyesha watu thamani ya lishe ya matengenezo. {CHSw 474.1}

Kuna hatari kwamba kazi ya mgahawa, ingawa inachukuliwa kama njia yenye mafanikio ya kufanya mema, zitaendeshwa kwa namna ambayo itakuza tu ustawi wa mwili wa wale inaowahudumia. Kazi inaweza kubeba sifa dhahiri za ubora wa hali ya juu, lakini sio nzuri machoni pa Mungu isipokuwa inafanywa kwa shauku ya dhati ya kufanya mapenzi Yake na kutimiza kusudi Lake (Mungu). Ikiwa Mungu hajatambuliwa kama Mwanzilishi na Mhitimishaji wa matendo yetu, kazi zetu hupimwa katika mizani ya Patakatifu na kuonekana kupungukiwa. **— [Testimonies for the Church 7:124-126 (1900)]** {CHSw 474.3}

Ucha-Mungu wa Vitendo

Ulimwengu utashawishika, sio kwa kile kinachofundishwa na mimbari, bali kile kanisa kinaishi kwacho. Mchungaji mimbarani hutangaza nadharia ya Injili; uchaji-Mungu wa vitendo wa kanisa huonyesha kwa matendo nguvu yake. **—Testimonies for the Church 7:16 (1902).** {CHSw 474.4}

ELIMISHA WATU

Testimonies for the Church 7:132-137 (1902).

St. Helena, California, 20, Agosti 1902.

Popote Ukweli unapotangazwa, maagizo yanapaswa kutolewa juu ya utayarishaji wa vyakula vyenye afya. Mungu anatamani kwamba kila mahali watu wafundishwe kutumia kwa busara malighafi za mazao ambayo yanaweza kupatikana kwa urahisi. Walimu wenye ujuzi wanapaswa kuwaonyesha watu jinsi ya kutumia kwa faida bora mazao ambayo wanaweza kuyakuza, kuyalima au kuyatunza katika sehemu za vijijini wanapoishi. Ili maskini, na wale

walio katika mazingira bora, waweze kujifunza kuishi kiafya. {CHSw 475.1}

Kuanzia mwanzo wa kazi ya matengenezo ya afya, tumeona ni muhimu kuelimisha, kuelimisha, kuelimisha. Mungu anatutaka tuendelee na kazi hii ya kuelimisha watu. Hatupaswi kuipuuza kwa sababu ya kuhofia athari inayoweza kutokea katika mauzo ya vyakula vya afya vilivyoandaliwa katika viwanda vyetu. Hilo sio jambo muhimu zaidi. Kazi yetu ni kuwaonyesha watu jinsi wanavyoweza kupata na kuandaa chakula bora zaidi, jinsi wanavyoweza kushirikiana na Mungu katika kurudisha sura Yake ya maadili ndani yao. {CHSw 474.2}

Watenda kazi wetu wanapaswa kutumia ujuzi wao katika kuandaa chakula chenye afya. Hakuna anayepaswa kuchunguza siri za Dk. Kellogg, lakini wote wanapaswa kuelewa kwamba Bwana anazifundisha akili nyingi katika sehemu nyingi kutengeneza vyakula vyenye afya. Kuna bidhaa nyingi ambazo ikiwa zitaandaliwa vizuri na kuchanganywa, zinaweza kutengenezwa kuwa vyakula ambavyo vitakuwa mbaraka kwa wale ambao hawawezi kumudu kununua vyakula vya bei ghali na vya afya. Yeye ambaye katika ujenzi wa maskani ya Patakatifu alitoa ustadi na uelewa katika kila aina ya kazi ya ujuzi, atawapa ustadi na uelewa watu Wake katika kuchanganya mazao ya asili ya chakula, na hivyo kuwaonyesha jinsi ya kupata lishe bora. {CHSw 475.3}

Maarifa juu ya utayarishaji wa vyakula vyenye afya ni mali ya Mungu na imewasilishwa kwa mwanadamu ili aweze kuwasilisha kwa wanadamu wenzake. Kwa kusema hivi simaanishi juu ya maandalizi maalum ambayo yamemchukua Dkt Kellogg na wengine kujifunza na kutafiti kwa muda mrefu na gharama nyingi ili kukamilisha. Ninamaanisha hasa maandalizi rahisi ambayo wote wanaweza kujifanyia wenyewe, maagizo kuhusu yapi yanapaswa kutolewa bure kwa wale wanaotaka kuishi kiafya, na haswa kwa masikini. {CHSw 476.1}

Ni mpango wa Bwana kwamba kila mahali wanaume na wanawake wahimizwe kukuza talanta zao kwa kuandaa vyakula vyenye afya kutoka katika mazao ya asili yaliyopo katika maeneo yao mashambani. Ikiwa watamtazama Mungu, wakitumia ujuzi na ustadi wao chini ya mwongozo wa Roho Wake, watajifunza jinsi ya kuandaa mazao ya asili katika vyakula vyenye afya. Kwa hivyo wataweza kuwafundisha maskini jinsi ya kujipatia vyakula ambavyo vitachukua nafasi ya nyama na samaki-mbadala wa nyama. Wale waliosaidiwa hivyo wanaweza kuwafundisha wengine. Kazi kama hiyo bado itafanywa kwa bidii, ari na nguvu iliyowekwa wakfu. Kama kazi hiyo ingelifanywa hapo awali, leo kungekuwa na watu wengi zaidi katika Kweli na wengine wengi ambao wangeweza kutoa mafundisho. Hebu tujifunze wajibu wetu ni nini, na kisha tuufanye. Hatupaswi kuwa wategemezi na wanyonge, tukingojea watu wengine wafanye kazi ambayo Mungu ametupatia sisi. {CHSw 476.2}

Uchaguzi wa Chakula

Katika matumizi ya vyakula tunapaswa kutumia busara nzuri. Tunapogundua kuwa chakula fulani hatukubaliani nacho, hatuhitaji kuandika barua za maulizo ili kujua sababu ya usumbufu. Badilisha lishe; tumia baadhi ya vyakula kwa udogo tu; jaribu namna zingine za maandalizi. Punde tutajua athari ambazo mchanganyiko fulani unaleta kwetu. Kama wanadamu wenye akili hebu kila mmoja wetu ajifunze kanuni hizo na tutumie uzoefu na uamuzi wetu katika kuamua ni vyakula gani ndivyo bora kwetu. {CHSw 476.3}

Vyakula vinavyotumika vinapaswa kuendana na kazi tunayoifanya na pia hali ya hewa tunayoishi. Vyakula vingine ambavyo vinafaa katika nchi moja havitaweza kufaa katika nchi nyingine. {CHSw 477.1}

Kuna wengine ambao wangefaidika zaidi kwa kuacha chakula kwa siku moja au mbili kila wiki kuliko kiwango chochote cha tiba au ushauri wa tiba wanaoupata. Kufunga siku moja

kwa wiki itakuwa faida kubwa sana kwao. {CHSw 477.2}

Ulaji wa Vyakula Jamii ya Karanga

Nimeagizwa kuwa vyakula vya jamii ya karanga mara nyingi hutumiwa isivyopaswa, kwamba idadi kubwa ya jamii hii ya karanga hutumiwa, na kwamba baadhi ya jamii za karanga sio nzuri kwa afya kama zilivyo zingine. Lozi (almond) ni bora kuliko karanga (njugu); lakini karanga/njugu, kwa idadi ndogo, zinaweza kutumiwa kwa kuchanganywa na nafaka kutengeneza chakula chenye lishe na kinachoweza kumeng'enywa kwa urahisi. {CHSw 477.3}

Mizeituni zinaweza kutayarishwa kwa ajili ya kuliwa kwa matokeo mazuri katika kila mlo. Faida zinazopatikana kwa matumizi ya siagi zinaweza kupatikana kwa kula matunda ya mizeituni yaliyoandaliwa vizuri. Mafuta ya mizeituni hupunguza hali ya kutopata choo; na husaidia wenye shida ya kifua kikuu au magonjwa yanayofanya uzito upungue, wale walio na uvimbe kwenye ukuta wa tumbo kwa vile limekerwa, mafuta haya ni bora kuliko dawa yoyote. Kama chakula, ni bora kuliko mafuta yoyote yanayotokana na wanyama (ambayo wanyama wamekula mime nasi tukala, second hand food, au chakula cha mtumba!). {CHSw 477.4}

Ingekuwa vizuri kwetu kupika kwa kiasi kidogo na kula matunda zaidi yaliyopo katika hali yake ya asili. Hebu tuwafundishe watu kula kwa uhuru zabibu freshi yaani zisizokaushwa, tofaa, mpichi, peazi, forosadi na jamii ya Beri (Berries), na kila aina ya matunda ambayo yanaweza kupatikana. Hebu haya matunda yatayarishwe kwa ajili ya matumizi ya msimu wa baridi kwa kuyahifadhi kwenye chupa, kwa kadri inavyowezekana, badala ya bati. (Glasi ni bora kwa afya tunapotunzia chakula, ukilinganisha na bati au plastiki. Kuhifadhi kwetu sisi chakula kwa kukikausha au kuweka kwenye chupa ya kioo, itatusaidia wakati wa kiangazi) {CHSw 477.5}

Kuhusu nyama ya wanyama, tunapaswa kuwaelimisha

watu kuiacha. Matumizi yake yanakinzana na maendeleo bora ya nguvu za mwili, akili, na maadili. Nasi tunapaswa kutoa ushuhuda ulio wazi dhidi ya utumiaji wa chai ya China na kahawa (ondoa Kafeini). Pia ni vizuri kuachana na kitindamlo maana zina kalori nyingi. (Vyakula vya sukari kama keki, mandazi ambavyo jamii zingine zinakula baada ya mlo kwa kingereza desserts). Maziwa, mayai, na siagi hazipaswi kuainishwa na nyama ya wanyama. Katika visa vingine matumizi ya mayai ni ya faida. Wakati haujafika wa kusema kwamba matumizi ya maziwa na mayai yanapaswa kuachwa kabisa. Kuna familia masikini ambazo lishe yao kwa kiasi kikubwa ni mkate na maziwa. Wana matunda kidogo na hawawezi kununua vyakula vya jamii ya karanga. Katika kuwafundisha matengenezo ya kiafya, kama ilivyo katika kazi nyingine zote za Injili, tunapaswa kukutana na watu mahali walipo. Mpaka tuweze kuwafundisha jinsi ya kuandaa vyakula vya matengenezo ya kiafya ambavyo ni vya kupendeza, vyenye lishe, vyenye ladha nzuri na pia vya bei rahisi, hatuna uhuru wa kutoa mitazamao ya hali ya juu zaidi juu ya lishe ya matengenezo ya kiafya. {CHSw 477.6}

Hebu Matengenezo ya Ulaji Yaendelee kwa Hatua

Matengenezo ya lishe yaendelee. Hebu watu wafundishwe jinsi ya kuandaa chakula bila kutumia maziwa au siagi. Waambie kwamba wakati utakuja hivi karibuni ambapo hakutakuwa na usalama katika kutumia mayai, maziwa, samli, au siagi, kwa sababu magonjwa ya wanyama yanaongezeka kulingana na ongezeko la uovu kati ya wanadamu. Wakati umekaribia ambapo, kwa sababu ya uovu wa jamii iliyoanguka, viumbe vyote vya wanyama vitaugua chini ya magonjwa yanayolaani dunia yetu. {CHSw 478.1}

Mungu atawapa watu Wake uwezo na busara ya kuandaa chakula kizuri bila vitu hivi. Hebu watu wetu wayatupilie mbali mapishi yote yasiyofaa. Hebu wajifunze jinsi ya kuishi

mtindo wa maisha ulio na afya, wakifundisha wengine yale waliyojifunza. Hebu wayatoe maarifa haya kama vile ambavyo wangefundisha mafundisho ya Biblia. Hebu wawafundishe watu kutunza afya na kuongeza nguvu kwa kuzuia upishi mwingi ambao umeujaza ulimwengu na magonjwa sugu yanayowafanya wawe wanyonge. Kwa kielelezo na mfano weka wazi kuwa chakula ambacho Mungu alimpa Adamu katika hali yake ya kutokuwa na dhambi ni bora kwa matumizi ya mwanadamu anapotafuta kurejesha tena hali hiyo ya kutokuwa na dhambi. {CHSw 478.2}

Fundisha Kwa Hekima

Wale ambao hufundisha kanuni za matengenezo ya afya wanapaswa kuwa na ufahamu kuhusu magonjwa na visababishi vyake, wakifahamu kuwa kila tendo la wakala wa kibinadamu linapaswa kuwa sawa na sheria za uhai/uzima au afya. Nuru ambayo Mungu ametoa juu ya matengenezo ya afya ni kwa wokovu wetu na wokovu wa ulimwengu. Wanaume na wanawake wanapaswa kujulishwa juu ya makazi/mwili wa binadamu, yaliyowekwa na Muumba wetu kama makao Yake, na ambayo kwayo Anatamani tuwe mawakili waaminifu-Bwana anataka tuwe na maarifa kuhusu miili yetu (anatomy and physiology). ***"Kwa maana sisi tu hekalu la Mungu aliye hai; kama Mungu alivyosema, ya kwamba, Nitakaa ndani yao, na kati yao nitatembea, Nami nitakuwa Mungu wao, nao watakuwa watu Wangu." 2 Wakorintho 6:16.*** {CHSw 479.1}

Shikilia kanuni za matengenzo ya afya, na mwache Bwana awaongoze waaminifu moyoni. Wasilisha kanuni za kiasi katika namna yake ya kupendeza. Sambaza vitabu vinavyotoa maelekezo kuhusu maisha ya afya. {CHSw 479.2}

Watu wapo katika uhitaji wa nuru inayoangaza kutoka kwenye kurasa za vitabu vyetu vya afya na majarida. Mungu anatamani kutumia vitabu hivi na majarida kama njia ambazo kwazo

atapitisha miale ya nuru itakayokamata umakini wa watu na kuwafanya watii onyo la ujumbe wa malaika wa tatu. Majarida yetu ya afya ni nyenzo shambani mwa Bwana ili kufanya kazi maalum katika kusambaza nuru ambayo wakazi wa ulimwengu lazima wawe nayo katika siku hii ya maandalizi ya Mungu. Haya yana mvuto usiyo na kifani katika masilahi ya afya na kiasi na matengenezo ya usafi wa kijamii, na yatakamilisha mema katika kuwasilisha masomo haya kwa njia inayofaa na kwa nuru yake halisi kwa watu. {CHSw 479.3}

Bwana amekuwa akitutumia kanuni hizi mstari kwa mstari, na ikiwa tunazikataa kanuni hizi, sisi hatumkatai mjumbe anayezifundisha, bali Yeye tunamkataa ambaye ametupa kanuni hizo. {CHSw 480.1}

Muwe Wabeba Nuru

Matengenzo, matengenezo ya kila wakati, lazima yawekwe mbele ya watu, na kwa mfano wetu lazima tuyasisitize na kuyatekeleza mafundisho yetu. Dini ya Kweli na sheria za afya huenda sambamba. Haiwezekani kufanyia kazi wokovu wa wanaume na wanawake bila kuwasilisha kwao hitaji la kujitenga na dhambi za kutokuwa na kiasi, mambo ambayo wanayaendekeza, ambayo huharibu afya, hudhoofisha roho, na huzuia Ukweli wa Mwenyezi Mungu usivutie akili. Wanaume na wanawake lazima wafundishwe kuchukua mtazamo wa kuwa waangalifu na kila tabia na mazoea mabaya, hebu na waweke mbali mara moja vitu ambavyo husababisha hali mbaya ya mwili na hivyo kuweka kivuli cha giza katika akili. Mungu anatamani wabeba nuru Wake wadumishe kiwango cha juu mbele yao. Kwa kielelezo na mfano lazima washikilie viwango vyao vya ukamilifu juu ya kiwango cha uongo wa Shetani, ambacho, kama kikifuatwa, kitasababisha taabu, uharibifu, magonjwa, na kifo cha mwili na roho. Hebu wale ambao wamepata ujuzi wa jinsi ya kula na kunywa na kuvaa ili kutunza afya wawape ujuzi huu watu wengine. Hebu maskini wahubiriwe Injili ya afya kwa vitendo, ili wapate kujua jinsi ya kuutunza vizuri mwili, ambao ni hekalu la Roho Mtakatifu. **[Testimonies for the Church 7:132-**

137 (1902).] {CHSw 480.2}

KAZI YA MGAHAWA

Testimonies for the Church 7:115-120 (1902).

Lazima tufanye zaidi ya vile tulivyofanya kuwafikia watu katika miji yetu. Hatupaswi kujenga majengo makubwa katika miji, lakini tena na tena nimepewa nuru kwamba tunapaswa kuanzisha majengo madogo-madogo (miundombinu/karakana) katika miji yetu ambayo itakuwa vituo vya mvuto. {CHSw 481.1}

Bwana ana ujumbe kwa ajili ya miji yetu, na ujumbe huu tunapaswa kuutangaza katika mikutano yetu ya makambi na katika mikutano yetu ya hadhara pia kupitia machapisho yetu. Kwa kuongezea hili, migahawa inayozingatia kanuni za afya inapaswa kuanzishwa katika miji, na kupitia kwa hii ujumbe wa kuwa na kiasi utatangazwa. Mipangilio inapaswa kufanywa katika kufanya mikutano kwa muunganiko na migahawa yetu. Kadri inavyowezekana, hebu nafasi itolewe ambapo wasimamizi wanaweza kualikwa kutoa mihadhara juu ya sayansi ya afya na mwenendo wa Kikristo, ambapo wanaweza kupokea maagizo juu ya utayarishaji wa chakula kizuri na juu ya masomo mengine muhimu. Katika mikutano hii lazima kuwe na maombi na kuimba na mazungumzo, sio tu juu ya mada za afya na kiasi, lakini pia juu ya mada zingine zinazofaa za Biblia. Watu wanapofundishwa jinsi ya kuhifadhi afya ya mwili, fursa nyingi zitapatikana kwa ajili ya kupanda mbegu za Injili ya ufalme wa Mungu. {CHSw 481.2}

Masomo yanapaswa kuwasilishwa kwa njia ya kuwavutia watu. Katika mikutano kusiwepo na kitu chochote chenye asili ya maigizo (asili za kumbi za maonyesho - theatre). Uimbaji haupaswi kufanywa na wachache tu. Wote waliopo wanapaswa kutiwa

moyo wajiunge katika huduma ya uimbaji. Kuna wale ambao wana karama maalum ya uimbaji, na kuna wakati ujumbe maalum unachukuliwa na mmoja akiimba peke yake au kwa kuungana watu kadhaa katika wimbo. Lakini uimbaji unaofanywa na watu wachache unapaswa kuwa nadra. Uwezo wa kuimba ni talanta ya mvuto, ambayo Mungu hutaka wote kuipalilia na kuitumia kwa utukufu wa Jina Lake. {CHSw 481.3}

Machapisho ya Kujisomea

Wale wanaokuja kwenye migahawa yetu wanapaswa kupatiwa machapisho ya kusoma. Usikivu wao unapaswa kuvutwa katika machapisho yetu juu ya kiasi na matengenezo ya lishe, na vipeperushi vinavyoshughulikia masomo ya Kristo, kisha watu wanapaswa kupatiwa pia. Mzigo wa kusambaza machapisho haya ya kusoma unapaswa kufanywa na watu wetu wote. Wote wanaokuja hebu na wapewe kitu cha kusoma. Inawezekana kwamba wengi hawatavisoma, lakini wengine kati ya wale unaowanyooshea mikono wanaweza kuwa wanatafuta nuru. Watasoma na kujifunza kile unachowapa, kisha watawapatia wengine (Tanzania, chapisho moja hufikia wastani wa watu 48). {CHSw 482.1}

Watenda kazi katika migahawa yetu wanapaswa kuishi katika uhusiano wa karibu sana na Mungu kwamba watatambua msukumo wa Roho Wake kuzungumza kibinafsi juu ya mambo ya kiroho kwa kila mmoja anayekuja katika mgahawa. Wakati nafsi inapokuwa imesulubiwa na Kristo ameumbwa ndani yetu, tumaini la utukufu, basi tutafunua, kwa mawazo, maneno, na matendo, uhalisia wa imani yetu katika Ukweli. Bwana atakuwa pamoja nasi, na kupitia sisi, Roho Mtakatifu atafanya kazi kuwafikia wale walio nje ya Kristo. {CHSw 482.2}

Bwana ameniagiza 1 kwamba hii ndiyo kazi inayotakiwa kufanywa na wale wanaoendesha migahawa yetu.

Shinikizo na haraka za biashara hazipaswi kusababisha kupuuza kazi ya kuokoa roho. Ni vizuri kuhudumia mahitaji ya mwili ya wenzetu, lakini ikiwa njia hazipatikani kuruhusu nuru ya Injili iangaze kwa wale wanaokuja kila siku kwa ajili ya chakula chao, Je! Mungu hutukuzwaje na matendo yetu? {CHSw 482.3}

Wakati kazi ya mgahawa ilipoanzishwa, ilitarajiwa kuwa ingekuwa njia ya kuwafikia wengi na ujumbe wa Ukweli wa sasa. Je! kazi hii imefanya hivi?

Kwa watenda kazi katika migahawa yetu swali liliulizwa na Mmoja mwenye mamlaka: "Je! Umezungumza na wangapi kuhusu wokovu wao? Je, ni watu wangapi wamesikia kutoka katika midomo yako wito wa dhati na bidii ya kumkubali Kristo kama Mwokozi wa binafsi? Je, ni watu wangapi wameongozwa kwa maneno yako kuacha dhambi na kuingia kwenye huduma ya Mungu aliye Hai? " {CHSw 482.4}

Kama ilivyo katika migahawa yetu, watu wanapewa chakula cha kitambo, hebu watenda kazi wasisahau kwamba wao wenyewe na wale wanaowahudumia wanahitaji kupatiwa ugavi wa chakula cha mbinguni kila wakati. Hebu watazame kila wakati fursa za kusema Ukweli kwa wale ambao hawaujui. {CHSw 483.1}

Utunzaji wa Wasaidizi

Wasimamizi wa migahawa yetu wanapaswa kufanya kazi kwa ajili ya wokovu wa watenda kazi. Hawapaswi kuwafanyisha kazi wafanya kazi wao kupita kiasi, kwa sababu kwa kufanya hivyo watajiweka mahali ambapo hawana uwezo wala mwelekeo wa kuwasaidia watenda kazi kiroho. Wanapaswa kuzitoa nguvu zao bora kuwafundisha watenda kazi wao katika namna ya kiroho, wakiwaelezea Maandiko na kuomba nao na kwa ajili yao. Wanapaswa kulinda shauku ya kidini ya wasaidizi kwa uangalifu kama vile wazazi wanavyopaswa kulinda shauku ya kidini ya watoto wao. Kwa uvumilivu na upole wanapaswa kuwaangalia, wakifanya yote yaliyoko ndani ya uwezo wao

kuwasaidia katika ukamilifu wa tabia ya Kikristo. Maneno yao yanapaswa kuwa kama tofaa za dhahabu katika picha yenye rangi ya fedha; vitendo vyao vinapaswa kutokuwa na kila aina ya ubinafsi na ukali. Wanapaswa kusimama kama askari aliye tayari wakati wowote, wakitazama roho kama watu wanaopaswa kutoa hesabu. Wanapaswa kujitahidi kuwafanya wasaidizi wao wasimame juu kwenye nafasi bora zaidi ya ufanisi, ambapo ujasiri wao utakua na nguvu kila wakati na imani yao kwa Mungu inaongezeka kila wakati. {CHSw 483.2}

Migahawa yetu isipokuwa imetengenezwa kufanya kazi kwa njia hii, itakuwa muhimu kuwaonya watu wetu dhidi ya kuwatuma watoto wao kwao kama watenda kazi humo. Wengi wa wale wanaofadhili au wenye sauti kwenye migahawa yetu hawatembei kwenda huko na malaika wa Mungu; hawatamani ushirika wa viumbe hawa watakatifu. Wanabeba mvuto wa ulimwengu wanapoingia kwenye migahawa, na kuushinda/kuupiku mvuto huu watenda kazi wanahitaji kuunganishwa kwa karibu na Mungu. Wasimamizi wa migahawa yetu lazima wafanye zaidi ili kuwaokoa vijana katika ajira zao. Lazima waongeze bidii zaidi kuwaweka hai kiroho, ili akili zao changa zisiyumbishwe na roho ya ulimwengu ambayo wanakutana nayo kila wakati. Wasichana na mabinti katika migahawa yetu wanahitaji Mtu wa kuwaangalia/kuwalinda. Kila mmoja wao anahitaji kulindwa na mvuto wa nyumbani. {CHSw 484.1}

Kuna hatari kwamba vijana, wakiingia katika taasisi zetu kama waumini, wakiwa na shauku ya kusaidia katika kazi ya Mungu, watachoka na kuvunjika moyo, na kupoteza bidii na ujasiri wao, na kuwa baridi na wasiojali. Hatuwezi kuwakusanya vijana hawa kwenye vyumba vidogo, vyenye giza na kuwanyima fursa za maisha ya nyumbani na kisha tutarajie kuwa na uzoefu mzuri wa kidini. {CHSw 484.2}

Ni muhimu mipango ya busara iwekwe kwa utunzaji wa wasaidizi katika taasisi zetu zote na haswa kwa wale walioajiriwa katika migahawa yetu. Wasaidizi wazuri wanapaswa kutunzwa, na kila faida inapaswa kutolewa ambayo itawasaidia kukua katika neema

na katika kumjua Kristo. Hawapaswi kuachwa katika rehema ya hali za hovyo hovyo, pasipokuwa na muda wa kawaida wa maombi na pasipokuwa na muda kabisa wa kujifunza Biblia. Wanapoachwa hivyo, wanakuwa sio waangalifu na wazembe, wasiojali Ukweli wa milele. {CHSw 484.3}

Kila mgahawa unafaa kuunganishwa na mtu na mkewe ambao wanaweza kuwa walinzi wa wasaidizi, mwanamume na mwanamke wanaompenda Mwokozi na roho alizozifia, na wanaoshika njia ya Bwana. {CHSw 485.1}

Mabinti au wasichana wanapaswa kuwa chini ya uangalizi wa matroni mwenye busara, mwanamke aliyeongoka kabisa, ambaye atawalinda watenda kazi kwa uangalifu, haswa wale wadogo. {CHSw 485.2}

Watenda kazi wanapaswa kuhisi kuwa wana nyumba. Wao ni mkono wa msaada wa Mungu, na wanapaswa kutendewa kwa uangalifu na kwa upole kama Kristo alivyotangaza kwamba mtoto mdogo ambaye Alimweka katikati ya wanafunzi Wake, anavyopaswa kutendewa vyema. ***"bali atakayemkosesha mmojawapo wa wadogo hawa waniaminio," Alisema "Yamfaa afungiwe shingoni jiwe kubwa la kusagia, na kutoswa katika kilindi cha bahari." "Angalieni msidharau mmojawapo wadogo hawa; kwa maana nawaambia ya kwamba malaika wao mbinguni siku zote huutazama uso wa Baba Yangu aliye mbinguni." Mathayo 18: 6,10*** Utunzaji ambao unapaswa kutolewa kwa watenda kazi hawa ni moja ya sababu za kupendelea katika jiji kubwa kuwe na migahawa kadhaa midogo midogo badala ya kuwa na mgahawa mmoja mkubwa. Lakini hii sio sababu pekee kwa nini itakuwa bora kuanzisha migahawa kadhaa midogo katika sehemu tofauti za miji yetu mikubwa. {CHSw 485.3}

Faida za Migahawa Midogo

Migahawa midogo itasaidia kanuni za matengenezo ya kiafya kuonekana mbele ya watu. kama ilivyo kwa uanzishwaji

wa migahawa mikubwa na hivyo itasimamiwa kwa urahisi zaidi. Hatujaamriwa kulisha ulimwengu, lakini tumeagizwa kuwaelimisha watu. Katika migahawa midogo hakutakuwa na kazi nyingi za kufanya, na wasaidizi watakuwa na wakati zaidi wa kujitolea kusoma Neno, muda zaidi wa kujifunza jinsi ya kufanya kazi zao vizuri, na muda zaidi katika kujibu maswali ya wateja ambao wanapenda kujifunza juu ya kanuni za matengenezo ya kiafya. {CHSw 485.4}

Ikiwa tunatimiza kusudi la Mungu katika kazi hii, haki ya Kristo itatutangulia, na utukufu wa Bwana utakuwa nyuma yetu. Lakini ikiwa hakuna mkusanyiko wa nafsi, ikiwa wasaidizi wenyewe hawajafaidika kiroho, ikiwa hawamtukuzi Mungu kwa maneno na matendo, kwa nini tunapaswa kufungua na kudumisha vituo hivyo? Ikiwa hatuwezi kuendesha migahawa yetu kwa utukufu wa Mungu, ikiwa hatuwezi kutumia mvuto wenye nguvu ya kidini, itakuwa bora kwetu kuifunga na kutumia talanta za vijana wetu katika kazi zingine. Lakini migahawa yetu inaweza kuendeshwa ili kwamba iwe njia ya kuokoa roho. Hebu tumtafute Bwana kwa bidii kwa unyenyekevu wa moyo, ili atufundishe jinsi ya kutembea katika nuru ya ushauri Wake, jinsi ya kuelewa Neno Lake, jinsi ya kulikubali Neno, na jinsi ya kulitenda. **[Testimonies for the Church 7:115-120 (1902).]** {CHSw 486.1}

WAFUNDISHE WATOTO KUPIKA

Usipuuze kufundisha watoto wako jinsi ya kupika. Kwa kufanya hivyo, wewe unawapa kanuni ambazo lazima wawe nazo katika elimu yao ya dini. Katika kuwapa watoto wako masomo katika fiziolojia, na kuwafundisha kupika kwa urahisi na bado kwa ustadi, unaweka msingi wa matawi muhimu zaidi ya elimu. Ujuzi unahitajika kutengeneza mkate mwepesi mzuri. Kuna dini katika kupika vizuri mkate au chakula chochote cha afya, na ninahoji dini ya kikundi kile ambacho watu wake ni wajinga sana na wazembe sana hata wasiweze kujifunza kupika. 1 **—Testimonies for the Church 2:537 (1870).** {CHSw 486.2}

MIGAHAWA KATIKA MIJI MIKUBWA

Testimonies for the Church 7:54-56 (1902).

Nilipokuwa New York katika msimu wa baridi na theluji wa 1901, nilipokea nuru ya kazi katika jiji hilo kubwa. Usiku baada ya usiku kazi ambayo ndugu zetu wangeifanya ilipita mbele yangu. Huko New York ujumbe unapaswa kwenda kama taa inayowaka. Mungu atainua watendakazi kwaajili ya kazi hii, na malaika Zake watawatangulia. Ingawa miji yetu mikubwa inafikia haraka hali kama ile ya ulimwengu wa kabla ya Gharika, nayo ni kama Sodoma kwa uovu, lakini ndani yake kuna roho nyingi za watu wengi ambao ni waaminifu, ambao wanaposikiliza Ukweli wa kushtua wa ujumbe wa marejeo, watahisi usadikisho wa Roho. New York iko tayari kufanyiwa kazi. Katika mji huo mkubwa ujumbe wa Ukweli utatolewa kwa uweza wa Mungu. Bwana anawaita watendakazi. Anatoa wito kwa wale ambao wamepata uzoefu katika kazi, kuichukua na kuendelea mbele kwa hofu Yake kazi inayopaswa kufanywa New York na katika miji mingine mikubwa ya Marekani. Anatoa wito pia wa kutoa mali zitakazotumiwa katika kazi hii. {CHSw 487.1}

Iliwasilishwa kwangu kwamba hatupaswi kupumzika kwa kuridhika kwa sababu tuna migahawa ya vyakula vya mboga mboga (vegetarian) huko Brooklyn, lakini kwamba migahawa mingine inapaswa kuanzishwa katika sehemu zingine za jiji. Watu wanaoishi katika sehemu moja ya Greater New York hawajui kinachoendelea katika sehemu zingine za jiji hilo kubwa. Wanaume na wanawake wanaokula katika migahawa iliyoanzishwa katika maeneo tofauti watagundua uboreshaji wa afya. Imani yao ikishapatikana, watakuwa tayari zaidi kukubali ujumbe maalum wa Ukweli wa Mungu. {CHSw 487.2}

Mahali popote ambapo kazi ya umishenari wa tiba inafanywa katika

miji yetu mikubwa, shule za mapishi zinapaswa kuendeshwa; na mahali popote ambapo nguvu ya elimu ya umishenari inaendelea, mgahawa wa kukinga magonjwa, kusaidia afya na usafi (Hygenic Restaurant) wa aina fulani unapaswa kuanzishwa, ambao utatoa kielelezo halisi cha uteuzi sahihi na utayarishaji mzuri wa vyakula (ununuzi wa chakula na mapishi kwa vitendo). {CHSw 487.3}

Nilipokuwa Los Angeles nilielekezwa kuwa sio tu katika sehemu anuwai za jiji hilo, lakini pia huko San Diego na katika vituo vingine vya watalii Kusini mwa California, migahawa ya afya na vyumba vya matibabu/tiba vinapaswa kuanzishwa. Jitihada zetu katika nyanja hii zinapaswa kujumuisha vituo vingi vya fukwe za bahari. Kama sauti ya Yohana Mbatizaji ilivyosikika nyikani, "Tengenezeni njia ya Bwana," ndivyo sauti ya wajumbe wa Bwana inapaswa kusikiwa katika vituo vingi vya watalii na maeneo ya mapumziko kando ya bahari (resort). **[Testimonies for the Church 7:54-56 (1902).]** {CHSw 488.1}

MIGAHAWA NA VYUMBA VYA TIBA

Nimepewa nuru kwamba katika miji mingi ni vyema kwamba migahawa ya afya iunganishwe na vyumba vya tiba. Hivi viwili vinaweza kushirikiana katika kushikilia kanuni sahihi. Kuhusiana na haya wakati mwingine inashauriwa kuwa na vyumba ambavyo vitatumika kwa kama mabweni ya kupumzika kwa wagonjwa wanaokuja. Taasisi hizi zitatumika kama sehemu ya kupata wateja kwa ajili ya vituo vya Sanitarium vilivyopo vijijini na ingekuwa bora kuendeshwa katika majengo ya kukodi. Hatupaswi kujenga katika miji majengo makubwa ya kuuguzia/kutunzia wagonjwa, kwa sababu Mungu ameonesha wazi kuwa wagonjwa wanaweza kutunzwa vizuri nje ya miji. Katika maeneo mengi itakuwa muhimu kuanza kazi ya Sanitarium katika miji; lakini, kwa kadri inavyowezekana, kazi hii inapaswa kuhamishiwa pembezoni, mara tu maeneo yanayofaa yanapoweza

kupatikana. —**Testimonies for the Church 7:60.** {CHSw 488.2}

KUFUNGA SABATO

Testimonies for the Church 7:121-123 (1902).

Swali limeulizwa: "Je! Migahawa yetu inapaswa kufunguliwa siku ya Sabato?" Jibu langu ni: Hapana, hapana! Utunzaji wa Sabato ni ushuhuda wetu kwa Mungu, alama, au ishara, kati Yake na sisi kwamba sisi ni watu Wake. Kamwe alama hii haiwezi kufutwa. {CHSw 489.1}

Je! Watenda kazi katika migahawa yetu watakuwa wakitoa chakula siku ya Sabato sawa kama wanavyofanya katika siku za wiki kwa umati wa watu ambao wanakuja, siku yao ya kupumzika ingekuwa wapi? Je! Wangekuwa na fursa gani ya kurejesha nguvu zao za kimwili na kiroho? {CHSw 489.2}

Si muda mrefu, nilipopewa nuru maalum juu ya mada hii. Nilionyeshwa kwamba juhudi zitafanywa kushusha kiwango chetu cha utunzaji wa Sabato, kwamba watu wangeomba kufunguliwa kwa migahawa yetu siku ya Sabato; lakini kamwe hili halipaswi kufanywa. {CHSw 489.3}

Tukio lilipita mbele yangu. Nilikuwa katika mgahawa wetu huko San Francisco. Ilikuwa Ijumaa. Watenda kazi kadhaa walikuwa wakijishughulisha na kuweka vifurushi vya vyakula kama vile ambavyo vingeweza kubebwa na watu kwenda nyumbani kwao kwa urahisi (takeaway food), na idadi ya watu kadhaa ilikuwa ikingojea kupokea vifurushi hivi. Niliuliza maana ya jambo hili, na watenda kazi waliniambia kuwa wengine kati ya walezi wao walikuwa na wasiwasi kwa sababu ya kufungwa kwa mgahawa, wasingeweza kupata chakula cha aina hiyo siku ya Sabato kama walivyokuwa wanakipata katika siku za juma. Wakitambua thamani ya vyakula bora vilivyopatikana katika mgahawa huo, vile visivyosindikwa wala kukobolewa,

walipinga kunyimwa chakula siku ya saba na kuwasihi wale wanaosimamia mgahawa huo, kwamba waifungue kila siku ya juma, wakionyesha jinsi ambavyo wangetaabika ikiwa hili lisingefanywa. "Kile unachokiona leo," watenda kazi walisema, "ni jibu letu kwa mahitaji haya ya vyakula vya afya siku ya Sabato. Watu hawa huchukua chakula cha ljumaa ambacho hudumu hadi siku ya Sabato, na kwa kutumia njia hii tunaepuka kulaumiwa kwa kukataa kufungua mgahawa siku ya Sabato." {CHSw 489.4}

Mstari wa mipaka kati ya watu wetu na ulimwengu lazima uwekwe wazi wazi bila kukosea. Jukwaa letu ni sheria ya Mungu, ambayo tumeamriwa kuishika siku ya Sabato; kwani, kama ilivyoelezwa wazi katika sura ya thelathini na moja ya Kutoka, utunzaji wa Sabato ni ishara kati ya Mungu na watu Wake. "Hakika mtazishika Sabato zangu" Bwana aliwaambia "**kwa kuwa ni ishara kati ya Mimi na ninyi katika vizazi vyenu vyote; ili mpate kujua ya kuwa Mimi Ndimi Bwana niwatakasaye ninyi**." **Basi mtaishika hiyo Sabato; kwa kuwa ni takatifu kwenu. . . . Ni ishara kati ya Mimi na wana wa Israeli milele; kwani kwa siku sita Bwana alifanya mbingu na nchi, akastarehe kwa siku ya saba na kupumzika.**" {CHSw 490.1}

Tunapaswa kuzingatia agizo "hivi ndivyo asemavyo Bwana" ingawa kwa utii wetu tunasababisha usumbufu mkubwa kwa wale ambao hawaiheshimu Sabato. Kwa upande mmoja tuna matakwa ya mwanadamu; kwa upande mwingine, tuna amri za Mungu. Ipi yenye uzito mkubwa kwetu? {CHSw 490.2}

Katika Sanitarium zetu, familia za wagonjwa, pamoja na matabibu, wauguzi, na wasaidizi, lazima walishwe siku ya Sabato, kama ilivyo kwa familia nyingine yoyote, na kazi iwe kidogo kwa kadri iwezekanavyo. Lakini migahawa yetu haipaswi kufunguliwa siku ya Sabato. Hebu watenda kazi wahakikishiwe kuwa siku hii

watakuwa nayo kwa ajili ya ibada ya Mungu. Milango iliyofungwa siku ya Sabato huweka muhuri mgahawani kama ukumbusho wa Mungu, ukumbusho unaotangaza kuwa siku ya saba ni Sabato na kwamba hakuna kazi ya lazima inayopaswa kufanywa. {CHSw 490.3}

Nimeagizwa kuwa moja ya sababu kuu kwa nini migahawa inayozingatia kanuni za afya na vyumba vya tiba inapaswa kuanzishwa katika vituo vya miji mikubwa ni kwamba kwa njia hii umakini wa watu wanaoongoza utavutwa katika ujumbe wa Malaika wa Tatu. Kwa kugundua kuwa migahawa hii inaendeshwa kwa njia tofauti kabisa na njia ambayo migahawa ya kawaida huendeshwa, watu wenye akili wataanza kuhoji sababu za kufanya mambo kwa utofauti katika njia za biashara, na watachunguza kanuni ambazo zinatuongoza kutoa chakula bora. Kwa hivyo wataongozwa katika kupata maarifa ya ujumbe kwa wakati huu. {CHSw 491.1}

Wakati watu wanaofikiria wanapogundua kuwa migahawa yetu imefungwa siku ya Sabato, watauliza maswali juu ya kanuni ambazo zinatuongoza kufunga milango yetu siku ya Jumamosi. Katika Kujibu maswali yao, tutapata fursa ya kuwajulisha sababu za imani yetu. Tunaweza kuwapa nakala za machapisho, majarida na vipeperushi vyetu, ili waweze kuelewa tofauti kati ya ***"yule anayemtumikia Mungu na yule asiyemtumikia Yeye."*** {CHSw 491.2}

Sio watu wetu wote ambao wana umakini katika suala la utunzaji wa Sabato. Mungu awasaidie kufanya matengenezo. Kwa kila kiongozi wa familia anapaswa kukita miguu yake kwa nguvu kwenye jukwaa la utii. **[Testimonies for the Church 7:121-123 (1902).]** {CHSw 491.3}

UTAKATIFU WA SABATO

Kila kitu kinachoweza 1 kufanywa kwa siku sita ambazo

Mungu amekupa, kinapaswa kufanywa. Haupaswi kumwibia Mungu hata saa moja ya wakati mtakatifu. Baraka kuu zimeahidiwa kwa wale ambao wanaweka makadirio ya juu katika Sabato na kutambua majukumu yaliyo juu yao kwa kuzingatia utunzaji wake: **—Testimonies for the Church 2:702 (1871).** {CHSw 491.4}

VYAKULA VYA AFYA KWA NCHI ZOTE

Bwana ameniamuru niseme kwamba hajazuia kwa watu wachache nuru yote inayopaswa kupokelewa kuhusu maandalizi bora ya vyakula vya kiafya. {CHSw 492.1}

Mungu Ndiye chanzo cha hekima yote, fahamu zote, talanta zote. Yeye Atalitukuza Jina Lake kwa kuipa hekima mioyo mingi kuhusu utayarishaji wa vyakula vya kiafya. Na wakati anapofanya hivi, utengenezaji wa vyakula hivi vipya sio vya kutazamwa kama ukiukaji wa haki za wale ambao tayari wanatengeneza vyakula vya kiafya, ingawa kwa njia zingine vyakula vilivyotengenezwa na watu tofauti vinaweza kufanana. Mungu atawachukua watu wa kawaida na atawapa ustadi na ufahamu katika kutumia matunda ya ardhi. Yeye Anashughulika na watenda kazi Wake bila upendeleo. Hakuna hata mmoja anayesahaulika. Atawavutia wafanyabiashara ambao ni watunza Sabato kuanzisha viwanda ambavyo vitatoa ajira kwa watu Wake. Yeye Atawafundisha watumishi Wake kuandaa vyakula vya gharama nafuu vya afya ambavyo vinaweza kununuliwa na masikini. {CHSw 492.2}

Katika mipango yetu yote tunapaswa kukumbuka kuwa kazi ya chakula cha afya ni mali ya Mungu na kwamba haifai kufanywa kuwa uwekezaji wa kifedha kwa faida binafsi. Ni zawadi ya Mungu kwa watu Wake, na faida inapaswa kutumika kwa faida ya wanadamu wanaoteseka kila mahali. {CHSw 492.3}

Hasa katika Majimbo ya Kusini mwa Amerika Kaskazini mambo mengi yatabuniwa na miundo mbinu mingi kusimikwa, ili kwamba masikini na wahitaji waweza kujiendeleza na tasnia ya chakula cha afya. Chini ya waalimu ambao wanajitahidi kwa wokovu wa roho zao, watu watafundishwa jinsi ya kulima na kuandaa mazao hayo, kwa ajili ya chakula, vitu vile ambavyo hukua kwa urahisi katika eneo lao mahalia. **—Testimonies for the Church 7:128, 129 (1901).** {CHSw 492.4}

KATIKA NCHI ZA KUSINI

Testimonies for the Church 7:56, 57 (1902).

Nina ujumbe wa kutoa kuhusu maeneo ya Kusini. Tunayo kazi kubwa ya kufanya katika eneo hili. Hali yake ni shutuma kwa kukiri kwetu Ukristo. Angalia umaskini wa wachungaji, waalimu, na wamishenari Wake wa tiba. Fikiria ujinga, umasikini, huzuni, shida, na taabu, ya watu wengi. Na bado eneo hili liko karibu na milango yetu. Jinsi gani tumekuwa wabinafsi, wasiojali, kwa majirani zetu! Tumewapita bila kuona huruma, tukitenda kidogo katika kupunguza mateso yao. Ikiwa utume wa Injili ungejifunzwa na kutiiwa na watu wetu, Majimbo ya Kusini yangekuwa yamepokea sehemu yake ya huduma. Ikiwa wale ambao wamepokea nuru wangetembea katika nuru, basi wangegundua kuwa jukumu la kulima sehemu hii ya shamba la mzabibu lililosahaulika kwa muda mrefu limewekwa juu yao. {CHSw 493.1}

Mungu anatoa wito kwa watu Wake wampatie mali ambayo amewakabidhi, ili kwamba taasisi ziweze kuanzishwa katika mashamba/maeneo fukara yaliyo tayari kwa mavuno. Yeye Anatoa wito kwa wale ambao wana pesa katika benki waziweke katika mzunguko. Kwa kutoa mali zetu kuendeleza kazi ya Mungu, tunaonyesha kwa njia ya vitendo kwamba tunampenda Yeye sana, na kumpenda jirani yetu kama nafsi zetu. {CHSw 493.2}

Hebu shule na Sanitariam zianzishwe sasa katika maeneo mengi kwenye Majimbo ya Kusini. Hebu vituo vya mvuto (umma) vijengwe katika miji mingi ya Kusini kwa kufungua maduka ya chakula na migahawa ya mboga-mboga (vegeterian restaurants). Hebu pia kuwe na vifaa vya utengenezaji wa vyakula rahisi, vyenye bei rahisi na vya afya. Lakini hebu sera za ubinafsi na za kidunia, zisiingizwe kazini kwani Mungu analikataza jambo hili. Wacha watu wasio na ubinafsi washike kazi hii kwa hofu ya Mungu na kwa upendo kwa binadamu wenzao. {CHSw 493.3}

Nuru niliyopewa ni kwamba katika maeneo ya Kusini, kama mahali pengine, utengenezaji wa vyakula vya afya unapaswa kufanywa, sio kama uvumi wa faida binafsi, lakini kama shuguli/biashara ambayo Mungu amebuni ambayo mlango wa matumaini unaweza kufunguliwa kwa watu. Katika maeneo ya Kusini umakini maalum unapaswa kuoneshwa kwa masikini, ambao wamepuuzwa sana. Wanaume wenye uwezo wa kiuchumi wanapaswa kuchaguliwa kubeba kazi ya chakula; kwa kuwa, ili kuifanikisha, hekima kubwa na uchumi lazima vifanyiwe kazi. Mungu anatamani watu Wake wafanye huduma inayokubalika katika kuandaa chakula chenye afya, sio tu kwa familia zao, ambazo ni jukumu lao la kwanza, bali kwa kuwasaidia masikini kila mahali. Wanapaswa kuonesha ukarimu kama wa Kristo, wakitambua kuwa wanamwakilisha Mungu, na kwamba walicho nacho ni majaliwa Yake. {CHSw 494.1}

Ndugu, shikilieni kazi hii. Msitoe nafasi yo yote ya kuvunjika moyo. Msiwakosoe wale ambao wanajaribu kufanya kitu katika mistari sahihi, lakini ninyi wenyewe nendeni mkafanye kazi. {CHSw 494.2}

Kuhusiana na biashara ya chakula chenye afya, kunaweza kuanzishwa viwanda anuwai ambavyo vitasaidia katika maeneo ya Kusini. Yote yale ambayo wanadamu ambao ni wamishenari

kwa Mungu wanaweza kuyafanya katika eneo hili yanapaswa kufanywa sasa; kwani ikiwa kuna shamba linahitaji kazi ya umishenari wa tiba (umishenari wa tiba), ni maeneo ya Kusini. Wakati ambao umekwishapita kwa umilele, wengi walipaswa kuwa watendakazi Kusini na Mungu kwa kufanya kazi na watu binafsi, na kwa kutoa mali zao ili kujikimu na kuwawezesha watenda kazi wengine katika eneo hilo. **[Testimonies for the Church 7:56, 57 (1902).]** {CHSw 494.3}

KAMA TASNIA YA SHULE

[Australasian Union Record, July 28, 1899.]

Nuru niliyopewa ni kwamba haitachukua muda mrefu kabla hatujaacha kabisa kutumia chakula cha asili ya nyama. Hata maziwa yatapaswa kuachwa. Magonjwa yanazidi kuenea kwa haraka. Laana ya Mungu ipo juu ya dunia, kwa sababu mwanadamu ameilaani. Tabia na mazoea ya wanadamu yameileta dunia katika hali ambayo lazima chakula kingine, tofauti na chakula cha wanyama, kipatiwe kwa familia ya wanadamu. Hatuhitaji chakula cha nyama kabisa. Mungu anaweza kutupatia kitu kingine. {CHSw 495.1}

Tulipokuwa tukizungumza kuhusu ardhi hii, ilisemekana, “Hakuna kitu kinachoweza kulimwa hapa.” “Hata hivyo,” nikasema, “Bwana anaweza kutandaza meza nyikani.” Kwa uongozi Wake chakula kitaenea mbali sana. Tunapojiweka wenyewe katika uhusiano sahihi Naye, atatusaidia, na chakula tunachokula kwa utii Kwake kitatosheleza. Tunaweza kuishi kwa kidogo sana kuliko tunavyodhani, iwapo baraka ya Mungu ipo juu ya chakula; na ikiwa ni kwa ajili ya utukufu Wake, Yeye Anaweza kukizidisha. {CHSw 495.2}

Tunapaswa kufahamu kuwa Mungu Yupo katika harakati

za matengenezo ya afya. Tunapomweka Kristo ndani ya harakati za matengenezo ya afya, inatupasa kukumbatia kila nafasi na uwezekano. {CHSw 495.3}

Shughuli ya chakula cha afya inapaswa kuunganishwa na shule yetu, na tunapaswa kufanya maandalizi kwa ajili yake. Tunajenga majengo ya kutunza/kuhudumia wagonjwa, na chakula kitahitajika kwa ajili ya wagonjwa hao. Popote pale ambapo shauku itainuliwa, watu wanapaswa kufundishwa kanuni za matengenezo ya afya. Ikiwa kazi hii itaingizwa, itakuwa kama daraja la kwanza la kuwasilisha Ukweli. Shughuli za chakula cha afya inapaswa kuanzishwa hapa. Inapaswa kuwa moja ya sekta zinazohusishwa na shule. Mungu amenifundisha kwamba wazazi wanaweza kupata kazi katika sekta hii na hivyo kuwasomesha watoto wao. Lakini kila kitu kitakachofanyika kifanyike kwa unyenyekevu mkuu. Kusiwepo na matumizi ya kifahari au ubaradhifu katika jambo lolote. Kazi madhubuti lazima ifanywe, kwa kuwa ikiwa kazi haijafanywa kwa uthabiti, uzoefu wa juu juu ndio utakaopatikana…….. Kazi lazima iwe thabiti. Mara tu wasaidizi katika eneo hili la kazi watakapoongozwa na Roho Mtakatifu, Bwana atawapa busara na akili mahiri ya kutengeneza vyakula, kama vile alivyowapa watenda kazi wa maskani uelewa na uwezo. Yeye Atawawezesha kufanya kazi sahihi ya kuijenga hema ya mwili. {CHSw 495.4}

SEHEMU YA 11—KAZI YA UMISHENARI YA TIBA KAZI YA UANZILISHI YA AWALI (Pioneer work)

[The Review and Herald, Desemba 17, 1914]

Kazi ya umishenari ya tiba ni kazi ya payoniya/awali ya Injili, mlango ambao 1 Ukweli wa wakati huu unapaswa

kuzifikia nyumba nyingi. Watu wa Mungu wanapaswa kuwa wakweli katika kazi hii ya umishenari, kwani wanatakiwa kujifunza kuhudumia mahitaji ya roho na mwili kwa wakati mmoja. Inapaswa kuonyeshwa na watumishi wetu bila kuwa na ubinafsi. Wakiwa na maarifa na uzoefu uliopatikana kupitia kazi ya vitendo, watatoka kuwapa wagonjwa tiba. Wanapopita kutoka nyumba hadi nyumba, watapata nafasi ya kufikia mioyo mingi. Wengi watafikiwa ambao vinginevyo wasingeweza kamwe kusikia ujumbe wa Injili. Onyesho la kanuni za matengenezo ya afya litasaidia sana kuondoa chuki au dhana potofu dhidi ya kazi yetu ya kiinjilisti. Daktari Mkuu, mwanzilishi wa kazi ya umishenari ya tiba, atabariki wote wanaojitahidi kufundisha Ukweli wa wakati huu. {CHSw 497.1}

Uponyaji wa mwili umeunganishwa moja kwa moja na agizo ya Injili. Wakati Kristo alipotuma wanafunzi Wake katika safari yao ya kwanza ya ujumbe wa kimishenari, aliwaagiza, "***Na katika kuenenda kwenu, hubirini, mkisema, Ufalme wa mbinguni umekaribia. Pozeni wagonjwa, fufueni wafu, takaseni wenye ukoma, toeni pepo; mmepata bure, toeni bure.***" **Mathayo 10:7-8**. Na mwishoni mwa huduma Yake duniani, alipowapa agizo lao la kudumu, alisema, "***Na ishara hizi zitafuatana na hao waaminio; kwa jina langu watatoa pepo; watasema kwa lugha mpya; watashika nyoka; hata wakinywa kitu cha kufisha, hakitawadhuru kabisa; wataweka mikono yao juu ya wagonjwa, nao watapata afya. Kupaa kwa Yesu.***" **Marko 16:17-18**. {CHSw 497.2}

Daktari Mpendwa

Kuhusu wanafunzi baada ya kupaa kwa Kristo, tunasoma, "***Nao wale wakatoka, wakahubiri kotekote, Bwana akitenda kazi pamoja nao, na kulithibitisha lile Neno kwa ishara zilizofuatana nalo***." **Marko 16:20**. Luka anaitwa "daktari mpendwa." Alifanya kazi pamoja na Paulo huko Filipi, na wakati Paulo alipoondoka, Luka alibaki, akifanya kazi mbili kwa wakati mmoja—kama daktari na kama mtumishi wa Injili. Kwa hakika, alikuwa mmishenari wa tiba, na ujuzi

wake wa kiafya ulifungua mlango wa Injili kwa ajili ya kuifikia mioyo mingi. {CHSw 498.1}

Mfano wa Kristo

Agizo la Kiungu/Bwana halihitaji matengenezo yoyote. Njia ya Kristo katika kuwasilisha Ukweli haiwezi kuboreshwa. Mwokozi aliwapa wanafunzi Wake mafunzo ya vitendo, akiwafundisha jinsi ya kufanya kazi kwa njia ambayo itafurahisha roho katika ukweli. Aliwaonea huruma wale waliochoka, wenye mizigo mizito, na walioteswa. Aliwapa chakula wale waliokuwa na njaa na kuponya wagonjwa. Daima alitenda mema. Kupitia mema aliyofanya, maneno Yake ya upendo na matendo Yake ya wema, aliifafanua Injili kwa binadamu. {CHSw 498.2}

Ingawa kipindi cha huduma Yake kwa watu kilikuwa kifupi, alitimiza kazi aliyokuja kufanya. Ukweli alioufundisha ulikuwa wa kusisimua kiasi gani! Kazi Yake ya maisha ilikuwa kamilifu kiasi gani! Kila siku alitafuta kutoa chakula cha kiroho, akiwasilisha mkate wa maisha kwa roho elfu nyingi zilizo na njaa! Maisha Yake yalikuwa huduma hai ya Neno. Yeye Hakuahidi chochote ambacho hakukifanya. {CHSw 498.3}

Maneno ya uzima yaliwasilishwa kwa urahisi kiasi kwamba hata mtoto angeweza kuyafahamu. Wanaume, wanawake, na watoto walivutiwa sana na namna aliyokuwa akifasiri Maandiko kiasi kwamba wangeweza kusikiliza sauti Yake, kuweka msisitizo sawa katika maneno yao, na kuiga ishara Zake. Vijana walifuata roho Yake ya huduma na walijitahidi kuiga njia Zake za neema kwa kusaidia wale waliowaona wanahitaji msaada. {CHSw 498.4}

Kama vile tunavyoweza kufuatilia mkondo wa maji unavyozalisha mimea ya kijani pale unapopita, vivyo hivyo Kristo angeweza kuonekana katika matendo ya rehema yaliyoashiria kila hatua Yake. Popote pale alipoenda, afya ilichipuka na furaha ikafuata pale alipopita. Vipofu na viziwi walifurahia uwepo Wake. Maneno Yake kwa

watu wasiojua yalifungua chemchemi ya uzima kwao. Aligawa baraka Zake kwa wingi na kwa kuendelea. Hizi zilikuwa hazina za milele zilizokusanywa, nazo zilizotolewa katika Kristo, kipawa kikubwa cha Bwana kwa mwanadamu. {CHSw 499.1}

Kazi ya Kristo kwa niaba ya mwanadamu haijakamilika. Inaendelea hadi leo. Vivyo hivyo, mabalozi Wake wanapaswa kuhubiri Injili na kufichua upendo Wake wa huruma kwa roho zilizopotea na zinazoangamia. Kupitia maslahi yasiyo na ubinafsi, kwa wale wanaohitaji msaada, tunapaswa kutoa mfano wa vitendo wa Ukweli wa Injili. Kazi hii ni zaidi ya kutoa mihadhara. Uinjilisti wa dunia ni kazi ambayo Mungu amewapa wale wanaoenda kwa Jina Lake. Watu wanapaswa kuwa washirika wa Kristo, wakionyesha kwa wale walio tayari kupotea upendo Wake wa huruma. Mungu anawaita maelfu ya watu wafanye kazi Kwake, sio kwa kuhubiri kwa wale wanaojua Ukweli wa wakati huu, bali kwa kuwaonya wale ambao hawajawahi kusikia ujumbe wa mwisho wa huruma. Fanya kazi kwa moyo uliojaa hamu ya dhati kwa roho. Fanya kazi ya umishenari ya tiba. Hivyo utapata kuifikia mioyo ya watu, na njia itakuwa tayari kwa utangazaji thabiti zaidi wa ile Kweli. {CHSw 499.2}

Nani ni watenda-kazi pamoja na Kristo katika kazi hii yenye baraka ya umishenari wa tiba? Nani wamejifunza mafunzo ya Mwalimu na wanajua jinsi ya kushughulika kwa ustadi na roho ambazo Kristo alikufa kwa ajili yake? Tunahitaji, ah! sana, madaktari kwa ajili ya roho zilizofunzwa katika shule ya Kristo na ambao wanaweza kufanya kazi katika ajili ya Kristo. Kazi yetu ni kupata ujuzi wa Yeye ambaye ni njia, kweli, na uzima. Tunapaswa kuwahusisha watu katika masuala yanayohusu afya ya mwili pamoja na afya ya roho. Waumini wana ujumbe ulioamuliwa, wa kueneza ili kuandaa njia kwa ajili ya ufalme wa Mungu. {CHSw 500.1}

Maswali makuu ya Ukweli wa Biblia yanapaswa kuingia ndani ya moyo wa jamii, kuongoa, kutengeneza na kubadilisha wanaume na wanawake, na kuwaleta kuona umuhimu mkubwa wa kujiandaa kwa ajili ya makao ya milele ambayo Kristo alitangaza kuwa atayaandaa kwa wote wanaompenda. Wakati Roho Mtakatifu atakapofanya kazi Yake, mioyo ya jiwe itageuka kuwa mioyo ya nyama, na Shetani hatafanya kazi kupitia hiyo ili kuzuia kazi ambayo Kristo alikuja duniani kuifanya. {CHSw 500.2}

Huruma na Msaada Vinahitajika

Kuanzia sasa, kazi ya umishenari wa tiba inapaswa kuendelezwa kwa dhati na bidii zaidi. Umishenari wa tiba unapaswa kufunguliwa kama mawakala watangulizi kwa ajili ya kutangaza ujumbe wa malaika wa tatu. Je, ni kiasi gani cha rasilimali kinachohitajika kufanya kazi hii! Umishenari wa tiba hauwezi kuanzishwa bila msaada wa kifedha. Kila jitihada kama hizi zinahitaji hisia zetu za huruma na rasilimali zetu, ili kuwepo na miundombinu inayofanikisha kazi hii. {CHSw 500.3}

Kazi maalum inapaswa kufanywa katika sehemu ambazo watu wanapita mara kwa mara. Kristo alifanya kazi nyingi huko Kapernaumu kwa sababu hiyo ilikuwa sehemu ambayo wasafiri walipita mara kwa mara na wengi walikaa muda fulani. {CHSw 500.4}

Kristo alikwenda kwa watu pale walipo na kuwaonesha Ukweli mkubwa kuhusiana na ufalme Wake. Alipokuwa akitoka sehemu moja kwenda nyingine, aliibariki na kuwatia moyo walio na mateso na kuwaponya wagonjwa. Hii ndio kazi yetu. Makundi madogo yanapaswa kupelekwa kufanya kazi ambayo Kristo aliagiza wanafunzi Wake wafanye. Wakati wakiwa katika kazi ya uinjilisti, wanaweza kutembelea wagonjwa, kuomba nao, ikiwa ni lazima, kuwatibu, si kwa madawa ya mfamasia bali kwa tiba za asili zilizotolewa na Mungu. {CHSw 501.1}

Viwanda (Miji) Vidogo 1 Katika Sehemu Nyingi

Kuna maeneo mengi yanayohitaji umishenari wa tiba, na hapo vituo

vidogo vinapaswa kuanzishwa. Mungu anakusudia kuwa sanitarium zetu ziwe njia ya kuwafikia matajiri na maskini, walio juu na walio chini. Zinapaswa kuendeshwa kwa namna ambayo umakini utaitwa kwenye ujumbe ambao Mungu ameutuma duniani. {CHSw 501.2}

Bwana atazidisha imani yetu na atatusaidia kuona kuwa Yeye anataka sisi sote tufahamu huduma Yake ya uponyaji na kiti cha rehema. Yeye anataka nuru ya neema Yake iangaze katika sehemu nyingi. Yeye anayeelewa mahitaji ya hali hii atahakikisha kuwa fursa zinapatikana kwa watenda kazi katika sehemu mbalimbali ili kuwasaidia kuamsha uelewa wa watu juu ya Ukweli unaowaokoa kutoka kwenye magonjwa ya kimwili na kiroho. {CHSw 501.3}

Huruma na Hisia Zinapaswa Kupandwa

Hisia za huruma za Mwokozi wetu ziliamshwa kwa ajili ya wanadamu waliopotea na walio na mateso. Ikiwa ungependa kuwa mfuasi Wake, lazima upande/upalilie huruma na hisia za upendo. Kutojali mateso ya binadamu kunapaswa kuachwa, na kuchukuliwa na nafasi na shauku halisi kwa ajili ya mateso ya wengine. Mjane, yatima, wagonjwa na wafiwa daima watahitaji msaada kila wakati. Hapa kuna fursa ya kutangaza Injili—kumwinua Yesu, tumaini na faraja ya wanadamu wote. Wakati mwili uliokuwa na mateso unapofarijiwa, moyo hufunguka, na unaweza kumimina mguso wa mbinguni. Iwapo unamtazama Yesu na kuchukua kutoka Kwake maarifa, nguvu, na neema, unaweza kumpasia mwingine faraja Yake, kwa sababu Mfariji yupo pamoja nawe. {CHSw 501.4}

Utakutana na chuki nyingi, shuhuda za uongo na heshima zisizo sahihi; lakini, nyumbani na katika maeneo ya nchi za kigeni, utapata mioyo mingi ambayo Mungu ameiandaa kwa mbegu ya Kweli kuliko unavyodhani, na watakubali kwa furaha ujumbe

wa Mungu ukiwasilishwa kwao. {CHSw 502.1}

Wengi wanateseka kutokana na magonjwa ya kiroho zaidi kuliko magonjwa ya kimwili, na hawatapata faraja hadi watakapomkaribia Kristo, Aliye chemchemi ya uzima. Mizigo ya dhambi, pamoja na wasiwasi na tamaa zisizoridhishwa, zipo katika msingi wa sehemu kubwa ya magonjwa ambayo mdhambi anateseka nayo. Kristo Ndiye Tabibu mkuu kwa ajili ya roho na dhambi. Masikini na wenye mateso wanahitaji kumjua vyema Yule ambaye wakimjua kwa usahihi watapata uzima wa milele. Wanahitaji kufundishwa kwa subira, kwa upendo, na kwa bidii jinsi ya kufungua madirisha ya roho yao ili mwangaza wa upendo wa Mungu uingie. Malalamiko ya uchovu, upweke, na kutoridhika yataisha. Furaha kamili itatoa nguvu kwa akili na afya, na nguvu za kutosha kwa ajili ya mwili. {CHSw 502.2}

UINJILISTI WA TIBA

[The Medical Missionary, Novemba na Desemba, 1892]

Melbourne, Australia,

Septemba 16, 1892

Nina matamanio makubwa kuhusu kazi ya umishenari wa tiba na kuhusu malezi ya wanaume na wanawake kwa ajili ya kazi hiyo. Ningependa kama kungekuwa na wauguzi mia moja wakifundishwa pale ambapo kuna mmoja tu. Hali ingekuwa hivyo. Wanaume na wanawake wote wanaweza kuwa na manufaa makubwa zaidi kama wamishenari wa tiba kuliko kuwa wamishenari bila elimu ya tiba. Ninaendelea kushuhudia kwa nguvu zaidi ukweli kwamba ushuhuda dhabiti zaidi unapaswa kutolewa kuhusu jambo hili, kwamba jitihada za moja kwa moja zaidi lazima zichukuliwe kuvutia watu sahihi, kuonyesha mbele yao faida ambazo kila mmishenari atakuwa nazo kwa kuelewa jinsi ya kutibu wale walio na magonjwa ya mwili, pamoja na kuhudumia roho zilizo na dhambi. Huduma hii ya dhahiri mara mbili itampa mtendakazi pamoja na Mungu ufikiaji wa nyumba nyingi,

na itamuwezesha kufikia tabaka zote za jamii. {CHSw 503.1}

•

Uelewa makini wa jinsi ya kutibu magonjwa kwa misingi ya afya utavuta imani ya wengi ambao vinginevyo hawangefikiwa na Kweli. Katika mateso, wengi hunyenyekezwa roho, na maneno yanayohimiza Kweli yanaposemwa kwa upole na yule anayejitahidi kupunguza mateso ya kimwili yanaweza kugusa moyo. Sala—fupi, yenye huruma ya upole, inayomwakilisha kwa imani Daktari Mkuu kwa wenye mateso —itawapa ujasiri, utulivu na tumaini, ambavyo vitachangia afya ya roho na mwili. {CHSw 503.2}

Nimeshtuka kuulizwa na madaktari kama sidhani kuwa ingekuwa jambo la kupendeza zaidi kwa Mungu kwa wao kuacha kufanya kazi zao za tiba na kuingia huduma ya kichungaji. Niko tayari kujibu swali kama hilo: Ikiwa wewe ni Mkristo na daktari mwenye sifa, unastahili kufanya vizuri mara kumi zaidi kama mmishenari wa Mungu kuliko ungeenda tu kama mhubiri wa Neno. Ningewaelekeza vijana wa kiume na wa kike kuzingatia jambo hili. Nyakati hatari ziko mbele yetu. Dunia nzima itashughulika kwa hofu na dhiki, magonjwa ya kila aina yatakuwa juu ya familia ya binadamu, na ujinga uliopo sasa kuhusu sheria za afya ungesababisha mateso makubwa na kupoteza uhai mwingi ambao ungeweza kuokolewa. {CHSw 503.3}

Wakati Ibilisi kila mara anajitahidi kutumia ujinga wa mwanadamu na kuweka msingi wa magonjwa kwa kutibu mwili vibaya, ni bora kwa wale wanaodai kuwa wana wa Mungu kuchukua nafasi wakati wanaweza, kupata uelewa wa mfumo wa binadamu na jinsi unavyoweza kudumishwa katika afya. Tunapaswa kutumia kila kipaji cha akili ambacho Mungu ametupa. Bwana hatatenda muujiza kuwalinda wale walio na afya ambao hawatajitahidi kupata maarifa yaliyo ndani ya uwezo wao kuhusu makazi haya ya ajabu, aliyotupa Mungu. Kupitia utafiti wa mfumo wa binadamu, tunapaswa

kujifunza kurekebisha tabia zisizo sahihi ambazo, zikiacha bila marekebisho, zingaleta matokeo ya hakika, magonjwa na mateso, ambayo hufanya maisha kuwa mzigo. Ukamilifu wa sala zetu unaweza kuthibitishwa tu kwa nguvu ya jitihada zetu za kutii amri za Mungu. {CHSw 504.1}

Hali ya Tabia Nzuri

Tabia na desturi mbaya zinamletea binadamu magonjwa ya kila aina. Ufahamu unapaswa uongozwe na elimu kuelewa dhambi ya kutumia vibaya na kudhuru nguvu ambazo Mungu ametupa. Hebu akili ielimishwe, na mapenzi yawe upande wa Bwana, na kutakuwa na matengenezo na maboresho makubwa katika afya ya kimwili. Lakini hili haliwezi kufanikishwa kwa nguvu za kibinadamu tu. Kwa jitihada za kali, kupitia neema ya Kristo kukataa desturi na ushirikiano wote mbaya na kuzingatia kiasi katika kila jambo, lazima kuwe na imani ya kudumu kwamba toba kwa yaliyopita, pamoja na msamaha, inapaswa kutafutwa kwa Mungu kupitia dhabihu ya Kristo. Haya mambo yanapaswa kuwa uzoefu wa kila siku; lazima kuwe na uangalizi mkali na maombi yasiyokoma ili kwamba Kristo atawale mawazo yote chini ya udhibiti Wake; nguvu Yake ya kutengeneza upya ipewe roho, ili kama viumbe vinavyowajibika tuweze kumpa Mungu miili yetu ***kama dhabihu iliyo hai, takatifu ya kumpendeza Mungu, ndiyo ibada yetu yenye maana Warumi 12:1.*** {CHSw 504.2}

Je, wale wanaodai kuamini Ukweli mtakatifu wa wakati huu wataamsha nguvu zao zilizolala na kujipanga katika njia ambapo wanaweza kukusanya kwa roho zao kila miale ya nuru inayometa kwenye njia yao? Mungu anawaita wote wanaodai kuamini Ukweli mkuu kutumia kila nguvu yao ili kupata maarifa. Ikiwa tungependa kuinua kiwango cha maadili katika nchi yoyote ambapo tunaweza kuitwa kwenda, lazima tuanze kwa kurekebisha tabia zao za kimwili. Hali ya tabia nzuri inategemea matendo sahihi ya nguvu za akili na mwili. {CHSw 505.1}

Kuruhusu Ujinga ni Dhambi

Kosa linaelemea juu yetu kama watu ambao tumepokea nuru kubwa, kwa sababu hatujathamini au kutumia nuru tuliyopewa juu ya matengenezo ya afya. Kupitia kutoelewana na mitazamo iliyopindishwa, roho nyingi zimedanganywa. Wale ambao hufundisha Ukweli kwa wengine na ambao wanapaswa kuwa wachungaji wa kondoo watahesabiwa kwa kujituma kwao kutojua na kupuuza sheria za asili. Hili sio jambo la kuchezea au kulipuuza kwa kejeli. Kadiri tunavyokaribia ukomo wa historia ya dunia hii, ubinafsi, ukatili, na uhalifu vinatawala kama katika siku za Nuhu, wakati dunia ya zamani ilipoangamizwa katika maji ya gharika. Kama waumini wa Biblia, tunahitaji kuchukua nafasi yetu kwa ajili ya haki na kweli. {CHSw 505.2}

Kadiri shambulio la kidini linavyoingilia uhuru wa taifa letu, wale ambao wangemudu uhuru wa dhamiri watawekwa katika nafasi zisizofaa. Kwa ajili yao wenyewe, wanapaswa, wakiwa bado na nafasi, kuwa na ufahamu kuhusu magonjwa, sababu zake, kinga, na tiba zake. Na wale watakaojifunza haya watapata fursa ya kazi mahali popote. Kutakuwa na watu wanaoteseka, wengi tu, watakaohitaji msaada, si tu miongoni mwa waumini wetu, bali zaidi miongoni mwa wale ambao hawajui Kweli. {CHSw 506.1}

Ufupi wa muda unahitaji nguvu ambayo haijachochewa miongoni mwa wale wanaodai kuamini Kweli ya sasa. Kuna haja ya dini binafsi, yenye toba, imani, na upendo. Naomba kuwepo kwa uamsho wa jumla miongoni mwetu kama watu. Kupitia nguvu anayoitoa Kristo, tunapaswa pia kuwa na uwezo wa kufundisha wengine jinsi ya kupambana na tamaa zile ambazo nuru ya mbinguni unaonyesha lazima ziangamizwe. Tunapaswa kuwa na uangalizi wa kudumu na maombi yasiyokoma kwa msaada wa Roho Mtakatifu, na tutumie kila msaada na nuru ambayo Mungu ameitoa. {CHSw 506.2}

Kuahidi Vijana Kuchaguliwa

Karibu kila kanisa kuna vijana wa kiume na wa kike ambao wanaweza kupokea elimu ili wawe kama wauguzi au madaktari. Hawatapata fursa bora zaidi kuliko sasa. Napendekeza jambo hili lifanyike kwa maombi, na jitihada maalum zichukuliwe kuchagua vijana wale wanaoonyesha ahadi ya ufanisi na nguvu ya maadili. Hebu hawa wapate elimu ... ili waende kama wamishenari mahali popote Bwana atakapowaita kufanya kazi. Iwe daima mbele yao kwamba kazi yao si tu kupunguza mateso ya kimwili tu, bali pia kuhudumia roho zilizoko hatarini kuangamia. Ni muhimu kila mmoja atakayekuwa mhudumu mmishenari wa tiba, awe na ujuzi wa kuhudumia roho pamoja na mwili. Anapaswa kumwiga Kristo, akiwasilisha kwa wagonjwa na wale wanaoteseka thamani ya dini safi na isiyo na mawaa. Wakati anapojitahidi kadiri ya uwezo wake kupunguza mateso ya kimwili na kuhifadhi uhai huu wa dunia, hebu na awaelekeze watu kwa rehema na upendo wa Yesu, Daktari Mkuu, aliyekuja ili kwamba "***aaminiye asipotee bali awe na uzima wa milele.***" **(Yohana 3:16)** {CHSw 506.3}

Watendakazi wanahitajika sasa. Kama watu, hatufanyi hata theluthi moja ya kile tunachoweza kufanya kama wamishenari hai. Kama tungesukumwa na Roho Mtakatifu, kungekuwa na wamishenari mia moja pale ambapo sasa kuna mmoja tu. Lakini wamishenari wako wapi? Je, ni kweli kwamba Kweli ya sasa haina nguvu ya kuchochea roho za wale wanaodai kuiamini? Wakati kuna wito wa kazi ya Bwana, kwa nini kuwe na sauti nyingi zizonasema, "Naomba, nipewe udhuru"? Katika nchi hii, kiwango cha Kweli kinapaswa kuanzishwa na kupandishwa. Kuna haja kubwa ya watendakazi, na kuna njia nyingi za kufanya kazi. Kuna kazi kwa wale walioko katika nafasi za juu pamoja na zile za chini. Kila mmoja kwa namna yake anahitajika kufanya kazi kwa moyo. Kazi nzuri haiwezi kufanywa na binadamu peke yake. Kwa maendeleo kamili na ufanisi wa akili pamoja na nguvu za kiroho,

lazima kuwe na uhusiano hai na Mungu, mawasiliano na chanzo kikuu cha kazi. Kisha, roho ikiwa imejaa shauku kwa Bwana, tunaweza kuwa baraka kwa wengine. Yesu alisema, "***Walakini yeyote atakayekunywa maji yale nitakayompa mimi hataona kiu milele; bali yale maji nitakayompa yatakuwa ndani yake chemchemi ya maji, yakibubujikia uzima wa milele***." **(Yohana 4:14)** Wale watakaoshiriki neema ya Kristo wataongoza wengine kwenye mkondo hai. {CHSw 507.1}

Je, sio fadhila kuwa washirika wa Yesu kwa namna hii? Je, sio heshima kuunganishwa na kazi kuu ya kuokoa roho, kufanya sehemu tuliyopewa na Mwokozi wetu? Na hakuna anayeweza kuwa baraka kwa wengine bila kufaidika mwenyewe. "Yule ***Anyweshaye atanyweshwa mwenyewe***." **(Mithali 11:25)** {CHSw 508.1}

Ufafanuzi

Kazi ya Kristo kwa mwenye kupooza ni kielelezo cha jinsi tunavyopaswa kufanya kazi. Kupitia marafiki zake mtu huyu alikuwa amesikia habari za Yesu na akaomba aletwe mbele ya yule Mponyaji mkuu. Mwokozi alijua kwamba yule aliyepooza alikuwa ameteswa na mapendekezo ya makuhani kwamba kwa sababu ya dhambi zake Mungu alikuwa amemtupa. Kwa hiyo kazi Yake ya kwanza ilikuwa kumpa amani ya akili. "Mwanangu," Alisema, "umesamehewa dhambi zako." Uhakikisho huu ulijaza moyo wake kwa amani, na furaha. Lakini wengine waliokuwapo wakaanza kunung'unika, wakisema mioyoni mwao, "Ni nani awezaye kusamehe dhambi isipokuwa Mungu peke yake?" Ndipo ili wapate kujua kwamba Mwana wa Adamu alikuwa na uwezo wa kusamehe dhambi, Kristo alimwambia yule mgonjwa: "Simama, chukua kitanda chako, na uende zako nyumbani kwako. Hii inaonyesha jinsi Mwokozi alivyounganisha pamoja kazi ya kuhubiri Ukweli na kuponya wagonjwa. **—Testimonies for the Church 6:234 (1900).** {CHSw 508.2}

UPANA WA KAZI

Testimonies for the Church 8:204, 205 (1903).

Upana wa kazi ya Injili kwa umishenari wa tiba haueleweki. Kazi ya umishenari wa tiba inayotakiwa sasa ni ile iliyoainishwa katika agizo ambalo Kristo aliwapa wanafunzi Wake kabla tu ya kupaa Kwake. ***“Nimepewa mamlaka yote mbinguni na duniani,” alisema. "Basi, enendeni, mkawafanye mataifa yote kuwa wanafunzi, mkiwabatiza kwa Jina la Baba, na Mwana, na Roho Mtakatifu; na kuwafundisha kuyashika yote niliyowaamuru ninyi; na tazama, Mimi Nipo pamoja nanyi. siku zote, hata ukamilifu wa dahari.” Mathayo 28:18-20*** {CHSw 509.1}

Maneno haya yanaonesha shamba letu na kazi yetu. Shamba letu ni ulimwengu; kazi yetu ni utangazaji wa Kweli zile ambazo Kristo alikuja katika ulimwengu wetu kuzitangaza. Wanaume na wanawake wanapaswa kupata fursa ya kupata ujuzi wa Ukweli wa sasa, fursa ya kujua kwamba Kristo ni Mwokozi wao, kwamba ***Mungu aliupenda ulimwengu, hata akamtoa Mwanawe pekee, ili kila mtu amwaminiye asipotee. bali awe na uzima wa milele." Yohana 3:16*** {CHSw 509.2}

Hebu wale ambao wamejiandaa wenyewe kushiriki katika kazi ya umishenari wa tiba katika nchi za kigeni waende mahali ambapo wanatazamia kupafanya kuwa uwanja wao wa kazi, na kuanza kazi moja kwa moja miongoni mwa watu, wakijifunza lugha kadiri wanavyofanya kazi. Punde watajikuta kwamba wanaweza kufundisha Kweli sahili za Neno la Mungu. {CHSw 509.3}

Sehemu Iliyopuuzwa Iliyo Karibu Nasi

Kuna uwanja mzuri sana katika nchi hii, eneo kubwa ambalo halijafanyiwa kazi. Jamii ya watu weusi, wanaofikia idadi ya maelfu kwa maelfu, inavutia wema na huruma ya kila muumini wa Kristo aliye wa Kweli na wa vitendo. Watu hawa hawaishi katika nchi ya kigeni, wala hawazisujudii sanamu za miti na mawe. Wanaishi

miongoni mwetu, na tena na tena, kupitia shuhuda za Roho Wake, Mungu ametoa wito wa usikivu wetu kwao, akituambia kwamba hapa kuna wanadamu waliopuuzwa. {CHSw 509.4}

Uwanja huu mpana upo mbele yetu bila kufanyiwa kazi, ukitaka nuru ambayo Mungu ametupa kwa dhamana. **[Testimonies for the Church 8:204, 205 (1903).]** {CHSw 510.1}

KUANDAA ENEO JIPYA (fyeka eneo tayari kulima)

Tuweke nguvu zetu katika kazi ya kuandaa eneo jipya, kuanzisha maslahi mapya na yaliyo hai popote penye fursa. Wanaume na wanawake waweze kujifunza jinsi ya kuomba kwa kwa dhati na kwa moyo mkunjufu. Wafahamishe jinsi ya kuzungumzia Mwokozi wa dunia, Wakimwinua Yule Aliye Mwokozi wa Kalvari juu zaidi na zaidi. Hamisha miche mdigo ambayo imebanana katika bustani, iende kwenye shamba kubwa. Mungu hapewi heshima wakati faida kubwa za majengo, miundo mbinu na vifaa vimekusanywa mahali pamoja. Tunahitaji wakulima watakaotoa miche iliyoshonana katika bustani kwenda kwenye sehemu ya karibu, katika maeneo tofauti, ili kuipa nafasi miche hii ya miti kukua vizuri. Ni wajibu wa moja kwa moja kupeleka miche katika sehemu za mbali. Kusanya watenda kazi wenye shauku ya kweli ya kimishenari, na weka mikakati ili waende kueneza nuru na maarifa karibu na katika maeneo ya mbali. Hebu wachukue kanuni hai za matengenezo ya afya na kuziweka katika jamii ambazo kwa kiwango kikubwa hazijui nini cha kufanya. Wanaume na wanawake hebu wafundishe kanuni hizi kwa makundi ambayo hayawezi kufaidika na upendeleo wa sanitarium iliyo katika Battle Creek. Ni kweli kwamba Ukweli wa mbinguni umefikia macho ya maelfu kupitia ushawishi wa sanitarium; ila bado kuna kazi ambayo imeachwa. Tunaweza kutiwa moyo tunaposhuhudia kazi inayofanywa huko Chicago na katika sehemu chache nyingine. Lakini jukumu kubwa ambalo sasa limejikusanya Battle Creek lingekuwa limegawanywa miaka mingi iliyopita katika sehemu zingine. **—Health, Philanthropic, and Medical Missionary Work, 49-50,**

(1895). {CHSw 510.2}

KRISTO MFANO WETU

Testimonies for the Church 8:209, 210 (1903).

Maisha ya Kristo ya duniani, yaliyojaa kazi za taabu ngumu na kujitoa kafara, yalichangamshwa na wazo kwamba hangetaabika bure. Kwa kutoa maisha Yake kwa ajili ya maisha ya wanadamu, Angeuvuta ulimwengu kurudi kwenye uaminifu Wake. Ingawa ubatizo wa damu lazima kwanza upokewe, ingawa dhambi za ulimwengu zingeilemea roho Yake isiyo na hatia, lakini, kwa ajili ya furaha iliyowekwa mbele Yake, alichagua kustahimili msalaba na kuidharau aibu. {CHSw 511.1}

Jifunze fasili ya Kristo ya mmishenari wa Kweli: ***"Mtu yeyote akitaka kunifuata na ajikane mwenyewe." Marko 8:34.*** Kumfuata Kristo, kama inavyosemwa katika Maneno haya, si kujifanya, si utani, Yesu anatazamia wanafunzi Wake kufuata kwa makini nyayo Zake, wakistahamili kile Alichokistahamili, wakipitia kile alichokipitia, wakipata mateso kama Yeye, na wakishinda kama Yeye alivyoshinda. Yeye Anangoja kwa hamu kuwaona wafuasi Wake bayana wakidhihirisha roho ya kujitoa. {CHSw 511.2}

Wale wanaompokea Kristo kama mwokozi wao binafsi, wakichagua kuwa washirika wa mateso Yake, kuishi maisha Yake ya kujinyima, kustahamili aibu kwa ajili Yake, wataelewa maana ya kuwa wamishenari wa tiba wa kweli. {CHSw 511.3}

Utii na Ufahamu

Wakati wamishenari wetu wote wa tiba watakapoishi maisha mapya katika Kristo, watakapochukua Neno Lake kama mwongozo wao, watakuwa na ufahamu wa wazi zaidi wa kile kinachofanyiza kazi ya Kweli ya umishenari wa tiba. Kazi hii itakuwa na maana ya kina zaidi kwao wanapotoa utii kamili kwa sheria iliyochongwa kwenye mbao za mawe kwa kidole cha Mungu, ikijumuisha

ile amri ya Sabato, ambayo Kristo Mwenyewe aliwaambia wana wa Israeli kupitia Musa, akisema: {CHSw 511.4}

"Nena wewe na wana wa Israeli, na kuwaambia, Hakika mtazishika Sabato Zangu, kwa kuwa ni ishara kati ya Mimi na ninyi katika vizazi vyenu vyote; ili mpate kujua ya kuwa Mimi Ndimi BWANA niwatakasaye ninyi...." Kwa ajili ya hayo wana wa Israeli wataishika Sabato, kuiangalia sana hiyo Sabato katika vizazi vyao vyote, ni agano la milele. Ni ishara kati ya Mimi na wana wa Israeli milele." Kutoka 31: 13-17. {CHSw 512.1}

Hebu tujifunze Neno la Mungu kwa bidii, ili tuweze kutangaza kwa nguvu ujumbe unaopaswa kutolewa katika siku hizi za mwisho. Wengi wa wale ambao nuru ya maisha ya kujitoa ya Mwokozi inawaangazia wanakataa kuishi maisha yanayopatana na mapenzi Yake. Hawako tayari kuishi maisha ya kujitoa kwa ajili ya manufaa ya wengine. Wanatamani kujiinua wenyewe. Kwa watu kama hao Ukweli na haki vimepoteza maana yake, na mvuto wao usio kama wa Kristo unawaongoza wengi kugeuka upande kutoka kwa Mwokozi. Mungu anawaita watenda kazi wa Kweli, walio imara na thabiti, ambao maisha yao yatapinga ushawishi wa wale wanaofanya kazi dhidi Yake. {CHSw 512.2}

Fuata Kiongozi Wako

Kwa kila mtendakazi wa umishenari wa tiba nimeagizwa kusema: Mfuate Kiongozi wako. Yeye Ndiye Njia, na Kweli, na Uzima. Yeye Ndiye mfano wako. Juu ya watenda kazi wote wa umishenari wa tiba huegemea wajibu wa kuyazingatia maisha ya Kristo ya utumishi usio na ubinafsi. Wanapaswa kukaza macho yao kwa Yesu, Mwanzilishi na Mkamilishaji wa imani yao. Yeye Ndiye Chanzo cha nuru yote, chemchemi ya baraka zote. **[Testimonies for the Church 8:209, 210 (1903).]** {CHSw 512.3}

KAZI YA UMOJA

Testimonies for the Church 6:288-293 (1904).

Tena na tena nimeagizwa kwamba kazi ya umishenari wa tiba ni kubeba uhusiano sawa na kazi ya ujumbe wa malaika watatu ambao kiganja na mkono hubeba mwili. Chini ya mwongozo wa Uongozi wa mbinguni wanapaswa kufanya kazi kwa umoja katika kuandaa njia kwa ajili ya kuja kwa Kristo. Mkono wa kuume wa mwili wa Ukweli ni kuwa hai kila wakati, ukifanya kazi kila mara, na Mungu atauimarisha. Lakini haupaswi kufanywa mwili. Wakati huo huo mwili haupaswi kusema kwa mkono: "mimi Sina haja na wewe." Mwili unahitaji mkono ili kufanya kazi hai na ya fujo. Wote wawili wana kazi yao iliyoteuliwa, na kila mmoja atapata hasara kubwa ikiwa atafanywa kazi bila ya mwingine. {CHSw 513.1}

Kazi ya kuhubiri ujumbe wa malaika watatu haijachukuliwa na wengine jinsi Mungu anavyopanga inapaswa kuwa. Imechukuliwa kama kazi duni, wakati inapaswa kuchukua nafasi muhimu kati ya mawakala wa kibinadamu katika wokovu wa mwanadamu. Mawazo ya wanadamu lazima yaitwe kwenye Maandiko kama chombo chenye ufanisi zaidi katika wokovu wa roho, na huduma ya Neno ndiyo nguvu kuu ya elimu kuleta matokeo haya. Wale wanaodharau huduma na kujaribu kufanya kazi ya umishenari wa tiba kwa kujitegemea wanajaribu kutenganisha mkono kutoka kwa mwili. Je, wangefaulu, na nini matokeo yake yatakuwa? Tunapaswa kuona mikono na mikono ikiruka huku na huko, ikisambaza njia bila mwelekeo wa kichwa. Kazi ingekuwa isiyo na usawa na isiyo na msawaziko-balansi. Kile ambacho Mungu alipanga kinapaswa kuwa mkono na mkono kingechukua nafasi ya mwili wote, na huduma ingedharauliwa au kupuuzwa kabisa. Hili lingesumbua akili na kuleta mkanganyiko, na sehemu nyingi za shamba la mizabibu la Bwana zingeachwa bila kufanyiwa kazi.

{CHSw 513.2}

Kazi ya umishenari wa tiba inapaswa kuwa sehemu ya kazi ya kila kanisa katika nchi yetu. Ikitenganishwa na kanisa hivi karibuni itakuwa machafuko ya ajabu ya atomi zisizo na mpangilio. Ingetumia rasilimali, lakini sio kuzalisha. Badala ya kutenda kama mkono wa msaada wa Mungu kueneza Ukweli Wake, ingepoteza maisha na nguvu kutoka kwa kanisa na kudhoofisha ujumbe. Ikiendeshwa kwa kujitegemea, isingetumia tu talanta na fedha zinazohitajika katika mistari mingine, lakini pia katika kazi yenyewe ya kuwasaidia wasiojiweza mbali na huduma ya Neno, ingewaweka wanadamu mahali ambapo wangedhihaki ile Kweli za Biblia. **{Testimonies for the Church 6:289}** {CHSw 514.1}

Nguvu Katika Kazi ya Kuungana

Huduma ya Injili inahitajika ili kutoa hali ya kudumu na utulivu kwa kazi ya umishenari wa tiba; na huduma inahitaji kazi ya umishenari wa tiba ili kuonyesha kazi za vitendo ya Injili. Hakuna sehemu ya kazi imekamilika bila nyingine. {CHSw 514.2}

Ujumbe wa ujio wa Mwokozi upesi lazima utolewe katika sehemu zote za ulimwengu, na heshima kuu inapaswa kuudhihirisha katika kila tawi. Shamba kubwa la mizabibu linapaswa kulimwa, na mkulima mwenye busara atalilima ili kila sehemu izae matunda. Ikiwa katika kazi ya umishenari wa tiba kanuni za maisha za Ukweli hutunzwa kuwa safi, bila kuchafuliwa na chochote ambacho kingefifisha mng'ao wao, Bwana atasimamia kazi hiyo. Ikiwa wale wanaobeba mizigo mizito watasimamia ile Kweli kwa kuwa thabiti kwa kanuni za Ukweli, Bwana atawasimamisha na kuwategemeza. {CHSw 514.3}

Muungano unaopaswa kuwepo kati ya kazi ya umishenari wa tiba na huduma umeonyeshwa waziwazi katika sura ya hamsini na nane ya Isaya. Kuna hekima na baraka kwa wale ambao

watashiriki katika kazi kama inavyoonyeshwa hapa. Sura hii iko wazi, na ndani yake yamo mambo ya kutosha kummulikia mtu yeyote anayetaka kufanya mapenzi ya Mungu. Inatoa fursa tele ya kuwahudumia wanadamu wanaoteseka, na wakati huo huo kuwa chombo mikononi mwa Mungu cha kuleta nuru ya Ukweli mbele ya ulimwengu unaoangamia. Ikiwa kazi ya ujumbe wa malaika wa tatu itafanywa kwa njia ifaayo, huduma haitapewa nafasi ya chini, wala maskini na wagonjwa hawatapuuzwa. Katika Neno Lake Mungu ameunganisha mistari hii miwili ya kazi, na hakuna mtu anayepaswa kuitenganisha. {CHSw 514.4}

Udhaifu Katika Utengano

Kunaweza kuwa na kuna hatari ya kupoteza mtazamo wa kanuni kuu za Ukweli wakati wa kufanya kazi kwa maskini ambayo ni sawa kuifanya, lakini tunapaswa kukumbuka kwamba katika kuendeleza kazi hii mbele, mahitaji ya kiroho ya nafsi yanapaswa kuwa ya umuhimu zaidi. Katika juhudi zetu za kupunguza mahitaji ya muda tuko katika hatari ya kujitenga na ujumbe wa mwisho wa Injili, vipengele vyake vinavyoongoza na vya dharura zaidi. Kama ilivyofanywa katika sehemu fulani, kazi ya umishenari ya tiba imedaka talanta na uwezo ambao ni wa safu zingine za kazi, na juhudi katika mistari ya moja kwa moja na mambo ya kiroho imepuuzwa. Kwa sababu ya fursa zinazoongezeka kila mara za kuhudumia mahitaji ya kimwili ya tabaka zote ya muda mfupi, kuna hatari hatari kwamba kazi hii itafunika ujumbe ambao Mungu ametupa tuufikishe katika kila mji-tangazo la ujio wa Kristo upesi, umuhimu wa kutii amri za Mungu na ushuhuda wa Yesu. Ujumbe huu ni mzigo wa kazi yetu. Nao unapaswa kutangazwa kwa kilio kikuu na utaenda ulimwenguni kote. Katika nyanja za nyumbani na nje ya nchi uwasilishaji wa kanuni za afya lazima uunganishwe nayo, lakini usiwe huru nayo au kwa njia yoyote kuchukua nafasi yake; wala kazi hii isichukue umakini mwingi kiasi cha kudharau matawi mengine. Bwana ametuagiza tuifikirie kazi hiyo katika

nyanja zake zote, ili iwe na maendeleo yenye uwiano, ulinganifu, na msawaziko mzuri (propotionate, symetrical and well balanced development). {CHSw 515.1}

Ukweli wa wakati huu unakumbatia Injili yote. Ukiwasilishwa kwa usahihi utafanya kazi ndani ya mwanadamu mabadiliko yale yale ambayo yatadhihirisha nguvu ya neema ya Mungu juu ya moyo. Itafanya kazi kamili na kukuza mwanaume kamili. Hivyo usiruhusu mstari wowote kati ya kazi ya umishenari ya Kweli ya tiba na huduma ya Injili. Acha huduma hizi hizi mbili zifungamane katika kutoa mwaliko: "Njoo; kwa maana vitu vyote viko tayari Luka 14:13." Wacha ziunganishwe katika muungano usioweza kutenganishwa, kama vile mkono uliounganishwa na mwili. {CHSw 516.1}

Fikiria Kusudi kwa Ujumla

Bwana anahitaji kila aina ya watenda kazi stadi. ***"Naye alitoa wengine kuwa mitume, na wengine kuwa manabii; na wengine kuwa wainjilisti na wengine kuwa wachungaji na waalimu; kwa kusudi la kuwakamilisha watakatifu, hata kazi ya huduma itendeke, hata mwili wa Kristo ujengwe; hata na sisi sote tutakapoufikia umoja wa imani na kumfahamu sana Mwana wa Mungu, hata kuwa mtu mkamilifu, hata kufika kwenye cheo cha kimo cha utimilifu wa Kristo;." Waefeso 4:11-13.*** {CHSw 516.2}

Kila mtoto wa Mungu anapaswa kuwa na maamuzi yaliyotakaswa ili kuzingatia kazi ya Mungu kwa ujumla wake na uhusiano wa kila sehemu na sehemu nyingine, ili hakuna hata moja itakayopungukiwa. Uwanja wa kazi ya Mungu ni mkubwa, na kuna kazi kubwa ya matengenezo ya kuendelezwa, si katika mstari mmoja au miwili, lakini katika kila mstari. Kazi ya umishenari wa tiba ni sehemu ya kazi hii ya matengenezo, lakini kamwe haipaswi kuwa njia ya kuwatenganisha watendakazi katika huduma na uwanja wao wa kazi. Elimu ya wanafunzi katika mistari ya umishenari wa tiba haijakamilika isipokuwa

wamezoezwa kufanya kazi katika uhusiano na kanisa na huduma, na manufaa ya wale wanaojitayarisha kwa ajili ya huduma yangeongezeka sana ikiwa wangekuwa na akili juu ya wakuu na huduma. Mada muhimu ya afya. Ushawishi wa Roho Mtakatifu unahitajika ili kazi iweze kusawazishwa ipasavyo na iweze kusonga mbele kwa uthabiti katika kila nyanja. {CHSw 516.3}

•

"Shirikianeni Pamoja" (Press together)

Kazi ya Bwana ni moja, na watu Wake wanapaswa kuwa kitu kimoja. Yeye Hajaelekeza kwamba kipengele chochote cha ujumbe kiendelezwe kwa kujitegemea au kiwe chenye kuwekewa umakini sana kupita vingine. Katika kazi Zake zote aliunganisha kazi ya umishenari wa tiba na huduma ya Neno. Akawatuma wale mitume kumi na wawili, na baadaye wale sabini, kuwahubiri Injili kwa watu, na pia akawapa uwezo wa kuponya wagonjwa, na kutoa pepo kwa Jina Lake. Hivyo ndivyo wajumbe wa Bwana wanavyopaswa kuingia kazini Mwake leo. Leo ujumbe unatujia: ***"Kama Baba alivyonituma Mimi, Nami nawapeleka ninyi. Naye akiisha kusema hayo, akawavuvia, akawaambia, Pokeeni Roho Mtakatifu. Yohana 20:21, 22.*** {CHSw 517.1}

Shetani atabuni kila mbinu na hila iwezekanayo ili kuwatenganisha wale ambao Mungu anatafuta kuwafanya wawe kitu kimoja. Lakini hatupaswi kupotoshwa na hila zake. Ikiwa kazi ya umishenari wa tiba/tiba inafanywa kama sehemu ya Injili, walimwengu wataona wema unaofanywa; watasadikiswa Ukweli Wake na watatoa msaada wao-wataiunga mkono. {CHSw 517.2}

Tunakaribia mwisho wa historia ya dunia hii, na Mungu anawaita wote kuinua kiwango chenye Maandishi haya: "Hawa ndio wazishikao amri za Mungu na imani ya Yesu watu Wake kufanya kazi Ufunuo 19:10." Bwana Anawaita kwa upatano mkamilifu. Anatoa wito

kwa wale wanaohusika katika kazi yetu ya tiba kuungana na huduma; Anaitaka huduma/wachungaji kushirikiana na wamishenari wa tiba; na analiita kanisa kuchukua jukumu lao lililowekwa, likishikilia kiwango cha matengenezo ya Kweli katika eneo lao wenyewe, likiwaacha watenda kazi waliofunzwa na wazoefu kusukuma mbele kazi katika maeneo mapya. Hakuna neno linalopaswa kusemwa ili kumkatisha tamaa yeyote, kwa kuwa hilo linahuzunisha moyo wa Kristo na kumfurahisha sana adui. Wote wana haja ya kubatizwa kwa Roho Mtakatifu; wote wanapaswa kujiepusha na maneno ya kukaripia kukosoa na ya kudharau, na kumkaribia Kristo, ili wapate kufahamu majukumu mazito ambayo watenda kazi pamoja Naye wanabeba. “Shirikianeni pamoja; sogeleaneni karibu, piganeni pamoja **(Press together x3)**,” ni Maneno ya Mwalimu wetu wa Mbinguni. Umoja ni nguvu; mfarakano ni udhaifu na kushindwa vita. {CHSw 517.3}

Mwe Chini ya Ulinzi

Katika kazi yetu kwa maskini na wenye bahati mbaya, tutahitaji kulindwa, tusije tukakusanya majukumu ambayo hatutaweza kubeba. Kabla ya kupitisha mipango na mbinu zinazohitaji matumizi makubwa ya fedha, tunapaswa kuzingatia kama zina muhuri wa Bwana. Mungu haruhusu kusukumwa mbele kwa safu moja ya kazi bila kuzingatia mistari mingine. Yeye Anapanga kwamba kazi ya umishenari wa tiba itatayarisha njia kwa ajili ya uwasilishaji wa Ukweli unaookoa kwa wakati huu, kutangazwa kwa ujumbe wa malaika wa tatu. Muundo huu ukifikiwa, ujumbe hautafichwa wala maendeleo yake hayatazuiwa. {CHSw 518.1}

Mungu ahitaji taasisi nyingi, majengo makubwa, au maonyesho makubwa, bali upatanifu wa kipekee wa matendo ya watu, watu waliochaguliwa na Mungu na wenye thamani. Kila mtu anapaswa kusimama katika sehemu yake na mahali pake, akiwaza, akizungumza, na kutenda kwa kupatana na Roho wa Mungu. Kisha, na sio kabla ya wakati huo, kazi itakuwa kamili, yenye ulinganifu.

[Testimonies for the Church 6:288-293 (1904).] {CHSw 518.2}

MANENO YA TAHADHARI KWA DAKTARI KIONGOZI

Melbourne, N.S.W.,

Februari 3, 1898.

Ndugu Yangu Mpendwa:

Nuru maalumu imetolewa kwangu kwamba uko katika hatari ya kuacha kuiona kazi kwa ajili ya wakati huu-unapoteza maono/uoni. Unaweka vizuizi vya kutenganisha kazi yako, pamoja na wale unaowaelimisha, kutoka katika kanisa. Haipaswi kuwa hivi. Wale wanaopokea mafundisho katika mielekeo ya umishenari wa tiba wanapaswa kuongozwa kutambua kwamba elimu yao inabidi iwaandae kufanya kazi bora zaidi kwa kuungana na wachungaji wa Mungu. Unapaswa kukumbuka, ndugu yangu, kwamba Bwana ana watu duniani ambao anawaheshimu. Lakini maneno yako, na jinsi yanavyosemwa mara kwa mara, yanajenga kutokuamini katika nafasi tuliyo nayo kama kanisa. Uko katika hatari ya kushindwa kushikilia imara imani ile ambayo watakatifu walikabidhiwa mara moja tu hapo nyuma Yuda 1:3, na kuharibu imani yako. Maneno yalisemwa: "Ufa mdogo sana utaizamisha meli. Kiungo kimoja chenye kasoro hufanya mnyororo kutokuwa na thamani." {CHSw 519.1}

Waelimishe Wamishenari wa Tiba

Kumbuka, ndugu yangu, kwamba kazi ya umishenari wa tiba haipaswi kuchukua watu kutoka katika huduma ya kichungaji, bali ni kuwaweka watu shambani, wenye sifa bora zaidi ya kuhudumu kwa sababu ya maarifa yao ya kazi ya umishenari wa tiba. Vijana wanapaswa kupokea elimu katika mielekeo ya kazi ya umishenari wa tiba na kisha waende kuungana na wachungaji. Hawapaswi kushawishika kujitoa pekee kwa kazi ya kuwaokoa

walioanguka na waliodhililika. Kazi hiyo inapatikana kila mahali na inapaswa kuunganishwa na kazi ya kuwaandaa watu wapate kuufanya Ukweli wa Biblia kuwa ulinzi wao dhidi ya maneno ya hila ya walimwengu na ya kanisa lililoanguka. Malaika wa tatu anapaswa kusonga mbele kwa uwezo mkuu. Mtu yeyote asiipuuze kazi hii au kuichukulia kuwa ni yenye umuhimu mdogo. Ukweli unapaswa kutangazwa kwa ulimwengu, ili wanaume na wanawake wapate kuiona nuru. {CHSw 519.2}

Kazi Yetu kwa Ajili ya Leo

Bwana anasema nini katika sura ya hamsini na nane ya Isaya? Sura nzima ni ya umuhimu wa juu kabisa. *“Je! Saumu niliyoichagua, siyo ya namna hii?” Mungu anauliza, “Kufungua vifungo vya uovu, kuzilegeza kamba za nira, kuwaacha huru walioonewa, na kwamba mvunje kila nira, Je! Siyo kuwagawia wenye njaa chakula chako, na kuwaleta maskini waliotupwa nje nyumbani kwako? Umwonapo mtu aliye uchi, umvike nguo; wala usijifiche na mtu mwenye damu moja nawe? Ndipo nuru yako itakapopambazuka kama asubuhi, na afya yako itatokea mara; na haki yako itakutangulia; utukufu wa Bwana utakuwa nyuma ukulinde. Ndipo utaita, na Bwana ataitika; utalia, Naye atasema, Mimi hapa. ? Isaya 58:6-9* {CHSw 520.1}

"Kama ukigeuza mguu wako usihalifu Sabato, usifanye anasa yako siku ya utakatifu Wangu; ukiita sabato siku ya furaha, na siku takatifu ya Bwana yenye heshima; ukiitukuza, kwa kutokuzifanya njia zako mwenyewe, wala kuyatafuta yakupendezayo, wala kusema maneno yako mwenyewe; ndipo utakapojifurahisha katika Bwana; Nami nitakupandisha mahali pa nchi palipoinuka; nitakulisha urithi wa Yakobo baba yako; kwa maana kinywa cha Bwana kimenena hayo." **Isaya 58:13, 14.** {CHSw 520.2}

Hii ni kazi yetu. Nuru malaika wa tatu ndiyo nuru tuliyo nayo katika ujumbe wa ya kweli. Alama ya mnyama ni kile

hasa ambacho imetangazwa kuwa. Si yote kuhusiana na jambo hili hadi sasa yameeleweka, na hayataeleweka hadi kitabu kitakapofunguliwa; lakini kazi makini kabisa inabidi kutimizwa katika ulimwengu wetu. Agizo la Bwana kwa watumishi Wake ni: ***Piga kelele, usiache, Paza sauti yako kama tarumbeta; uwahubiri watu Wangu kosa lao, na nyumba ya Yakobo dhambi zao."*** **Isaya 58:1** Ujumbe utakaoyaamsha makanisa unapaswa kutangazwa. Kila juhudi inapaswa kufanywa kutoa nuru, si kwa watu wetu tu, bali kwa ulimwengu. Nimeagizwa kwamba unabii wa Danieli na Ufunuo unapaswa kuchapishwa katika vitabu vidogo, pamoja na maelezo muhimu, na kutumwa ulimwenguni kote. Watu wetu wenyewe wanahitaji nuru kuwekwa mbele yao kwa njia zilizo wazi zaidi. {CHSw 520.3}

Hakuna Badiliko Katika Kusudi la Mungu

Hakupaswi kuwa na mabadiliko katika vipengele vya jumla vya kusudi la Mungu. Inabidi vijitokeze wazi na dhahiri kama ambavyo unabii umevifanya kuwa. Hatupaswi kuingia katika muungano wowote na ulimwengu, tukidhani kwamba kwa kufanya hivyo tunaweza kufanikisha zaidi. Ndugu yangu, kama utasimama katika njia ili kuzuia maendeleo ya kazi katika mielekeo ambayo Mungu ameiweka, wewe utamchukiza Yeye sana. Ujumbe wa onyo unapaswa kutolewa, na baada ya kutimiza sehemu yako ya kazi kwa uaminifu hupaswi kuwazuia watumishi wengine wa Bwana kusonga mbele katika kuifanya kazi ambayo wanapaswa kufanya. Kufanya kazi kwa ajili ya watu waliodhiliwa na walioanguka hakupaswi kufanywa kuwa ndio mwelekeo mkuu na muhimu kabisa. Kazi hii inapaswa kuunganishwa na kazi ya kuyafundisha makanisa. Watu wetu wanapaswa kufundishwa jinsi ya kusaidia wahitaji na watu waliotengwa na jamii. {CHSw 521.1}

Hakuna mwelekeo hata mmoja wa imani yetu ambao umetufanya kuwa kama tulivyo unapaswa kudhoofishwa. Tunazo alama za zamani za Ukweli, uzoefu, na wajibu, na tunapaswa kusimama imara katika kuzilinda kanuni zetu, ulimwengu ukiona

waziwazi. Kwa mioyo iliyojaa shauku na kusihi, tunapaswa kutoa mwaliko kwa wale walio katika barabara kuu na barabara ndogo. Kazi ya umishenari ya tiba inapaswa kufanywa. Lakini hii ni sehemu moja tu ya kazi ambayo inapaswa kutimizwa, na haipasi kufanywa kuwa ndio yote katika yote. Inapaswa kuwa kazi ya Mungu kama mkono ulivyo kwa mwili. Kunaweza kuwapo Watu wasiostahili ambao wamehusishwa na huduma ya kichungaji, lakini bado hakuna mtu hata mmoja anaweza kuipuuza huduma hii bila kumpuuza Mungu. {CHSw 521.2}

Maonyo Ndugu yangu, unawakilishwa kwangu kama vile uko katika hatari ya kujitenga na watu wetu, ukijisikia kuwa wewe ni kitu kizima kabisa. Lakini ukijifungamanisha mwenyewe na hao wenye akili na nia kama yako, mbali na kanisa, ambalo ni mwili wa Kristo, utafanya mapatano ambayo yatavunjwa vipande vipande; kwa maana hakuna muungano unaoweza kusimama isipokuwa ule ambao Mungu ameutengeneza. Wale wanaopokea elimu katika mielekeo ya tiba husikia masingizio mara kwa mara ambayo yanalishushia hadhi kanisa na kazi ya utume. Masingizio haya ni mbegu zitakazochipua na kuzaa matunda. Wanafunzi wanaweza kuelimishwa vyema kutambua kwamba kanisa la Kristo duniani linapaswa kuheshimiwa. Watu wanahitaji maarifa dhahiri kuhusu sababu za imani yetu. Maarifa haya ni lazima wawe nayo, ili wapate kumtumikia Mungu kwa njia inayokubalika. Fungu juu ya fungu, amri juu ya amri, lazima wapokee ushahidi wa Biblia wa Ukweli kama ulivyo katika Yesu. {CHSw 522.1}

Ninakusihi, usiingize katika akili za wanafunzi mawazo ambayo yatawafanya wapoteze imani katika wachungaji walioteuliwa na Mungu. Lakini hili unalifanya kwa hakika, kwamba unalifahamu au la. Katika majaliwa Yake Bwana amekuweka wewe katika nafasi ambapo unaweza kumfanyia kazi nzuri kuhusiana na huduma ya Injili, kuleta Ukweli mbele ya wengi ambao vinginevyo hawangeifahamu. Majaribu yatakuja kwako kufikiri kwamba ili kuendeleza kazi ya umishenari wa tiba ni lazima ujitenge na mfumo wa

kanisa au nidhamu ya kanisa. Kusimama hivyo kungekuweka kwenye msingi usio imara. Kazi inayofanywa kwa ajili ya wale wanaokuja kwako kwa ajili ya mafundisho haijakamilika isipokuwa wameelimishwa kufanya kazi kwa kuhusiana na kanisa. {CHSw 522.2}

Kazi ya umishenari wa tiba haipaswi kufanywa kuwa ndio yote katika yote. Katika jambo hili unavuka mpaka, unapitiliza. Kuna kazi kubwa ya kufanywa. Machapisho yanayofundisha Kweli yanapaswa kusambazwa kila mahali. Wanafunzi wa tiba hawapaswi kuhimizwa kusambaza vitabu vile tu vinavyoshughulikia matengenezo ya afya. Uwe mwangalifu usije ukajikuta kuwa unatekeleza mipango yako mwenyewe, huku ukipuuza mipango ya Mungu. **[Testimonies for the Church 8:158-162 (1898).]** {CHSw 523.1}

UASI DHIDI YA MATENGENEZO YA AFYA

Kumekuwa na vita mioyoni mwa wengine tangu matengenezo ya afya yalipoanzishwa. Wamehisi uasi ule ule kama wana wa Israeli wakati hamu zao za chakula zilipozuiliwa katika safari yao kutoka Misri kwenda Kanaani. Watu wanaodai kuwa wafuasi wa Kristo, ambao maisha yao yote waliendekeza raha zao na masilahi yao wenyewe, kujifurahisha kwao wenyewe na matamanio yao wenyewe, hawako tayari kubadilisha mwenendo wao na kuishi kwa utukufu wa Mungu, kuiga maisha ya kujidhabihu wenyewe kama Kristo, Mfano wao usio na makosa. Mfano kamili umetolewa kwa Wakristo kuiga. Maneno na kazi za wafuasi wa Kristo ni njia ambayo kanuni safi za Ukweli na utakatifu zinawasilishwa kwa ulimwengu. Wafuasi wake ni chumvi ya dunia, na nuru ya ulimwengu. **—Testimonies for the Church 2:394 (1870).** {CHSw 523.2}

SIO KAZI NYINGINE TOFAUTI

Katika kazi ya Injili Bwana anatumia nyenzo tofauti, na hakuna kinachopaswa kuruhusiwa kutenganisha vyombo hivi. Kamwe taasisi ya Sanitarium isianze kama shuguli isiyotegemea kanisa. Madaktari wetu wanapaswa kuungana na kazi ya

wahudumu wa Injili -wachungaji. Kwa njia ya taabu zao roho zinapaswa kuokolewa, ili Jina la Mungu lipate kutukuzwa. {CHSw 524.1}

Kazi ya umishenari wa tiba haiwezi kutenganishwa kutoka kwa huduma ya Injili. Bwana amebainisha hilo hizo mbili zitashikamana kwa ukaribu kama mkono ulivyo na mwili. Bila muungano huu hakuna sehemu ya kazi imekamilika. Kazi ya umishenari wa tiba ni Injili katika kielelezo (kwa matendo). {CHSw 524.2}

Lakini Mungu hakupanga kwamba kazi ya umishenari wa tiba ifunike kazi ya ujumbe wa malaika wa tatu (kazi ya afya yenyewe tu kama ilivyo haiko juu zaidi ya kazi ya Injili au Maandiko). Mkono haupaswi kuwa mwili. Ujumbe wa malaika wa tatu ni ujumbe wa Injili kwa siku hizi za mwisho, na kwa vyovyote haupaswi kufunikwa na mambo mengine na kuonekana kuwa jambo lisilo la maana. Wakati katika taasisi zetu chochote kitakachowekwa kuwa juu ya ujumbe wa malaika watatu, Injili haipo pale kama mamlaka kuu na hai, na inayoongoza. {CHSw 524.3}

Msalaba ndio kitovu cha taasisi zote za kidini/kiroho. Taasisi hizi zinapaswa kuwa chini ya udhibiti wa Roho wa Mungu; katika taasisi hakuna mtu yeyote kuwa kichwa pekee. Akili ya Mungu ina watu kwa kila mahali. {CHSw 524.4}

Kupitia nguvu za Roho Mtakatifu, kila kazi ya uteuzi wa Mungu inapaswa kuinuliwa, kuboreshwa na kukuzwa, na kufanywa kushuhudia kwa ajili ya Bwana. Mwanadamu lazima ajiweke chini ya udhibiti wa akili ya milele, ambayo inaamuru kwamba anapaswa kutii katika kila jambo. {CHSw 524.5}

Hebu tutafute kuelewa pendeleo letu la kutembea na kufanya kazi pamoja na Mungu. Injili, ingawa ina mapenzi ya Mungu yaliyoelezwa, haina thamani kwa wanadamu, wa wadhifa ya juu au wa chini, matajiri au maskini, isipokuwa wanajiweka chini ya Mungu. Yeye anayebeba kwa wanadamu wenzake dawa ya dhambi lazima yeye mwenyewe kwanza asukumwe na

Roho wa Mungu. Ni lazima asipige makasia isipokuwa awe chini ya mwongozo wa Mungu. Hawezi kufanya kazi kwa matokeo, hawezi kutekeleza mapenzi ya Mungu kwa kupatana na akili ya Mungu, isipokuwa atambue, si kutoka kwa vyanzo vya kibinadamu, bali kwa hekima isiyo na kikomo, kwamba Mungu anapendezwa na mipango yake. {CHSw 525.1}

Ubunifu wa ukarimu wa Mungu unakumbatia kila tawi Lake. Sheria ya kutegemeana na ushawishi inapaswa kutambuliwa na kutiiwa. "Hakuna hata mmoja wetu anayeishi kwa nafsi yake." Adui ametumia mlolongo wa utegemezi kuwavuta wanaume pamoja. Wameungana kuharibu sura ya Mungu ndani ya mwanadamu, ili kuwenda kinyume na Injili kwa kupotosha kanuni zake. Wanawakilishwa katika Neno la Mungu wakiwa wamefungwa katika matita ili kuchomwa moto. Shetani anaunganisha nguvu zake kwa uharibifu. Umoja wa wateule wa Mungu umetikiswa sana. Mungu anatoa tiba. Tiba hii sio ushawishi mmoja kati ya athari nyingi na kwa kiwango sawa nazo; ni mvuto juu ya mvuto wote juu ya uso wa dunia, kurekebisha, kuinua, na kuimarisha. Wale wanaofanya kazi katika Injili wanapaswa kuinuliwa na kutakaswa, kwa kuwa wanashughulika na kanuni kuu za Mungu. Wamefungwa nira pamoja na Kristo, ni watenda kazi pamoja na Mungu. Hivyo Bwana anatamani kuwaunganisha wafuasi Wake pamoja, ili wawe na nguvu kwa ajili ya wema, kila mmoja akitenda sehemu yake, ilhali wote wanathamini kanuni takatifu ya kumtegemea Yeye ambaye ni Kichwa. **[Testimonies for the Church 6:240-242 (1900).]** {CHSw 525.2}

MFANO WA MMISHENARI WA TIBA

[The Review and Herald, Juni 9, 1904]

Katika siku za Kristo, sanitariamu katika Nchi Takatifu. Lakini popote Daktari Mkuu alipokuwa akipita, alienda na nguvu ya uponyaji ambayo ilikuwa tiba kwa kila ugonjwa, wa kiroho na wa kimwili. Hii (nguvu) aliwapa wale waliokuwa chini ya nguvu itesayo za

adui. Kila mji, kila kijiji, kila sehemu aliyopita, kwa moyo wa baba anayependa, aliweka mikono Yake juu ya wagonjwa, na kuwafanya kuwa wazima na kuzungumza Maneno ya huruma na upendo wa dhati. Maneno Yake yalikuwa na thamani kubwa kiasi gani kwao! Kutoka kwake, ilitiririka nguvu ya uponyaji ambayo iliwaponya wagonjwa. Yeye Aliwaponya wanaume na wanawake kwa hiari na kutosita na kwa furaha ya dhati, kwa kuwa alifurahi kuwarejeshea waliteseka hali ya afya. {CHSw 526.1}

Wasiwasi wa Familia Yake

Mponyaji Mkuu alifanya kazi bila kuchoka, kwa nguvu zote—na mara nyingi bila chakula—hivyo baadhi ya marafiki Zake waliogopa kwamba asingeweza kustahimili shinikizo hilo la kudumu. Ndugu Zake waliposikia hili, na pia juu ya tuhuma zilizotolewa na Mafarisayo kwamba Alitoa pepo kwa nguvu ya Shetani, walihisi kutojali kwa kiasi kikubwa aibu iliyowafikia kupitia uhusiano wao na Yesu. Waliamua kwamba wamshawishi au kumpa ushauri wa kuacha desturi Yake ya kufanya kazi, na kumfanya Mariamu aungane nao, wakiamini kwamba kwa upendo Wake kwake, wangeweza kumshawishi na waonekane wana hekima. {CHSw 526.2}

Yesu alikuwa akifundisha watu wakati wanafunzi Wake walipomletea ujumbe kwamba mama Yake na ndugu Zake walikuwa nje na walitaka kumwona. Alijua kilicho ndani ya mioyo yao, na "***Akajibu, akamwambia yule aliyempasha habari, Mama Yangu ni nani? Na ndugu Zangu ni akina nani? Akawanyoshea mkono wanafunzi Wake, akasema, Tazama, Mama Yangu na ndugu Zangu! Kwa maana yeyote atakayeyafanya mapenzi ya Baba Yangu aliye mbinguni, huyu ndiye ndugu Yangu, na umbu Langu, na mama Yangu.***" **(Mathayo 12:48-50)** {CHSw 526.3}

Chuki iliyowaka moyoni mwa binadamu dhidi ya Injili, Ilijulikana sana na Mwana wa Mungu, na ilileta maumivu makubwa mno nyumbani Kwake; kwa kuwa moyo Wake Mwenyewe

ulikuwa umejaa wema na upendo, na Alithamini heshima ya upendo ndani ya uhusiano wa familia. Lakini kwa kipimo chao kifupi, ndugu Zake hawakuweza kuelewa dhamira aliyokuja kutimiza, na kwa hivyo hawakuweza kumwonea huruma au kushirikiana Naye katika majaribu Yake. {CHSw 527.1}

Uadui wa Mafarisayo

Wengine ambao Kristo aliwaponya aliwaagiza wasimwambie mtu yeyote. Alijua kwamba kadri mafarisayo, Masadukayo, na wakuu walivyomsikia kuhusu miujiza Yake, ndivyo walivyojaribu zaidi kuzuia njia Yake. Lakini licha ya tahadhari Zake, "***Lakini habari Zake zikazidi kuenea, wakakutanika makutano mengi wamsikilize na kuponywa magonjwa yao***." **(Luka 5:15)** Mara nyingi, wale waliokuwa makuhani walimfuata, wakieleza hisia zao kali dhidi Yake ili kuchochea chuki ya watu. Lakini alipoona hawezi kubaki mahali pale kwa usalama, alienda sehemu nyingine. {CHSw 527.2}

Katika kufanya kazi ya uinjilisti wa tiba, tutakutana na upinzani ule ule ambao Kristo alikutana nao. Yeye anasema: "***Nanyi mtakuwa mkichukiwa na watu wote kwa ajili ya Jina Langu; lakini mwenye kuvumilia hata mwisho, ndiye atakayeokoka. Lakini watakapowafukuza katika mji huu, kimbilieni mwingine; kwa maana ni Kweli nawaambia, Hamtaimaliza miji ya Israeli, hata ajapo Mwana wa Adamu***." **(Mathayo 10:22-23)** {CHSw 527.3}

Maisha ya Kristo na huduma Yake kwa wenye dhiki yameunganishwa bila kutenganishwa. Kutoka kwa nuru iliyotolewa kwangu, najua kuwa uhusiano wa karibu na nyeti daima unapaswa kuwepo kati ya kazi ya umishenari wa tiba na huduma ya Injili. Zimefungwa pamoja kwa muungano mtakatifu kama kazi moja, na hazipaswi kutenganishwa kamwe. Kanuni za mbinguni zinapaswa kuzingatiwa na kutekelezwa na wale wanaodai kufuata nyayo za Mwokozi. Kwa mfano Wake, Kristo ameonyesha kuwa kazi ya umishenari wa tiba

haipaswi kuchukua nafasi ya kuhubiri Injili, bali inapaswa kuunganishwa nayo. Kristo aliwakilisha utakatifu wa Kweli kwa kuunganisha kazi ya daktari na huduma ya mwinjilisti, akihudumia mahitaji ya mwili na roho, akiponya magonjwa ya kimwili, kisha akazungumza Maneno yaliyoleta amani moyoni mwa walio na dhiki. {CHSw 528.1}

Elekeza Watu kwa Yesu

Tunahitaji kila mara kukumbuka kwamba ufanisi wa kazi ya uinjilisti wa tiba upo katika kuelekeza wanaume na wanawake wagonjwa wa dhambi kwa Mtu wa Kalvari, aichukuaye dhambi ya dunia. Kwa kumtazama Yeye, watabadilishwa kwa mfano Wake. Lengo letu katika kuanzisha sanitarium ni kuwatia moyo wagonjwa na wanadamu wenye mateso wamuangalie Yesu ili waishi. Hebu watenda kazi katika sanitarium zetu wamweke mbele daima Kristo, Daktari Mkuu, kwa wagonjwa wa mwili na roho walio katika hali ya kukata tamaa. Waelekeze kwa Yule ambaye anaweza kuponya magonjwa ya kimwili na ya kiroho. Waambie kuhusu Yule ambaye anaguswa na hali zao za udhaifu. Watie moyo wajiweke katika uangalizi wa Yule ambaye alitoa maisha Yeye Mwenyewe ili iwezekane kwao kupata uzima wa milele. Wamtazame Yule aliye mzuri kwa ukamilifu, mkuu kati ya maelfu kumi. Zungumzia upendo Wake; waambie kuhusu uwezo Wake wa kuwaokoa. {CHSw 528.2}

Bwana anataka kila mtendakazi afanye kazi yake kwa ubora na bidii. Wale ambao hawajapata mafunzo maalum katika mojawapo ya sanitarium zetu wanaweza kudhani kuwa hawawezi kufanya mengi; lakini, wapenzi wenzangu, kumbukeni kwamba katika mfano wa talanta, Kristo hakuwakilisha watumishi wote wakipokea idadi sawa ya talanta. Mmoja alipewa talanta tano; mwingine

alipewa talanta mbili; na mwingine talanta moja. Ukipata talanta moja tu, wewe itumie kwa hekima, iongeze kwa kuiweka kwa wachuuzi. Watu wengine hawawezi kufanya mambo kama wengine, lakini kila mmoja afanye yote anayoweza kupunguza mawimbi ya magonjwa na mateso yanayofurika katika dunia yetu. Njooni mtoe msaada kwa ajili ya Bwana, dhidi ya nguvu kuu za giza. Mungu anataka kila mmoja wa watoto Wake awe na akili mahiri na maarifa, ili kwa uwazi usiopingika na nguvu, utukufu Wake uonyeshwe katika dunia yetu.... {CHSw 529.1}

Kristo ametoa mamlaka kwa kanisa Lake kufanya kazi ile ile aliyoifanya wakati wa huduma Yake hapa duniani. Leo Yeye Ndiye daktari Mwenye huruma kama alivyokuwa akiwa duniani. Tunapaswa kumfahamisha yule aliyeathirika kwamba katika Yeye kuna tiba, naam zeri kwa kila ugonjwa, na nguvu ya kurejesha kila udhaifu. {CHSw 529.2}

INJILI KATIKA UTENDAJI

[The General Conference Bulletin, April 12, 1901, uk. 202-204]

Wakati matengenezo ya afya yalipoanza kutambulika kwetu, takribani miaka thelathini na tano iliyopita, nuru iliyowasilishwa kwangu ilikuwa imejumuishwa katika maandiko haya: "*Roho ya Bwana MUNGU i juu Yangu; kwa sababu BWANA amenitia mafuta niwahubiri wanyenyekevu habari njema; amenituma ili kuwaganga waliovunjika moyo, kuwatangazia mateka uhuru wao, na hao waliofungwa habari za kufunguliwa kwao. Kutangaza mwaka wa BWANA uliokubaliwa, na siku ya kisasi cha Mungu wetu; kuwafariji wote waliao; kuwaagizia hao waliao katika Sayuni, wapewe taji ya maua badala ya majivu, mafuta ya furaha badala ya maombolezo, vazi la sifa badala ya roho nzito; wapate kuitwa miti ya haki, iliyopandwa na BWANA, ili Yeye atukuzwe. Nao watajenga mahali pa kale palipoharibiwa, watapainua mahali palipokuwa ukiwa zamani, watatengeneza miji iliyoharibiwa, mahali palipoachwa kizazi baada ya kizazi.*" – Isaya 61:1-4 {CHSw 530.1}

Kwa nuru niliyopewa hapo zamani, nilionyeshwa kwamba watu wetu wenyewe, wale wanaodai kuamini Kweli ya sasa, ndio wanaotakiwa kufanya kazi hii. Je, wangefanya hivyo vipi? Kuliangana na maagizo aliyowapa Kristo wanafunzi Wake kumi na wawili alipowaita pamoja na kuwapeleka kuhubiri Injili. {CHSw 530.2}

"Akawaita wanafunzi Wake kumi na wawili, akawapa amri juu ya pepo wachafu, wawatoe, na kupoza magonjwa yote na udhaifu wa kila aina. Hao Thenashara Yesu aliwatuma, akawaagiza, akisema, Katika njia ya Mataifa msiende, wala katika mji wowote wa Wasamaria msiingie. Afadhali shikeni njia kuwaendea kondoo waliopotea wa nyumba ya Israeli. Na katika kuenenda kwenu, hubirini, mkisema, Ufalme wa mbinguni umekaribia. Pozeni wagonjwa, fufueni wafu, takaseni wenye ukoma, toeni pepo; mmepata bure, toeni bure." – Mathayo 10:1, 5-8 {CHSw 530.3}

Matengenezo Yanayohitajika

Katika nuru niliyopewa muda mrefu uliopita, nilionyeshwa kwamba kukosa kiasi (intemperance) kungetawala ulimwenguni kwa kiwango cha kutisha, na kwamba kila mmoja wa watu wa Mungu lazima achukue msimamo wa juu kuhusu matengenezo ya mazoea, tabia na mienendo. Wakati huo, nilikuwa nakula nyama mara mbili au tatu kwa siku, nami nilikuwa nazimia mara mbili au tatu kwa siku. Bwana alinionesha mpango mzima. Nikaonyeshwa kwamba Mungu angewapa watu Wake wanaozishika amri, lishe ya matengenezo, na kwamba wangeipokea, magonjwa yao na mateso yao yangepunguzwa sana. Nikaonyeshwa kwamba kazi hii ingeendelea kusonga mbele. {CHSw 531.1}

Sanitarium Inahitajika

Kisha, katika miaka iliyofuata, nuru ilitolewa kwamba tunapaswa kuwa na sanitarium, taasisi ya afya, ambayo ilipaswa kuanzishwa katikati yetu wenyewe. Hii ndiyo ilikuwa njia Mungu aliyokusudia kuitumia kuwaleta watu Wake kwenye uelewa sahihi wa matengenezo ya afya. Pia ilipaswa kuwa njia ya kutuwezesha kuwafikia wale wasio wa imani yetu. Tulipaswa kuwa na taasisi ambapo wagonjwa wangeweza kuondolewa mateso yao, na hilo lifanyike bila kutumia dawa za mfamasia/kemikali. Mungu alitangaza kwamba Yeye Mwenyewe angewatangulia watu Wake katika kazi hii. {CHSw 531.2}

Naam, kazi imekuwa ikiongezeka kwa uthabiti. Njia ilifunguliwa kwa makanisa yetu kuikumbatia kazi hii. Nilitangaza matengenezo ya afya kila

nilipokwenda. Katika mikutano yetu ya kambi, nilizungumza jumapili alasiri, na nilitangaza ujumbe wa kiasi katika kula, kunywa, na kuvaa. Huu ndio ujumbe nilioubeba kwa miaka mingi kabla sijaondoka kwenda Australia. {CHSw 531.3}

Lakini kulikuwapo wengine ambao hawakufuata nuru aliyotoa Mungu. Kulikuwapo waliohudhuria mikutano yetu ya kambi waliokula na kunywa isivyofaa. Lishe yao haikuwa katika mapatano na nuru aliyotoa Mungu, na haikuwezekana kwao kuthamini Ukweli katika uzito wake mtakatifu na wa Kiungu. {CHSw 532.1}

Makundi Yote Yanufaike

Hivyo nuru imekuwa ikiingia hatua kwa hatua. Mara kwa mara maagizo yalitolewa kwamba taasisi zetu za afya zilipaswa kuwafikia watu wa makundi yote. Injili ya Yesu Kristo inajumuisha kazi ya kuwasaidia wagonjwa. Niliposikia kwamba Dkt. Kellogg alikuwa ameshika kazi ya umishenari wa tiba, nilimtia moyo na roho, kwa sababu nilijua kwamba ni kwa kazi hii pekee ndipo chuki iliyopo ulimwenguni dhidi ya imani yetu inaweza kuvunjwa. {CHSw 532.2}

Nchini Australia tulijaribu kufanya yote tuliyoweza katika mwelekeo huu. Tulikaa Cooranbong, na huko, ambako watu walipaswa kusafiri maili ishirini na tano kumtafuta daktari, na kumlipa dola ishirini na tano kwa kila ziara, tuliwasaidia wagonjwa na wanaoteseka kadiri tulivyoweza. Kwa kuona kwamba tulielewa jambo fulani kuhusu magonjwa, watu walileta wagonjwa wao kwetu, nasi tukawatunza. Hivyo tukavunja kabisa chuki katika eneo hilo….{CHSw 532.3}

Kazi ya umishenari wa tiba ni kazi ya

awali, kazi ya kufungua injili (pioneer work). Inapaswa kuunganishwa na huduma ya injili. Ni injili katika vitendo, injili inayotekelezwa kivitendo. Nimehuzunika sana kuona kwamba watu wetu hawajaishika kazi hii kama walivyopaswa....{CHSw 532.4}

Mbingu yote ina maslahi makubwa katika kazi ya kuondoa mateso ya wanadamu. Shetani anatumia nguvu zake zote ili kutawala roho na miili ya wanadamu. Anajaribu kuwafunga kwenye magurudumu ya gari lake. Moyo wangu unahuzunika ninapotazama makanisa yetu, ambayo yangepaswa kuunganishwa kwa moyo, roho, na matendo na kazi ya umishenari wa tiba....{CHSw 532.5}

Wachungaji/Wahudumu Wafanye Kazi kwa Mpango wa Injili

Napenda kuwaambia kwamba hivi karibuni hakutakuwa na kazi itakayofanywa katika huduma ya kichungaji isipokuwa kazi ya umishonari wa tiba. Kazi ya mchungaji ni kuhudumia. Wachungaji wetu wanapaswa kufanya kazi kwa mpango wa injili wa kuhudumia….{CHSw 533.1}

Hamwezi kamwe kuwa wachungaji kwa mpangilio wa injili hadi muonyeshe nia ya dhati katika kazi ya umishenari wa tiba—injili ya uponyaji, baraka, na kuimarisha. Njooni kusaidia kazi ya Bwana, kusaidia kazi ya Bwana dhidi ya nguvu kuu za giza, ili isisemwe juu yenu:

"*Ulaanini Merozi,… walaanini kwa uchungu wenyeji wake, Kwa maana hawakuja kumsaidia Bwana." (Waamuzi 5:23)* {CHSw 533.2}

Ni kwa sababu ya maelekezo niliyopokea kutoka kwa Bwana ndiyo nimepata ujasiri wa kusimama mbele yenu na kusema kama ninavyosema, licha ya namna mnavyoweza kuiona kazi ya umishenari wa tiba. Napenda kusema kwamba kazi ya umishenari wa tiba ni kazi ya Mungu. Bwana anataka kila mhudumu Wake aingie kazini. Shikeni kazi ya umishenari wa tiba, nayo itawapa njia ya kuwafikia watu. Mioyo yao itaguswa mnapohudumia mahitaji yao. Mnapoondoa mateso yao, mtapata fursa ya kuwaambia watu kuhusu upendo wa Yesu….{CHSw 533.3}

Mungu atawasaidia wale wanaoupenda Ukweli, wanaojitoa kwa moyo, akili, na nguvu zao zote Kwake. Mungu atafanya kazi kwa nguvu pamoja na wahudumu Wake wakati mioyo yao imejaa upendo kwa kondoo maskini waliopotea wa

nyumba ya Israeli. Watafuteni waliotangatanga, watu waliorudi nyuma, wale waliowahi kujua dini ni nini, na wapatieni ujumbe wa rehema. {CHSw 533.4}

Kisa cha upendo wa Kristo itagusa nyuzi za mioyo yao. Kristo huwavuta wanadamu Kwake kwa kamba ambayo Mungu ameishusha kutoka mbinguni ili kuuokoa ulimwengu. Upendo wa Kristo unaweza kupimwa tu wakati nyuzi hii inapopimwa/inapochezwa…. {CHSw 534.1}

Kazi ya umishenari wa tiba—kuhudumia wagonjwa na wanaoteseka—haiwezi kutenganishwa na injili. Mungu awasaidie wale ambao mawazo yao yameamshwa juu ya somo hili kuwa na nia ya Kristo, sikitiko nahuruma ya Kristo. Mungu awasaidie kukumbuka kwamba Kristo alikuwa mtenda kazi, kwamba Alitembea kutoka mahali hadi mahali akiwaponya wagonjwa. Kama tungekuwa tumeunganishwa kwa karibu na Kristo kama walivyokuwa wanafunzi Wake, Mungu angeweza kututumia kuponya wengi wanaoteseka. {CHSw 534.2}

KWA IMANI NA UNYENYEKEVU

Inapaswa tuiishi injili ya Kristo, kuitekeleza katika maisha ya kila siku kama mtindo wa maisha. Watumishi wa Mungu wanapaswa kusafishwa kutoka kwenye ubaridi wote, na ubinafsi wote. Unyenyekevu, upole, kujishusha vina thamani kubwa katika kazi ya Mungu. Jaribuni kuwaunganisha watendakazi kwa ujasiri na upendo. Ikiwa hamwezi kufanya haya, fanyeni haki na kuwa sahihi wenyewe, na hayo mengine mwachie Mungu. Fanyeni kazi kwa imani na maombi. Chagueni vijana wa Kikristo, na kuwazoeza kuwa, si watenda kazi wenye mioyo kama chuma, bali watenda kazi walio tayari kuwa na upatanifu. {CHSw 534.3}

Ninaomba kwamba 1 Bwana abadilishe mioyo ya wale ambao, isipokuwa wamepata neema zaidi, wataingia

katika majaribu. Ninaomba kwamba aulainishe na kuutiisha kila moyo. Tunahitaji kuishi katika ushirika wa karibu pamoja na Mungu, ili tupendane sisi kwa sisi kama Kristo alivyotupenda sisi. Ni kwa njia hii ulimwengu unapaswa kujua sisi ni wanafunzi Wake. **—Testimonies for the Church 9:218, 219 (1909).** {CHSw 534.4}

KUPATA NJIA YA KUINGIA

[Medical Missionary Work (1893).]

Ninavutiwa kwa kina na mafunzo ya wanafunzi wa tiba kama wamishenari. Hii ndiyo njia kamili ya kuuleta Ukweli pale ambapo vinginevyo usingepata nafasi ya kuingia. {CHSw 535.1}

Ninaona katika majaliwa ya Mungu kwamba kazi ya uinjilisti wa tiba itakuwa kama upenyo mkubwa wa kuingilia, ambao kupitia huo roho zilizo na magonjwa zinaweza kufikishwa. {CHSw 535.2}

Ee, ni shamba lenye manufaa gani limefunguliwa mbele ya mwinjilisti wa tiba! Yesu Kristo alikuwa mwinjilisti wa mfano wa juu kwa kila maana ya neno, akichanganya utume Wake na ule wa Daktari Mkuu, akiponya kila aina ya magonjwa. Wengi katika siku za Kristo walikataa kuamini hali yao ya upotevu. Kristo alipokuwa katikati yao kama mponyaji mkuu wa maumivu ya kimwili pamoja na dhambi, magonjwa ya roho, baadhi hawakutaka kumkaribia ili wapate uzima. Walikataa kuangaziwa nuru. Vivyo hivyo itakuwa katika siku zetu. Wengine hawataponywa magonjwa ya roho zao. {CHSw 535.3}

Kila daktari anaweza na anapaswa kuwa Mkristo, na ikiwa ndivyo, anabeba tiba ya roho pamoja na ya mwili. Tabibu anafanya kazi ya mtume/utume pamoja na ile ya daktari. Ni kiasi gani inavyohitajika thamani ya dini safi na isiyochafuka, ili mwalimu wa kiroho aweze kutoa mahitaji ya roho huku akipunguza mateso ya mwili! Ni burudiko na amani ya kiasi gani kwa roho iliyo na mateso,

inayokumbwa na dhoruba, kusikia maneno ya matumaini, Maneno yanayotoka kwa Mungu yaliyoelekezwa kwa aliye na mateso, kusikia maombezi yanayotolewa kwa niaba yake! Ni lazima kiasi gani kwamba mwinjilisti hai afahamu magonjwa yanayoukumba mwili wa binadamu, akitenda kama daktari aliyeelimika kushughulikia miili iliyo na magonjwa, na mchungaji mwaminifu na mwenye dhamira safi, ili kutoa uhalisi na ufanisi mara mbili katika huduma! {CHSw 535.4}

Bwana, kwa wema Wake mkubwa na upendo usio na kifani, amekuwa akisisitiza kwa mawakala Wake wa kibinadamu kwamba waumini wa utume hawakamiliki Kweli katika elimu yao ikiwa hawana maarifa ya jinsi ya kutibu wagonjwa na walio na mateso. Kama hili lingekuwa limezingatiwa kama tawi muhimu la elimu katika eneo la kazi ya utume, wengi ambao wamepoteza maisha yao wangeweza kuishi. Kama wangeelewa jinsi ya kutibu magonjwa ya mwili, na jinsi ya kujifunza kuanzia sababu hadi matokeo/athari, wangeweza, kupitia maarifa yao ya akili ya mwili wa binadamu na jinsi ya kushughulikia magonjwa yake, kufikia akili nyingi zilizofichwa ambazo vinginevyo zisingeweza kufikiwa. {CHSw 536.1}

Daktari Mkuu Pamoja na Kila Mtendakazi

Daktari Mkuu anayeongoza Yupo kando ya kila mtendakazi wa kweli na dhati, na mwaminifu, anayemcha Mungu, anayefanya kazi kwa maarifa aliyoyapata ili kupunguza mateso ya mwili wa binadamu. Yeye, Kiongozi wa madaktari, Yuko tayari kutoa zeri/tiba ya Gileadi. Atasikia sala zinazotolewa na daktari na mwinjilisti na mmishenari, ikiwa Jina Lake litaheshimiwa kwa njia hiyo; na maisha ya mgonjwa aliye na mateso yatarefushwa. Mungu Yuko juu ya yote. Yeye Ndiye Kichwa halisi cha mwinjilisti wa taaluma ya tiba, na heri daktari yule aliyejiunganisha na Daktari Mkuu,

aliyejifunza kutoka Kwake si tu kutibu miili iliyo na mateso, bali pia kuwa mlinzi wa roho, kuelewa jinsi ya kutumia dawa, na kama mchungaji mdogo kutumia zeri/tiba ya Gileadi kuponya majeraha ambayo dhambi imefanya juu ya roho pamoja na miili ya wanadamu walio na mateso chini ya sumu ya nyoka. Ee, ni muhimu kiasi gani basi, kwamba daktari awe mtu asiye na ubinafsi, mtu aliye na uelewa sahihi wa fidia iliyotolewa na Yesu Kristo, ili aweze kumwinua Yesu mbele ya roho iliyokata tamaa, mtu anayeshirikiana na Mungu! Ni hazina gani anayoimiliki katika maarifa yake ya kutibu magonjwa ya mwili, na pia katika ufahamu wa mpango wa wokovu. Akimtegemea na kutulia kwa Yesu kama Mwokozi wake wa binafsi, anaweza kuwaongoza wengine hadi kufikia matumaini, katika imani ya wokovu, pumziko na amani, na kupata maisha mapya katika Yesu Kristo. {CHSw 536.2}

Bwana anakubali jitihada za mtendakazi aliyejitoa, mchungaji wa kweli. Anaweza kuwa na muda mdogo wa kutoa hotuba, lakini anaweza kufanya matendo yanayoeleza mafundisho kwa nguvu zaidi-akiishi mahubiri. Ukweli unaoonyeshwa katika matendo hai, yasiyo na ubinafsi, ndiyo hoja thabiti zaidi ya Ukristo. Kusaidia wagonjwa, kuwatia moyo walio katika dhiki, ni kufanya kazi katika mistari ya Kristo na inaonyesha Kweli za Injili kwa nguvu kubwa, zikionyesha utume na kazi ya Kristo duniani. Maarifa ya sanaa ya kupunguza mateso ya binadamu hufungua milango isiyo na idadi, ambapo Ukweli unaweza kupata makazi katika mioyo, na roho zikahifadhiwa hadi uzima, uzima wa milele. Hata roho ngumu zaidi na zinazoonekana kufungwa na dhambi zinaweza kufikishwa kwa njia hii na kuelewa jambo fulani la siri na fumbo la utauwa, zikavutiwa kiasi cha kutoruhusu kupumzika hadi pale zitakapo fahamu Yesu Kristo na neema Yake ya wokovu. {CHSw 537.1}

Hebu kikundi kiundwe cha Christian Endeavor Society, na tuone kile ambacho kila mtu anayepewa uwajibikaji anaweza kufanya katika kuangalilia na kuboresha fursa za kufanya kazi kwa Bwana. Yeye ana shamba la mizabibu ambapo kila

mmoja anaweza kufanya kazi njema. Binadamu wenye mateso wanahitaji msaada kila mahali. {CHSw 537.2}

WAINJILISTI WA UMISHENARI WA TIBA

[The Review and Herald, Novemba 19, 1903]

Vijana wanaojua kwa vitendo jinsi ya kutibu wagonjwa sasa wanapaswa kutumwa kufanya kazi ya uinjilisti wa tiba, kwa kushirikiana na wainjilisti wenye uzoefu zaidi. Ikiwa vijana hawa watajitolea kusoma Neno la Mungu, watakuwa wainjilisti wenye mafanikio. Wahudumu/wachungaji wanaoshirikiana na vijana hawa wainjilisti wanapaswa kuwapa fursa sawa na ile ambayo Eliya alimpa Elisha—wanapaswa kuwaonyesha jinsi ya kufundisha wengine Ukweli wa Mungu. Pale inapowezekana, vijana hawa wanapaswa kutembelea hospitali, na katika baadhi ya hali wanaweza kushirikiana nazo kwa muda, wakifanya kazi bila tamaa binafsi-kujifikiria wao wenyewe. {CHSw 538.1}

Mfano safi zaidi wa ukarimu usio na ubinafsi sasa unaonyeshwa na wainjilisti wetu wa tiba. Kwa maarifa na uzoefu waliopata kupitia kazi ya vitendo, wanapaswa kwenda kutoa tiba kwa wagonjwa. Wakiwa wanatembea kutoka nyumba hadi nyumba, watapata fursa ya kufikia mioyo mingi. Wengi watapata kufikiwa ambao vinginevyo wasingeweza kabisa kusikia ujumbe wa Injili. {CHSw 538.2}

Kuhimiza Vijana Watenda kazi

Mazuri mengi yanaweza kufanywa na wale ambao hawajawa madaktari rasmi waliothibitishwa kikamilifu. Baadhi wanapaswa kuandaliwa kufanya kazi kama madaktari wenye uwezo. Wengi, wakifanya kazi chini ya mwongozo wa wale walio na ujuzi mkubwa, wanaweza kufanya kazi inayokubalika bila kutumia muda mrefu wa masomo kama ilivyodhaniwa zamani. {CHSw 538.3}

Wengi watatumwa kufanya kazi kwa Bwana ambao hawajapewa nafasi ya kuchukua kozi ya kawaida shuleni. Mungu atawasaidia watenda kazi hawa. Watapata maarifa kutoka shule ya juu na watakuwa wameandaliwa kushika nafasi zao katika safu ya watenda kazi kama wauguzi. Mfariji Mkuu wa Tiba ya Kikristo anaona kila jitihada inayofanywa kufikia mioyo kwa kuwasilisha kanuni za matengenezo ya afya. {CHSw 538.4}

Mabadiliko makubwa yanaendelea katika dunia yetu. Bwana amethibitisha kwamba Atageuza na kuondoa vizingiti. Watu walio wanyenyekevu, ambao hadi sasa wamekuwa gizani, sasa lazima wapate fursa ya kuwa watenda kazi. {CHSw 539.1}

Kwa wale wanaotumwa kufanya kazi ya uinjilisti wa tiba, ningeweza kusema: Mtumikieni Bwana Yesu Kristo kwa ufahamu uliosafishwa kiroho, kwa kushirikiana na wahudumu wa Injili na Mwalimu Mkuu. Yeye aliyewapa wito wenu atawapa ujuzi na maarifa mnapojisadikisha kwa huduma Yake, mkiendelea kwa bidii katika kazi na masomo, mkifanya juhudi zenu zote kuleta faraja kwa wagonjwa na walioathirika. {CHSw 539.2}

Kwa wale waliochoka na maisha ya dhambi, lakini wasiojua pa kugeukia kupata faraja, waonyeshwe Mwokozi mwenye huruma, aliyejaa upendo na upole, anayetamani kupokea wale wanaomgeukia wakiwa na mioyo iliyovunjika na roho zilizonyenyekevu. Washike mkono, wainue, waambie Maneno ya tumaini na ujasiri. Wasaidie kushika mkono wa Yeye aliye sema: **“Au azishike nguvu zangu, Afanye amani Nami; Naam, afanye amani nami.” (Isaya 27:5)** {CHSw 539.3}

“Tazama,” Kristo anasema, “**Tazama, Naja upesi, na ujira wangu u pamoja nami, kumlipa kila mtu kama kazi yake ilivyo**.” Ufunuo 22:12 Mungu anatuita tuseme, “***Amina, na uje, ee Bwana.”*** Ufunuo 22:20. Mungu atafanya mengi zaidi kwa watu Wake ikiwa watakuwa na imani Kwake. {CHSw 539.4}

MBINU NA MIPANGO

[Medical Missionary Library, No. 5, pp. 14-16 (1906).]

Kila sanitariamu yetu inapaswa kufanya kazi ambayo inalenga kuleta nafsi kwa Yesu Kristo. Tuna eneo kubwa la umishenari katika sanitarium zetu, kwa kuwa hapa watu wa mataifa yote huja kurejeshewa afya yao. Wasaidizi bora zaidi wanaotakiwa kuwepo katika sanitarium zetu ni wale wanaotaka kuifanya Biblia kuwa mwongozo wao, wale watakaotumia akili na nguvu zao za kimaadili kusonga mbele kazi kwa njia sahihi. {CHSw 540.1}

Watenda kazi katika sanitarium wanapaswa wakumbuke kuwa madhumuni ya kuanzisha taasisi hizi si tu kutoa faraja kwa wenye mateso na kuponya wagonjwa, bali pia ni wokovu wa roho. Hali ya kiroho ndani ya taasisi hizi iwe ya namna ambayo wanaume na wanawake wanaoletwa kwenye sanitarium kupata tiba kwa magonjwa yao ya mwili, wajifunze pia somo kwamba roho zao zenye magonjwa zinahitaji uponyaji. {CHSw 540.2}

Kuhubiri Injili kunamaanisha zaidi ya kile watu wengi wanavyofahamu. Ni kazi pana, yenye wigo mpana. Sanitarium zetu zimeonyeshwa kwangu kuwa ni njia bora sana ya kusambaza ujumbe wa Injili. {CHSw 540.3}

Kazi ya kweli ya mmishenari wa tiba ni kazi yenye kipengele kikubwa cha kiroho. Inajumuisha maombi na kuinua mikono juu; kwa hivyo, anatakiwa kuteuliwa kwa heshima kama vile mhubiri wa Injili. Wale walioteuliwa kuchukua nafasi ya madaktari wa umishenari wa tiba wanatakiwa kuweka wakfu rasmi kwa jukumu hili. Hii itawaimarisha dhidi ya majaribu ya kujiondoa kwenye kazi ya sanitarium na kuingia katika huduma binafsi. Hakuna tamaa binafsi inayoruhusiwa kumvuta mtendakazi kutoka kwenye wadhifa wake wa dhati. Kazi ya tiba inayofanywa sambamba na kutangaza ujumbe wa malaika wa tatu, inapaswa kuleta matokeo makuu. Ni

kazi ya kutakasa na kuunganisha, inayolingana na kazi ambayo Kiongozi wa kanisa aliwatuma mitume wa kwanza kuifanya. {CHSw 540.4}

Alipowaita wanafunzi, Kristo aliwapa utume wao: ***"Na katika kuenenda kwenu, hubirini, mkisema, Ufalme wa mbinguni umekaribia. Pozeni wagonjwa, fufueni wafu, takaseni wenye ukoma, toeni pepo; mmepata bure, toeni bure. Angalieni, Mimi nawatuma kama kondoo kati ya mbwa-mwitu; basi iweni na busara kama nyoka, na kuwa watu wapole kama hua."*** **Mathayo 10:7,8, 16** {CHSw 541.1}

Ni vyema kwetu kusoma sura hii na kuruhusu mafundisho yake kutuandaa kwa kazi zetu. Mitume wa awali walikuwa wakitumwa kwenda katika kazi ya Kristo, chini ya agizo Lake. Roho Yake ilikuwa ikiandaa njia mbele yao. Walihitajika kujisikia kuwa kama wana ujumbe kama huu wa kutoa, baraka kama hizi za kueneza, basi wanapaswa kupokea ukaribisho nyumbani mwa watu. {CHSw 541.2}

Konferensi Kuajiri Wamishenari wa Tiba

Kupitia mitume wa kwanza, karama ya Kiungu ilitolewa kwa Israeli: mmishenari mwaminifu wa leo atafanya kazi kama hiyo katika kila mji ambapo wamishenari wetu wanaingia. Ni kazi ambayo kwa kiwango fulani tumejaribu kufanya katika baadhi ya sanitarium zetu, lakini uzoefu mpana zaidi katika kazi hizi unapaswa kupatikana. {CHSw 541.3}

Je, wenyeviti wa konferensi zetu hawawezi kufungua njia kwa wanafunzi wa shule zetu kushiriki katika kazi hii? Mara kwa mara imenijia moyoni kwamba "panapaswa kuanzishwa makundi yaliyopangiliwa na kufunzwa kikamilifu kufanya kazi kama wauguzi, kama wainjilisti, kama wahubiri, kama wachungaji, kama wachapaji, kama wanafunzi wa Injili, ili kuikamilisha kazi kulingana na mfano wa Mungu." Kuna kazi kubwa ya kufanya katika kuponya binadamu aliye katika mateso, na kupitia jitihada za wanafunzi wanaopata elimu na mafunzo ya kuwa wamishenari wa tiba wenye ufanisi, watu wanaoishi katika miji mingi wanaweza kuujua Ukweli wa

ujumbe wa malaika wa tatu. Viongozi waliojitolea na walimu wenye uzoefu wanapaswa kuondoka na watenda kazi hawa vijana, kuwapa maelekezo ya jinsi ya kufanya kazi. Wakati neema ya chakula inapotolewa na wale wanaomcha na kuheshimu Mungu, neema hii inaweza kukubaliwa. Hivyo nafasi itapatikana kwa mazungumzo, kufafanua Maandiko, kuimba nyimbo za Biblia na kusali pamoja na familia. Kuna wengi ambao wangefaidika na kazi kama hii. {CHSw 541.4}

Kila mtendakazi, anapokwenda kufanya kazi hii, anapaswa kutambua kuwa ametumwa kweli na Mungu kama vile mitume wa kwanza walivyotumwa. Jicho la Mungu linawafuatilia; Roho Yake inawafuata. {CHSw 542.1}

Ninashukuru ninapofikiria faida zinazopatikana kutokana na shule zilizo karibu na sanitarium zetu, ili kazi ya taasisi hizi mbili za kielimu iunganishwe. Wanafunzi wa shule hizi, wanapopata elimu katika maarifa ya Ukweli wa sasa, pia wanaweza kujifunza jinsi ya kuwa wahubiri wa uponyaji kwa wale wanaowaendea kuwahudumia. {CHSw 542.2}

Kama kuna wakati wowote wa kufanya kazi zetu chini ya mwongozo maalumu wa Roho wa Mungu, ni sasa. Wale wanaoishi bila kuzingatia, wakiwa wamebweteka waamke. Taa za afya zetu ziwe zile zinazopaswa kuwa—nyumba ambapo uponyaji hufanywa kwa roho zenye magonjwa. Na hili litafanyika pale watenda kazi watakapokuwa na uhusiano wa kweli na Mponyaji Mkuu. {CHSw 542.3}

MADAKTARI NA WAINJILISTI

Encouraging Words to a Physician-Maneno ya kumtia moyo tatibu [A circular letter (1910).]

Kazi mnayoifanya katika miji inakubalika mbinguni-imepata kibali mbinguni. Mabadiliko mliyoyafanya yanaonyesha wazi kwamba kama madaktari wetu na wachungaji wetu wanaweza kushirikiana katika 1 kuwasilisha Kweli kwa watu, wengi wanaweza kufikiwa kwa kufanya hivyo kuliko pale ambapo mchungaji

anafanya kazi peke yake. Nina imani kwamba mfano wenu katika suala hili, unaweza kuigwa na madaktari wengine. {CHSw 543.1}

Huna haja ya kuhisi kwamba Bwana amekutenga mbali na sanitaramu kwa sababu umejikita zaidi katika juhudi za kufikia roho za watu katika miji yetu, ambao wanahitaji kuongoka. Una mzigo wa moyo kwa kazi hii ya kuwasilisha ujumbe kwa watu. mwasilishe Kristo kama Tabibu wa roho iliyo na dhambi. Kwa kazi yako katika eneo hili utapata ushawishi mpana na unaopanuka zaidi kuliko pale ambapo ungeganda ndani ya taasisi na usitoke nje. {CHSw 543.2}

Uhusiano unaoupata unapohudhuria mikutano na kuwasilisha Kweli kwa mtazamo wa daktari utakusaidia kupata mvuto, na aina hii ya kazi itakuwa njia ya kuwaleta watu fulani katika sanitaramu zetu ambao wanaweza kupewa faida kubwa. Panga mikakati yako ili uweze kushiriki katika aina hii ya kazi kwa uhuru, na kuhakikisha kwamba kutokuwepo kwako hakutaathiri kazi ya taasisi. {CHSw 543.3}

Wakilisha mbele ya watu haja ya kupinga tamaa ya kufurahisha tamaa za mwili. Hapa ndipo wengi wanaposhindwa. Eleza jinsi mwili na akili vinavyohusiana kwa karibu na uonyeshe haja ya kutunza vyote katika hali bora zaidi. Mazungmzo ya afya unayotoa katika mikutano itakuwa mojawapo ya njia bora za kutangaza sanitaramu zetu. {CHSw 543.4}

Kristo ametupa mfano. Alifundisha kutoka katika Maandiko ukweli wa Injili, na pia aliponya wenye taabu waliomwendea kwa ajili ya kupata msaada. Alikuwa Tabibu mwema na mkuu zaidi aliyejulikana duniani, na bado alichanganya kazi yake ya uponyaji na kueneza Ukweli wa kuokolewa kwa roho. {CHSw 544.1}

Hivyo ndivyo madaktari wetu wanapaswa kufanya kazi. Wanafanya kazi kama wainjilisti, wakiwapa maelekezo jinsi roho inavyoweza kuponywa na Bwana Yesu, wanatekeleza kazi ya Bwana. Kila daktari anapaswa kujua jinsi ya kuomba kwa imani kwa wagonjwa, pamoja na kutoa tiba sahihi. Wakati huo huo,

anapaswa kufanya kazi kama mmoja wa wachungaji wa Mungu, kufundisha toba na uongofu, na wokovu wa roho na mwili. Muunganiko wa kazi kama huu utapanua uzoefu wake na kuongeza kwa kiasi kikubwa ushawishi wake. {CHSw 544.2}

Kuwa Karibu na Watu

Kitu kimoja ninachojua: kazi kubwa zaidi ya madaktari wetu ni kufikia watu wa dunia kwa njia sahihi. Kuna dunia inayopotea kwa dhambi, na nani atakayechukua kazi hii katika miji yetu? Daktari mkuu ni yule anayefuata nyayo za Yesu Kristo. {CHSw 544.3}

Kuna kazi ya kufanywa katika miji yetu yote, na wale ambao bado wanafanya kazi na kutembea kwa unyenyekevu mbele za Mungu, wakijitahidi kila siku kuwa washindi, watapata ushindi wa thamani kila siku. Kazi inayofanywa kwa unyenyekevu itabeba kibali cha Mungu. Tunapaswa kukaa ndani ya Mungu. Kile ninachoona wazi zaidi ni haja ya wanaume na wanawake kuungana katika kufanya kazi ambayo inahitajika kufanywa katika miji yetu..... Bwana amemvumilia kwa muda mrefu mwanadamu, na anamwita kwa dhati kila mtu kutubu. Je, wachungaji, je, madaktari, watashika kazi hii ambayo haijaguswa sana? Mungu atatusaidie kuwa watiifu na kufanya kazi iliyo muhimu zaidi sasa. {CHSw 544.4}

Sasa ni wakati wetu wa kufanya juhudi thabiti kuamsha watu ambao bado hawajawaonywa. Mawazo na kazi nyingi yameelekezwa katika kurasa zilizochapishwa. Hii ni sawa, lakini kama jitihada zaidi zingelenga kutuma mjumbe hai kuhubiri Kweli, roho nyingi zaidi zingeingizwa na kushawishiwa na Kweli. Wakati Yesu akihudumia katika Patakatifu halisi juu, Yeye kupitia Roho Wake Mtakatifu anafanya kazi kupitia wajumbe wake duniani. Njia hizi zitafanikiwa zaidi kuliko kurasa zilizochapishwa, ikiwa wataenda wakiwa na Roho na nguvu za Kristo. Kristo atafanya kazi kupitia wachungaji Wake walioteuliwa, akiwazaja Roho Wake, na hivyo kuwathibitishia ahadi,

"*Tazama, Mimi Nipo pamoja nanyi siku zote, hata ukamilifu wa dahari.*" **Mathayo 28:20.** {CHSw 545.1}

Ni vyema, katika kuwasilisha Ukweli kwa wasioamini, kwanza kuwasilisha baadhi ya mada ambazo watakubaliana pamoja nasi. Kanuni za afya na msisitizo wa maadili zitavutia akili zao, na tunaweza kutokana na mada hizi kuwaongoza watu kuelewa mahitaji ya amri ya nne. Kazi hii madaktari wetu wanaweza kusaidia kuifanya. Watu wanapoona thamani ya mafundisho yanayohusu maisha yenye afya, inawapa uhakika na ujasiri wa kuamini kwamba walimu wa kanuni hizi wana Ukweli katika nyanja nyingine pia. {CHSw 545.2}

Ni mpango wa Bwana kwamba madaktari waliobobea katika ukweli wa Biblia waungane na wachungaji wanaofanya kazi miji, na kusaidia kuwasilisha ujumbe wa onyo kwa dunia kwa ujumla wenye upatanifu. Baadhi ya wanaume waliokidhi sifa bora zaidi katika taasisi zetu wanapaswa kuchaguliwa kwa kazi hii. {CHSw 545.3}

Kwa wengine inaweza kuonekana kuwa si busara kuchukua watu waliokidhi sifa za kuwa madaktari wakuu na kuwaweka kufanya kazi mijini, ingawa watu walioteuliwa wakiweka nafasi zao katika taasisi. Lakini tunahitaji kuona kazi kwa upana zaidi na kuzingatia kwamba Bwana anaitaka kazi maalum ifanyike katika miji, kazi inayohitaji juhudi za watu wenye akili dhahiri, ambao, kwa nguvu ya Roho Mtakatifu, wanaweza kuwasilisha mbele ya mikutano mikubwa kanuni za matengenezo ya afya. {CHSw 545.4}

Kuwasilisha kanuni za Biblia na daktari mwerevu kutakuwa na uzito mkubwa kwa watu wengi. Kuna ufanisi na nguvu kwa yule anayeweza kuunganisha ushawishi wa kazi ya daktari na mhubiri wa injili yaani Mchungaji. Kazi yake inajiuza kirahisi mbele ya akili ya watu. {CHSw 546.1}

Vidokezo vya Kivitendo 1 kwa Madaktari

Nina wasiwasi kwa sababu mambo mengi sana yanashughulisha akili

za madaktari wetu, jambo linalowazuia kufanya kazi ambayo Mungu angetaka wafanye kama wahudumu wa Injili, yaani wainjilisti. Kutokana na nuru ambayo Mungu amenipa, najua kuwa mhudumu hai, aliyejitolea kwa moyo wote, aliyejiweka wakfu na anayejua kuweka tumaini lake kwa Mungu, anahitajika sana. Tunahitaji watenda kazi mia moja ambapo sasa tuna mmoja tu. Kazi kubwa ipo mbele yetu kabla ya upinzani wa kishetani kufunga njia, na fursa zetu za sasa za kazi ziweze kupotea. Wakati unapita haraka. Machapisho yetu ni mengi, lakini Bwana anawaita wanaume na wanawake ndani ya makanisa yetu wenye nuru, kushiriki katika kazi ya utume halisi. Hebu kwa unyenyekevu waweze kutumia vipaji vilivyotolewa na Mungu, na hata kuvifanyia mazoezi katika kuhubiri ujumbe ambao unapaswa kufikia dunia wakati huu. {CHSw 546.2}

Natumai mtatumia uwezo wenu wote katika kazi hii. Wasilisha umuhimu wa Ukweli wa sasa kutoka kwa mtazamo wa daktari. Daktari aliye na elimu atapata nafasi ya kuingia katika miji yetu ambapo wengine hawawezi kufika. Fundisha ujumbe wa matengenezo ya afya. Hii itakuwa na ushawishi kwa watu. {CHSw 546.3}

Hakika Bwana atakuongoza ikiwa mtatafuta kufanya mapenzi Yake, hata kama itasigana na baadhi ya matamanio na mipango yenu. Wakati mtapita na kufanya kazi kwa ushauri wa Mungu, milango itafunguka mbele yenu kwa fursa za kuunganisha kazi ya huduma ya mchungaji/kichungaji na ile ya daktari. {CHSw 547.1}

Iwapo katika jiji la Boston na miji mingine ya Mashariki, wewe na mke wako mtashirikiana katika kazi ya uinjilisti wa tiba, manufaa na ufanisi wenu utaongezeka, na mbele yenu mtapata uelewa wazi wa wajibu wenu. Katika miji hii, ujumbe wa malaika wa kwanza ulipelekwa kwa nguvu kubwa mwaka wa 1842 na 1843, na sasa imefika wakati ambapo ujumbe wa malaika wa tatu unaaswa

kuhubiriwa kwa upana Mashariki. Kazi kubwa ipo mbele ya sanitarium zetu za Mashariki. Ujumbe huu unapaswa kwenda kwa nguvu wakati kazi hii inakaribia kufungwa. {CHSw 547.2}

Maneno yenu yawe na tabia inayoinua Neno la Mungu. Ishi na fundisha kanuni za matengenezo ya afya. Sisitiza imani yako katika Ukweli mkuu ambao watu Wakristo kwa ujumla watakubaliana nao. Wakati unapotetea Ukweli wa Mungu, lazima uwe mfano kwa waumini kwa kila upande. {CHSw 547.3}

Umuhimu wa kufanikisha njia yetu katika miji mikubwa bado unabaki mbele yangu. Kwa miaka mingi, Bwana ametuhimiza juu ya jukumu hili, na bado tunaona matokeo machache sana katika vituo vyetu vikubwa vyenye idadi kubwa ya watu. Ikiwa hatutachukua kazi hii kwa umakini na kwa kudhamiria, Shetani ataongeza vikwazo vigumu ambavyo haviwezi kushughulikiwa kwa urahisi. Tumechelewa sana katika kufanya kazi ambayo ingekuwa imefanywa katika miji hii iliyopuuzwa kwa muda mrefu. Kazi itakuwa ngumu zaidi sasa kuliko ilivyokuwa miaka michache iliyopita. Lakini ikiwa tutachukua kazi hii kwa jina la Bwana, vizingiti vitavunjika na ushindi ulioazimiwa utakuwa wetu. {CHSw 547.4}

Katika kazi hii madaktari na wahudumu wa Injili wanahitajika. Lazima tuendelee kuomba kwa Bwana na kufanya bidii yetu yote, tukisonga mbele kwa nguvu zote zinazowezekana ili kufungua nafasi katika miji mikubwa. Iwapo tusingefanya kazi kwa mujibu wa mipango ya Bwana katika siku za nyuma, nuru kubwa ingekuwa inang'aa sasa ambayo sasa inazimika. {CHSw 548.1}

Pamoja na kuwasilisha Ukweli wa kiroho, tunapaswa pia kuwasilisha yale ambayo Neno la Mungu linasema kuhusu masuala ya afya na kiasi. Kwa kila njia inayowezekana, lazima tujaribu kuwaleta watu chini ya nguvu ya Mungu ya kusadikisha dhambi na kuongoa mioyo. Waumini katika makanisa yetu

wanapaswa kuamshwa kuchukua hatua zao. Weka nyakati za maombi, na tukatae Bwana kwa moyo wote kwa kuongezeka kwa imani na ujasiri. Hebu wachungaji na washiriki wengine wa kanisa wafanye kazi kwa ajili ya nafsi kama vile ambavyo hawajawahi kufanya. Hatupaswi kutumia wakati wetu tu kurudia mara kwa mara vitu hivyo hivyo kwenye makanisa ambapo Ukweli unafahamika vyema. Hebu washiriki wa kanisa wafanye kazi pamoja katika nyanja zao ili kuamsha hamu ya kushiriki. Wafuasi wa Kristo wanapaswa kushirikiana katika kazi ya kuokoa nafsi zinazoangamia. Hebu watenda kazi wawaalike wengine kushirikiana nao katika juhudi zao, ili wengi wachochewe na shauku ya kufanya kazi kwa Bwana. {CHSw 548.2}

Nawaomba washiriki wa makanisa katika kila jiji washikamane kwa bidii na Bwana kwa juhudi zilizoazimiwa kwaajili ya ubatizo wa Roho Mtakatifu. Amini kuwa Shetani hajalala usingizi. Kila kikwazo kinachowezekana ataweka katika njia ya wale wanaotaka kusonga mbele katika kazi hii. Mara nyingi sana vizingiti hivi huchukuliwa kuwa haviwezi kushughulikiwa. Hebu kila mtu aongoke kikamilifu na kwa njia ya Kweli na kisha achukue kazi hii kwa hekima na kwa imani. {CHSw 548.3}

KAZI KATIKA MIJI

San Francisco, California,

Desemba 12, 1900.

Kuna kazi ya kufanywa huko California, kazi ambayo imepuuzwa kwa njia ya ajabu. Hebu kazi hii isicheleweshwe zaidi. Kama milango inafunguliwa kwa uwasilishaji wa Ukweli, hebu tuwe tayari kuingia. Kazi fulani imefanywa katika jiji kubwa la San Francisco, lakini tunapolichunguza eneo hili tunaona wazi kuwa ni mwanzo tu

uliofanywa. Haraka iwezekanavyo, juhudi zilizopangwa vizuri zinapaswa kupelekwa katika sehemu tofauti za jiji hili na pia huko Oakland. Uovu wa San Francisco haujatambulikana. Kazi yetu katika jiji hili lazima ipanuke na kuongezeka. Ndani yake Mungu huona roho nyingi zitaokolewa. {CHSw 549.1}

Huko San Francisco migahawa ya afya na usafi (hygienic restaurant zilihusika na kujikinga na magonjwa na usafi), duka la chakula na vyumba vya tiba vimefunguliwa. Hizi zinafanya kazi nzuri, lakini mvuto wao unapaswa kupanuliwa sana. Migahawa mingine sawa na ile iliyoko Market Street inapaswa kufunguliwa huko San Francisco na Oakland. Kuhusu juhudi ambayo sasa inafanywa katika nyanja hizi tunaweza kusema: Amina na amina. Na hivi karibuni njia zingine za kazi ambazo zitakuwa baraka kwa watu zitaanzishwa. Kazi ya uinjilisti wa umishenari wa tiba inapaswa kuendelezwa mbele kwa busara na njia kamili. Kazi nzito, na takatifu ya kuokoa roho zinastahili kusonga mbele kwa njia ambayo ni ya kawaida na iliyoinuliwa. {CHSw 549.2}

Vikosi vya kufanya kazi viko wapi? Wanaume na wanawake ambao wameongoka kabisa, wanaume na wanawake wenye utambuzi na mtazamo mzuri, wanapaswa kuwa wakurugenzi. Uamuzi mzuri lazima utekelezwe katika kuajiri watu kufanya kazi hii maalum - watu wanaompenda Mungu na wanaoenenda mbele Zake kwa unyenyekevu wote, watu ambao watakuwa wakala wazuri katika mkono wa Mungu kwa ajili ya kufanikisha jambo analotazamia - la kuinua na kuokoa wanadamu. {CHSw 549.3}

Wainjilisti wa umishenari wa huduma za tiba wataweza kufanya kazi nzuri ya uanzilishi (pioneer work). Kazi ya mchungaji inapaswa kuchanganywa kikamilifu na ile ya mwinjilisti wa mmishenari wa huduma za tiba daktari mkristo anapaswa kuona kazi yake kuwa imeinuliwa kama ile ya huduma ya kichungaji. Anabeba jukumu mara mbili, kwani ndani yake kuna sifa za udaktari na uchungaji wa Injili. Kazi yake ni kubwa, takatifu, na ya lazima sana

(Medical Missionary Worker-Mmishenari wa Tiba). {CHSw 550.1}

Daktari na mchungaji wanapaswa kutambua kuwa wanafanya kazi ileile. Wanapaswa kufanya kazi kwa maelewano kamili. Wanapaswa kushauriana pamoja. Kwa umoja wao watashuhudia kwamba Mungu amemtuma Mwanawe wa Pekee ulimwenguni kuwaokoa wote watakaomwamini kama Mwokozi wao binafsi. {CHSw 550.2}

Matabibu Katika Miji Mikubwa

Matabibu ambao uwezo wao wa kitaalam uko juu ya ule wa daktari wa kawaida wanapaswa kushiriki katika utumishi wa Mungu katika miji mikubwa. Wanapaswa kutafuta kufikia madaraja ya juu. Kuna jambo linafanywa katika mistari hii huko San Francisco, lakini mengi zaidi yanapaswa kufanywa. Hebu kusiwe na maoni potofu juu ya asili na umuhimu wa biashara hizi. San Francisco ni eneo kubwa na sehemu muhimu ya shamba la Bwana. {CHSw 550.3}

Wamishenari wa tiba wanaofanya kazi katika uinjilisti wa tiba wanafanya kazi ya hali ya juu kama vile watenda kazi wenzao wa huduma ya kichungaji. Jitihada zilizowekwa na watenda kazi hawa hazipaswi kuzuiliwa kwa tabaka duni. Tabaka la juu limepuuzwa ajabu. Katika mienendo yao ya juu ya maisha watakutana na wengi ambao wataitikia Ukweli kwa sababu ni thabiti, kwa sababu inabeba muhuri wa tabia ya juu ya Injili. Watu wengi wenye uwezo wakiletwa kazini wataingia kwa nguvu katika kazi ya Bwana. {CHSw 550.4}

Watu Wenye Mali Watasaidia

Bwana anatoa wito kwa wale walio katika nafasi za dhamana, wale ambao amewakabidhi zawadi Zake za thamani, kutumia talanta zao za akili na mali katika huduma Yake. Watenda kazi wetu wanapaswa kuwasilisha kwa uwazi mpango wetu wa kazi mbele za watu hawa, na kuwaambia kile tunachohitaji ili kuwasaidia

masikini na wahitaji na kuanzisha kazi hii katika msingi thabiti. Baadhi ya hawa watavutiwa na Roho Mtakatifu kuwekeza mali za Bwana kwa njia ambayo itaendeleza kazi Yake. Watatimiza kusudi Lake kwa kusaidia kuunda vituo vya mvuto katika miji mikubwa. Watenda kazi wanaovutiwa wataongozwa kujitolea wenyewe katika nyanja mbalimbali ya juhudi za umishenari. Migahawa Inayozingatia kanuni za afya itaanzishwa. Lakini ni kwa uangalifu kiasi gani kazi hii inapaswa kufanywa! {CHSw 551.1}

Kila mgahawa unaozingatia kanuni za afya unatakiwa kuwa shule. Watenda kazi Wake wanapaswa kujifunza na kufanya majaribio kila mara, ili waweze kufanya maboresho katika uandaaji wa vyakula vyenye afya. Katika miji kazi hii ya kufundisha inaweza kupelekwa mbele kwa kiwango kikubwa zaidi kuliko katika maeneo madogo. Lakini katika kila mahali ambapo kuna kanisa, maagizo yanapaswa kutolewa kuhusu utayarishaji wa vyakula rahisi, vyenye afya kwa matumizi ya wale wanaotaka kuishi kulingana na kanuni za matengenezo ya afya. Na washiriki wa kanisa wanapaswa kuwapa majirani zao nuru wanayopokea juu ya mada hii. {CHSw 551.2}

Wanafunzi katika shule zetu wanapaswa kufundishwa mapishi- kupika. Hebu busara na ustadi viletwe katika tawi hili la elimu. Kwa udanganyifu wote wa udhalimu, Shetani anafanya kazi kugeuza miguu ya vijana kuelekea njia za majaribu ambazo huongoza kwenye uharibifu. Lazima tuwatie nguvu na kuwasaidia kuhimili vishawishi ambavyo watakutana navyo kila upande kuhusu uendekezaji wa uchu wa chakula. Kuwafundisha sayansi ya kuishi kwa afya ni kufanya kazi ya umishenari kwa ajili ya Mwalimu wa mbinguni. {CHSw 551.3}

Shule za Upishi Katika Sehemu Nyingi

Shule za kupikia zinapaswa kuanzishwa katika maeneo mengi. Kazi hii inaweza kuanza kwa njia ya unyenyekevu/usahili, lakini kama wapishi wenye maarifa hufanya kadri wawezavyo

kuwaangazia wengine, Bwana atawapa ustadi na uelewa. Neno la Bwana ni: “Msiwazuie, kwa maana nitajifunua kwao kama Mkufunzi wao.” Yeye Atafanya kazi na wale wanaotimiza mipango Yake, akiwafundisha watu jinsi ya kuleta matengenezo katika lishe yao kwa kuandaa vyakula vyenye afya na vya bei rahisi. Kwa hivyo maskini watahimizwa kufuata kanuni za matengenezo ya afya; watasaidiwa kuwa wachapakazi, wenye stadi na watu wanaojitegemea. {CHSw 552.1}

Imewasilishwa kwangu kwamba wanaume na wanawake wenye uwezo walikuwa wakifundishwa na Mungu jinsi ya kuandaa vyakula bora visivyosindikwa wala kukobolewa, vyenye ladha nzuri, na vyenye kupendeza kwa njia inayokubalika. Wengi wao walikuwa vijana, na pia kulikuwa na wale wa umri mkubwa. Nimeagizwa kuhimiza kuendeshwa kwa shule za Upishi katika maeneo yote ambapo kazi ya umishenari wa tiba inafanywa. Kila ushawishi wa kuwaongoza watu kufanya matengenezo lazima ufanyike mbele yao. Hebu kwa nuru nyingi kadri iwezekanavyo wawaangazie. Wafundishe kufanya kila maboresho wanayoyaweza katika kuandaa chakula, na uwatie moyo kuwapa wengine yale wanayojifunza. {CHSw 552.2}

Je! tusifanye yote tuwezayo kuendeleza kazi katika miji yetu yote mikubwa? Maelfu kwa maelfu wanaoishi karibu nasi wanahitaji msaada kwa njia mbalimbali. Hebu wahudumu wa Injili wakumbuke kwamba Bwana Yesu Kristo aliwaambia wanafunzi Wake: ***“Ninyi ni nuru ya ulimwengu. Mji hauwezi kusitirika ukiwa juu ya mlima….” “Ninyi ni chumvi ya dunia; lakini chumvi ikiwa imeharibika itatiwa nini hata ikolee? " Mathayo 5:14, 13.*** {CHSw 552.3}

Bwana Akitenda Kazi

Bwana Yesu atatenda miujiza kwa watu Wake. Katika Marko kumi na sita tunasoma: “Basi Bwana Yesu, baada ya kusema nao, akachukuliwa juu mbinguni, akaketi mkono wa kuume wa Mungu. Nao wale wakatoka, wakahubiri kote-kote, Bwana akitenda kazi

pamoja nao, na kulithibitisha lile Neno kwa ishara zilizofuatana nalo. Mstari wa 19, 20. Hapa tunahakikishiwa kwamba Bwana alikuwa akistahilisha watumishi Wake waliochaguliwa kuchukua kazi ya umishenari wa tiba baada ya kupaa Kwake. {CHSw 553.1}

Kutoka katika kumbukumbu ya miujiza ya Bwana katika kutoa divai kwenye karamu ya harusi na katika kulisha umati, tunaweza kupata somo la umuhimu wa hali ya juu. Biashara ya chakula cha afya ni mojawapo ya vyombo vya Bwana katika kutoa ugavi wa hitaji. Mpaji wa mbinguni wa vyakula vyote hatawaacha watu Wake katika ujinga kuhusiana na utayarishaji wa vyakula bora kwa nyakati na hafla zote. **[Testimonies for the Church 7:110-114 (1900).]** {CHSw 553.12

Njia za Kushinda Chuki

Wale ambao wameijua Kweli kwa muda mrefu wanahitaji kumtafuta Bwana kwa dhati na bidii zaidi, ili mioyo yao ijazwe na uamuzi kufanya kazi kwa ajili ya majirani zao. Ndugu na dada zangu, watembeleeni wale wanaoishi karibu nanyi, na kwa huruma na wema tafuta kufikia mioyo yao. Hakikisha unafanya kazi kwa namna ambayo itaondoa chuki badala ya kuitengeneza. **—Testimonies for the Church 9:34 (1909).** {CHSw 553.3}

SANITARIUMS KAMA VITUO VYA JIJI

[Special Testimonies, Series B 13:11-13 (1906)]

Kama ilivyo kwa Melrose, mojawapo ya faida kuu za nafasi iliyopo Loma Linda ni mandhari yake mazuri na yanayofurahisha. Tunaamini kwamba maeneo yote mawili, ambayo tumepewa mikononi mwetu, ni ili yatumike kwa faida kubwa zaidi kadri inayowezekana kwa madhumuni ya sanitarium. {CHSw 554.1}

Lakini muhimu zaidi 1 kuliko mandhari ya kuvutia, majengo

mazuri, na ardhi pana ni ukaribu wa taasisi hizi na maeneo yenye watu wengi, na hivyo kutoa fursa ya kuwasilisha kwa watu wengi sana, maarifa ya ujumbe wa malaika wa tatu. Tunapaswa kuwa na ufahamu wa kiroho ulio wazi, vinginevyo tutashindwa kuelewa majaliw na mikakati ya ufalme wa Mungu inayofungua njia kwetu kuangazia ulimwengu. Mgogoro mkubwa uko mbele yetu. Sasa ndio wakati wa kutoa na kusambaza ujumbe wa onyo, kwa kutumia njia ambazo Mungu ametupa kwa madhumuni haya. Hebu tukumbuke kuwa mojawapo ya njia muhimu zaidi ni kazi yetu ya umishenari wa tiba. Hatupaswi kamwe kupoteza mtazamo juu ya lengo kuu la kuanzishwa kwa sanitarium zetu—kuendeleza kazi ya mwisho ya Mungu duniani. {CHSw 554.2}

Loma Linda ipo katikati ya eneo lenye utajiri mkubwa, likijumuisha miji mitatu muhimu—Redlands, Riverside, na San Bernardino. Eneo hili lazima lifanyiwe kazi kutoka Loma Linda, kama vile Boston inavyopaswa kufanyiwa kazi kutoka Melrose. {CHSw 554.3}

Wakati New England Sanitarium iliposogezwa kutoka South Lancaster kwenda Melrose, Bwana aliniongoza kwamba jambo hili lilikuwa sehemu ya mpangilio Wake wa ufalme unaoendelea kufunguka. Majengo na ardhi ya Melrose ni ya aina inayopendeza kufanyia kazi yetu ya umishenari wa tiba, ambayo itafanywa sio tu Boston, bali pia katika miji mingi mingine isiyofanyiwa kazi huko New England. Mali na ardhi ya Melrose ni ya namna ambayo inaweza kutoa vifaa vinavyowavutia wale wasiokuwa wa imani yetu. Watu wa tabaka la juu pamoja na watu wa kawaida wataitembelea taasisi hiyo ili kufaidika na fursa zinazotolewa kwa ajili ya kurejesha afya. {CHSw 554.4}

Kazi ya Ushindi Boston

Boston imeonyesha mara kadhaa kuwa ni mahali inayopaswa kufanyiwa kazi kwa uaminifu. Nuru lazima iangaze pembe zote, hadi sehemu zilizofichika zaidi. Melrose Sanitarium ni mojawapo ya njia kuu zinazoweza kutumika kufikisha Ukweli Boston.

Jiji na vitongoji vyake lazima visikie ujumbe wa rehema ya mwisho uliotolewa kwa dunia yetu. Mikutano ya hema lazima ifanyike katika sehemu nyingi. Watenda kazi lazima watumie kwa ufanisi kabisa vipaji ambavyo Mungu amewapa. Karama za neema zitakua zikitumika kikamilifu. Lakini hatupaswi kujivuna au kujiinua nafsi. Hakuna mipaka madhubuti inayopaswa kuwekwa. Acha Roho Mtakatifu awe aongoze watenda kazi. Watu ni lazima waendelee kumtazama Yesu, Mwenye kuanzisha na mwenye kutimiza imani yao. Kazi ya jiji hili kubwa itatambulika kwa kufunuliwa kwa Roho Mtakatifu, iwapo wote watatembea kwa unyenyekevu pamoja na Mungu. {CHSw 555.1}

Tunatumai kwamba wale wanaosimamia kazi New England watashirikiana na wasimamizi wa Melrose Sanitarium kuchukua hatua za ushindi kufanya kazi inayofaa kufanywa Boston. Watenda kazi mia moja wanaweza kufanya kazi vizuri katika sehemu tofauti za jiji, kwa mistari mbalimbali ya huduma. {CHSw 555.2}

Kuukomboa Wakati

Maafa makubwa yanayokumba miji mikubwa yanapaswa kutufanya tuchukue hatua nzito na ya haraka katika kutoa ujumbe wa onyo kwa watu katika maeneo haya yaliyoshonana na watu, wakati bado tunayo fursa. Wakati mzuri zaidi wa kuwasilisha ujumbe wetu katika miji, umepita. Dhambi na uovu vinaongezeka kwa haraka; na sasa tutalazimika kukomboa wakati kwa kufanya kazi kwa dhati na bidii zaidi. {CHSw 555.3}

Kazi ya umishenari wa tiba ni mlango ambao Ukweli unapaswa kupata mpenyo wa kuingia ndani ya nyumba nyingi za mjini. Katika kila jiji kutakuwa na watu watakaothamini Ukweli wa ujumbe wa malaika wa tatu. Hukumu za Mungu ziko karibu. Kwa nini hatutumiki kuamsha hatari, inayowakabili watu wanaoishi

katika miji mikubwa ya Marekani? Watu wetu hawatambui kwa kina kama inavyotakiwa jukumu linalowekwa kwao la kueneza Ukweli kwa mamilioni wanaoishi katika miji ambayo haijaonywa. {CHSw 556.1}

Kuna roho nyingi za kuokolewa. Roho zetu wenyewe lazima zisimame kwa uimara katika maarifa ya Ukweli, ili tuweze kuwashawishi wengine watoke kwenye uongo,ili waingie kwenye Ukweli. Sasa tunahitaji kusoma Maandiko kwa bidii, na tunapokuwa karibu na wasioamini, tunapaswa kumwinua Kristo kama Mpakwa mafuta, Aliyesulubiwa, Aliyefufuka, Mwokozi, aliyethibitishwa na manabii, aliyethibitishwa na waumini, na kupitia Jina Lake tunapata msamaha wa dhambi zetu. {CHSw 556.2}

Tunahitaji sasa imani thabiti katika Ukweli. Hebu na tuelewe kwamba Ukweli ni nini. Muda ni mfupi sana. Miji yote inaangamizwa. Je, tunafanya sehemu yetu kutoa ujumbe utakaowatayarisha watu kwa kuja kwa Bwana wao? Mungu atusaidie kutumia fursa ambazo ni zetu tayari. {CHSw 556.3}

HUDUMA YA KIROHO NA KAZI YA KITIBA

[Appeal for the Work in Australia, Pages 13-15 (1899).]

Misheni za Nyumbani na za nchi za kigeni, zote zinapaswa kuendeshwa kwa kushirikiana na huduma ya Neno la Mungu. Kazi ya umishenari wa tiba haipaswi kufanywa kama jambo lililo huru tofauti na kazi ya huduma ya Injili au huduma ya kichungaji. Watu wa Bwana wanapaswa kuwa wamoja. Hakuna mgawanyiko unaopaswa kuwepo katika kazi Yake. Wakati na rasilimali zinatumiwa katika kazi ambayo inafanywa kwa bidii sana kwa kuegemea upande mmoja. Bwana hakupanga hivi. Yeye Aliwatuma mitume Wake kumi na wawili, na baadaye Sabini, kuhubiri Neno kwa watu, naye aliwapa nguvu ya kuponya wagonjwa na kutoa pepo kwa Jina Lake. Sehemu hizi mbili za kazi haziwezi kugawanywa au kutenganishwa. Shetani

atabuni kila mbinu ili kuwatenga wale ambao Mungu anataka kuwa wamoja. Hatuwezi kuongozwa na mbinu zake. Kazi ya umishenari wa tiba inapaswa kuunganishwa na ujumbe wa malaika wa tatu kama mkono unavyounganishwa na mwili; na elimu ya wanafunzi katika kazi za tiba haikamiliki kama hawajafunzwa kufanya kazi kwa kushirikiana na kanisa na huduma ya Neno. {CHSw 557.1}

Katika huduma ya Neno kuna watu wenye imani na uzoefu, wanaoweza kusema: "***Lile lililokuwako tangu mwanzo, tulilolisikia, tulililoliona kwa macho yetu, tulilolitazama, na mikono yetu ikalipapasa, kwa habari ya Neno la uzima; (na uzima huo ulidhihirika, nasi tumeona, tena twashuhudia, na kuwahubiri ninyi ule uzima wa milele, uliokuwa kwa Baba, ukadhihirika kwetu); hilo tulililoliona na kulisikia, twawahubiri na ninyi; ili nanyi pia mpate kushirikiana nasi: na ushirika wetu ni pamoja na Baba, na pamoja na Mwana wake Yesu Kristo***." **(1 Yohana 1:1-3).** Watu hawa wanapaswa kuwafundisha wengine. {CHSw 557.2}

Kazi ya umishenari ya tiba haipaswi kuwaondoa watu kutoka huduma ya Neno, bali inapaswa kuwaweka watu katika shamba la huduma. Kila mahali ambapo mikutano ya kambi inafanyika, vijana waliopata elimu katika kazi za tiba wanapaswa kuhisi ni wajibu wao kushiriki. Wanapaswa kuhamasishwa kuzungumza, si tu katika nyanja hizi maalum, bali pia kuhusu mambo ya Kweli ya sasa, wakiwapa sababu kwa nini sisi ni Waadventista wa Sabato. Vijana hawa, wakipewa nafasi ya kufanya kazi na wachungaji wazee, watapokea msaada mkubwa na baraka. {CHSw 557.3}

Hakuna kupuuzia au kudharau huduma ya Injili. Hakuna mradi wowote unaopaswa kuendeshwa kwa namna ambayo itafanya huduma ya Neno kuonekana kama jambo la chini. Sio hivyo. Wale wanaopuuza huduma ya Neno, wanampuuza Kristo. Kazi ya juu zaidi kati ya zote ni huduma ya Injili katika nyanja zake zote, na inapaswa kuwa

wazi kwa vijana kwamba hakuna kazi yenye baraka zaidi kutoka kwa Mungu kuliko ile ya mhudumu wa Injili. {CHSw 558.1}

> Hebu vijana wetu wasikatishwe tamaa kuingia katika huduma ya Neno. Kuna hatari kwamba kutokana na maelezo yenye mvuto, baadhi watavutwa kutoka nje ya njia ambayo Mungu anawaagiza waende. Wengine wamehamasishwa kuchukua kozi ya masomo katika nyanja za tiba wakati wangeweza kujiandaa kuingia kwenye huduma ya Neno-huduma ya kichungaji. Bwana anaita watu wengi zaidi wafanye kazi katika shamba Lake. Maneno yaliyosemwa ni, “Imarisheni vituo vya injili: wekeni walinzi waaminifu kila sehemu ya dunia.” Mungu anawaita ninyi, vijana. Yeye Anaita majeshi yote ya vijana wenye shauku, moyo mkuu na ufahamu mahiri, wenye upendo wa kina kwa Kristo na ile Kweli..... {CHSw 558.2}

Si watu wakuu na wasomi ambao huduma inawahitaji, sio wahubiri wenye maneno mazuri au wenye umbuji. Mungu anawaita watu watakaojitoa Kwake ili wapewe Roho Yake. Hitaji la Kristo na ubinadamu ni watu waliotakaswa, wenye moyo wa kujikana nafsi, wanaoweza kwenda nje ya kambi, wakibeba lawama. Wanapaswa kuwa watu wenye nguvu na jasiri, wanaofaa kwa kazi zinazostahiki, na hebu hawa waweke agano na Mungu kwa kujitoa. {CHSw 558.3}

.

SEHEMU YA 12—VIELELEZO KWA KUNDI UMUHIMU WA MFANO SAHIHI

Special Testimonies, Series A 7:36-41 (1896)

Ni jambo la muhimu sana kwa wachungaji na watenda-kazi wa Mungu kuonyesha mfano sahihi. Iwapo wanashikilia na kutekeleza kanuni zisizo thabiti, zisizo imara, mfano wao

hutumika na wale wanaopenda kuzungumza badala ya kutenda, kama kichaka cha kuhalalisha mwenendo wao mbaya. Kila kosa linalofanywa linaumiza moyo wa Yesu na kuharibu ushawishi wa ile Kweli, ambayo ndiyo nguvu ya Mungu kwa wokovu wa roho. Hekalu lote la Shetani linaangalia makosa katika maisha ya wale wanaojaribu kumwakilisha Kristo, na kila upungufu unatumika zaidi kuliko inavyostahili. {CHSw 559.1}

Tahadhari! Usiruhusu mfano wako kuweka roho zingine hatarini. Ni jambo la kutisha kupoteza roho yako mwenyewe, lakini kuendeleza mwenendo unaosababisha kupotea kwa roho za wengine ni baya zaidi. Fikiria kwa makini kuwa ushawishi wetu unaweza kuwa chumvi ya kifo kwa wengine—ni jambo la kutisha, na bado linawezekana. Kwa wingi wa wivu mtakatifu, tunapaswa kulinda mawazo yetu, mwenendo wetu, maneno yetu, tabia zetu, tabasamu zetu, na mazoea yetu ya kila siku. Mungu anataka usafi wa ndani zaidi, wa kibinafsi. Ni kwa kuonyesha tabia Yake tu tunaweza kushirikiana na Yeye katika kazi ya kuokoa roho. {CHSw 559.12}

Thamani ya Maisha Yanayolingana

Watendakazi wa Bwana hawawezi kuwa makini mno kuhusiana na matendo yao yasiyopingana na Maneno yao, kwani maisha endelevu na thabiti pekee ndiyo yanayoweza kuleta heshima. Iwapo matendo yetu yanaendana na mafundisho yetu, maneno yetu yatakuwa na nguvu; lakini kicho kisicho na msingi au kanuni za dhamira njema ni kama chumvi isiyo na ladha. Kusema bila kutenda ni kama shaba iliyo na upatu uvumao. 1 Hakuna maana ya kujaribu kufundisha kanuni ambazo hatuzitekelezi kwa dhamiri zetu. {CHSw

559.3}

Nafsi lazima iwekwe nyuma. Wale wanaojifanya kuwa wa kwanza wanapata elimu ambayo punde inakuwa tabia au asili yao ya pili; na hivi karibuni watashindwa kuelewa kwamba badala ya kuliinua Jina la Yesu, wao wanainua nafsi zao wenyewe, badala ya kuwa njia za maji hai yenye kunyweshea wengine, wanapokea huruma na mapenzi ya wale wanaowazunguka. Huu sio uaminifu kwa Bwana wetu aliyesulubiwa. {CHSw 560.1}

Barua Zenye Kuishi

Sisi ni mabalozi wa Kristo na tunapaswa kuishi, si kuhifadhi sifa yetu, bali kuokoa roho zinazoangamizwa. Juhudi zetu za kila siku zinapaswa kuonyesha kuwa wengine wanaweza kupata Ukweli na haki. Badala ya kujaribu kuvutia huruma kwa wengine kwa kuonyesha kwamba hatuthaminiwi, tunapaswa kusahau nafsi kabisa; na tukikosa kufanya hivyo, kutokana na ukosefu wa utambuzi wa kiroho na kicho cha kweli, Mungu atadai roho za wale ambao tungepaswa kuwahudumia. Yeye Ameweka ruzuku ili kila mtendakazi katika huduma Yake apate neema na hekima, ili awe barua hai, inayojulikana na kusomwa na watu wote. {CHSw 560.2}

Kwa uangalifu na maombi ya dhati, tunaweza kutimiza malengo ambayo Bwana anataka tufikie. Kwa kufanya wajibu wetu kwa uaminifu na bidii, kwa kutunza roho kama wale ambao lazima watoe hesabu, tunaweza kuondoa kila kikwazo katika njia ya wengine. Kwa onyo makini na maombi, na roho zetu zikiwa zimechukuliwa na wasiwasi wa upendo kwa wale walio tayari kuangamizwa, tunaweza kushinda roho kwa Kristo. {CHSw 560.3}

Kumhuzunisha Roho ya Mtakatifu

Ningependa ndugu zangu wote wakumbuke kuwa ni

jambo zito kumhuzunisha Roho Mtakatifu, Naye huumizwa pale ambapo mtu anajitahidi kufanya kazi kwa ajili ya nafsi yake badala ya kuingia katika huduma ya Bwana kwa sababu msalaba ni mzito au kujikana nafsi ni suala kubwa. Roho Mtakatifu anatafuta kuishi ndani ya kila roho. Iwapo atakaribishwa kama mgeni anayeheshimiwa, wale wanaompokea watakuwa kamili katika Kristo. Kazi njema iliyoanza itakamilika; mawazo matakatifu, hisia za mbinguni, na matendo ya aina ya Kristo yatachukua nafasi ya mawazo machafu, mitazamo mibaya, na matendo ya upinzani na uasi. {CHSw 561.1}

Roho Mtakatifu ni mwalimu wa Kiungu. Tukizingatia mafundisho Yake, tutakuwa na hekima hadi kufikia wokovu. Lakini tunapaswa kulinda mioyo yetu vizuri, kwa sababu mara nyingi tunasahau mafundisho ya mbinguni tuliyopokea na tunajaribu kutenda kwa tamaa za asili, za akili zetu zisizowekwa wakfu. Kila mmoja lazima apigane vita yake binafsi dhidi ya nafsi. Zingatia mafundisho ya Roho Mtakatifu. Iwapo hii itafanywa, mafundisho hayo yatapitiwa tena na tena hadi hisia hizo ziwe kama “chuma kilichopandikizwa kwenye jiwe la milele.” {CHSw 561.2}

Kutojali na Upinzani

Bwana amewapa watu Wake ujumbe kuhusu matengenezo ya afya. Nuru hii imekuwa ikimulika njia yao kwa miaka thelathini, na Bwana hawezi kumwendeleza mtumishi Wake katika mwenendo unaokinzana na nuru hii. Yeye Anachukizwa wakati watumishi Wake wanapojitokeza kuupinga ujumbe huu kuhusu afya, ambao amewaamuru wautoe kwa wengine. Je, Yeye anaweza kuridhika wakati nusu ya watenda kazi walioko sehemu fulani wanafundisha kwamba kanuni za matengenezo ya afya ziko karibu sana na ujumbe wa malaika wa tatu kama mkono ulivyo kwa mwili, huku wenza wao, kwa utendaji/matendo yao, wanafundisha kanuni zinazokinzana kabisa? Hii inachukuliwa kuwa dhambi machoni pa Mungu. {CHSw 561.3}

Hakuna jambo linaloleta kukata tamaa zaidi kwa walinzi wa

Bwana kuliko kushirikiana na wale wenye akili na wanaoelewa misingi ya imani yetu, lakini kwa mafundisho na mfano wao, wanaonyesha kutokuwa na hisia juu ya wajibu wa kimaadili. {CHSw 562.1}

Nuru ambayo Mungu ameitoa kuhusu matengenezo ya afya haiwezi kuchezewa bila kuleta madhara kwa wale wanaojaribu kuipuuza; na hakuna mtu anayeweza kuamini kufanikisha kazi ya Mungu wakati kwa mafundisho na mfano wake, anafanya kinyume na nuru ambayo Mungu ameituma. Sauti ya wajibu ni sauti ya Mungu—mwongozo wa ndani ya moyo, umetumwa kutoka mbinguni—na Bwana hatachezewa au kuvumiliwa juu ya masuala haya. Yeye anayepuuza nuru ambayo Mungu ameitoa kuhusu utunzaji wa afya, anapinga manufaa yake mwenyewe na anakataa kumtii Yeye ambaye anafanya kazi kwa ajili ya mema yake, mtu huyo. {CHSw 562.2}

Wajibu wa Mkristo

Ni wajibu wa kila Mkristo kufuata njia ambayo Bwana ametaja kuwa sahihi kwa watumishi Wake. Daima anapaswa kukumbuka kwamba Mungu na uzima wa milele viko mbele yake, na hapaswi kupuuza afya yake ya kiroho na kimwili, hata kama anajaribiwa na mke, watoto, au ndugu wa damu kufanya hivyo. “1 Kings 18:21 ***“BWANA akiwa Ndiye Mungu, mfuateni; bali ikiwa Baali ni Mungu, haya! Mfuateni Yeye.”*** **(1 Wafalme 18:21)** {CHSw 562.3}

WAJIBU WA KUTUNZA AFYA

[Gospel Workers, 239-241, 1915]

Nina huzuni moyoni ninapoona wachungaji wengi dhaifu, wengi wakiwa kwenye vitanda vya ugonjwa, na wengine wakifunga sura za historia yao ya hapa dunia—wanaume waliobeba mzigo wa uwajibikaji katika kazi ya Mungu, ambao moyo wao wote ulikuwa kwenye kazi hiyo. Kuhisi au kusadiki kwamba lazima waache kazi katika injili waipendayo ilikuwa kwao jambo la maumivu zaidi kuliko mateso yao kutokana na ugonjwa, au hata kifo chenyewe. {CHSw 563.1}

Je, si wakati wa kuelewa kwamba mwili/asili haiwezi kudumishwa katika udhalilishaji bila kulalamika? Baba yetu wa mbinguni hataki kuwaweka wanadamu katika maumivu au huzuni. Yeye si mwanzilishi wa ugonjwa na kifo. Yeye Ndiye Chanzo cha uzima; Yeye anataka wanadamu waiishi, Naye anawatakia watii sheria za maisha na afya, ili waishi. {CHSw 563.2}

Wale wanaopokea Ukweli wa sasa na kutakaswa na huo Ukweli wana shauku kubwa ya kuuwakilisha Ukweli katika maisha na tabia zao. Wana shauku ya dhahiri ya roho, kwamba wengine pia waone nuru na kufurahia ndani yake. Kama vile akeshaye anavyotoka, akiwa amebeba mbegu za thamani, akipanda kando ya mito yote, akilia na kuomba, mzigo wa kazi ni mkubwa sana kwa akili na moyo. Hawezi kuendelea na kazi bila kuchoka mapema; roho yake ikivurugika sana. Nguvu na ufanisi vinahitajika katika kila hubiri. Na mara kwa mara, mahitaji ya kuleta vitu vipya na vya kale kutoka hazina ya Neno la Mungu lazima yatekelezwe. Hii itapeleka uhai na nguvu kwa wasikilizaji. Mungu hataki wewe uchoke sana kiasi kwamba juhudi zako zikose uhai. {CHSw 563.3}

Wale wanaoshughulika na kazi za akili bila kupumzika, ama katika masomo au kuhubiri, wanahitaji mapumziko na mabadiliko. Mwanafunzi dhati na makini daima anatumia akili yake kwa bidii, mara nyingi akiwa amesahau mazoezi ya mwili, na matokeo yake nguvu za mwili zinapungua na juhudi za akili zinapunguzwa. Hivyo mwanafunzi hushindwa kufanikisha kazi ambayo angeweza kufanikisha vyema, kama angefanya kazi kwa hekima. {CHSw 563.4}

Kazi za Nje zina Mbaraka

Ikiwa wangefanya kazi kwa akili, wakipatia akili na mwili sehemu inayostahili ya mazoezi, wachungaji hawangeangukia katika ugonjwa kwa urahisi. Ikiwa watenda kazi wetu wote wangeweza kutumia masaa machache kila siku katika kazi za nje, na kujisikia huru kufanya hivyo, ingekuwa baraka kwao; wangeweza kutekeleza

majukumu yao waliyoitiwa, kwa ufanisi zaidi. Ikiwa hawana muda wa kupumzika kikamilifu, wangeweza kupanga na kuomba wakiwa kazini kwa mikono yao, na wangeweza kurudi kazini wakiwa wamepumzika kimwili na kiroho. {CHSw 564.1}

Baadhi ya wachungaji wetu wanaona lazima kila siku wafanye kazi fulani ambayo wanaweza kuripoti kwa Konferensi, na kutokana na kujaribu kufanya hivyo, juhudi zao mara nyingi zinakuwa dhaifu na zisizo na ufanisi. Wanapaswa kuwa na vipindi vya mapumziko, yaani kuwa huru na kazi ngumu. Lakini hivi haviwezi kuchukua nafasi ya mazoezi ya mwili kila siku. {CHSw 564.2}

Ndugu zangu, unapochukua muda kulima bustani yako, ukipata mazoezi unayohitaji kuuweka mwili katika hali nzuri, wewe unafanya kazi ya Mungu kama vile unavyoshiriki mikutano. Mungu ni Baba yetu, anatupenda, na hataki yeyote katik ya watumishi Wake kudhalilisha miili yao. {CHSw 564.3}

Kula Kila Wakati na Changamoto za Mmeng'enyo

Sababu nyingine ya afya mbaya na ukosefu wa ufanisi katika kazi ni mmeng'enyo wa chakula. Ni vigumu kwa akili kufanya kazi kwa ufanisi wakati nguvu za mmeng'enyo zinadhulumiwa. Wengi hula haraka aina mbalimbali za chakula, kinachosababisha vita tumboni na kuchanganya akili. Matumizi ya chakula kisicho na afya, na kula kupita kiasi hata chakula kilicho cha afya, hupaswa kuepukwa. Wengi hula kila wakati bila kujali sheria za afya. Kisha huzuni inafunika akili. Je, watu wanawezaje kuheshimiwa kwa nuru ya Kiungu wakiwa huru kwa tabia zisizo makini, wakiwa wamesahau nuru ambayo Mungu amewapa kuhusu mambo haya? Ndugu zangu, Je, huu sio wakati wa kubadilika katika kuendekeza uchu wa chakula? *"Je! Hamjui, ya kuwa wale washindanao kwa kupiga mbio, hupiga mbio wote, lakini apokeaye tuzo ni mmoja? Pigeni mbio namna hiyo, ili mpate. Na kila ashindanaye katika michezo hujizuia katika yote; basi hao hufanya hivyo kusudi wapokee*

taji iharibikayo; bali sisi tupokee taji isiyoharibika.” 1 Wakorintho 9:24-25. Jifunze kwa makini. {CHSw 564.4}

Hata hivyo, usihisi ni lazima uishi kwa chakula kidogo kilicho na lishe duni. Jifunze mwenyewe unachopaswa kula, aina gani za chakula mwili wako huendana nacho, kisha fuata mwongozo wa akili na dhamiri. Wakati wa chakula, acha mawazo yanayokera na yanayochosha. Usiharakishe kula, ila kula kwa utulivu na kwa furaha, moyo wako ukiwa umejaa shukrani kwa Mungu kwa baraka Zake zote. Na usijihusishe na kazi za akili mara tu baada ya chakula. Fanya mazoezi kwa kiasi na ruhusu tumbo muda wa kuanza kazi yake. {CHSw 565.1}

Hili sio jambo dogo. Ni lazima tuzingatie hili ikiwa tunataka nguvu za afya na hali bora ya kazi. Tabia na ufanisi wa kazi vinategemea sana hali ya mwili ya watenda kazi. Mikutano mingi ya kamati na mikutano mingine ya mashauriano imekuwa na hali mbaya kutokana na hali ya mmeng’enyo wa chakula kwa waliohudhuria. Na mahubiri mengi yamepata taswira mbaya kutokana na mmeng’enyo mbaya wa mchungaji/mhudumu (mhubiri uhubiri vibaya akiwa amevimbiwa). {CHSw 565.2}

Afya ni baraka isiyo na kipimo, na inayohusiana zaidi na dhamiri na dini kuliko watu wengi wanavyofahamu. Ina uhusiano mkubwa na uwezo wa mtu. Kila mchungaji anapaswa kuhisi kwamba ili kuwa mlezi au mlinzi mwaminifu wa kundi lake, lazima ahifadhi nguvu zake zote ili kutekeleza huduma bora zaidi. {CHSw 566.1}

Sote tuna upungufu wa maarifa ya vitendo kuhusu jambo hili. Mfumo wa ajabu wa mwili wa binadamu haupati hata nusu ya uangalizi ule unaotolewa kwa mfumo wa utendaji wa mashine zisizo na uhai. Watu wanatoa miaka ya masomo kujiandaa kwa huduma hii ya kichungaji, lakini wakadhoofisha nguvu zao wakati wa maandalizi hayo kiasi kwamba wanakufa mapema. {CHSw 566.2}

Watenda kazi wetu wanapaswa kutumia maarifa yao ya

sheria za uhai na afya. Wanapaswa kusoma kuanzia sababu hadi matokeo. Jisomee kutoka kwa waandishi bora juu ya masuala haya, na utii kwa uaminifu kile ambacho akili yako inakuambia ni kweli. {CHSw 566.3}

Akili Safi

Mnahitaji akili zilizo safi, zenye nguvu, ili kuthamini tabia iliyoinuliwa ya ile Kweli, kuuthamini upatanisho wa Kristo, na kuweka makisio sahihi juu ya vitu vya milele. Ukitafuta njia mbaya, na kuendekeza tabia mbaya ya kula, na kwa hivyo kudhoofisha nguvu za kiakili, hautaweka makadirio makubwa katika wokovu na uzima wa milele utakaokutia moyo ili maisha yako yapatane na maisha ya Kristo; hautafanya juhudi hizo za dhati, za kujitoa kafara binafsi kwa kupatana kabisa na mapenzi ya Mungu, ambayo Neno Lake linahitaji, na ambayo ni muhimu kukupa usawa wa maadili katika hatua ya mwisho ya kutokufa. **—Testimonies for the Church 2:66 (1868).** {CHSw 566.4}

USAFI WA KIJAMII

Testimonies for the Church 2:450-457 (1868).

Bwana alifanya agano maalum na Israeli ya kale: "Basi sasa, ikiwa mtasikiliza sauti Yangu, na kulishika agano Langu, basi mtakuwa hazina ya kipekee Kwangu kuliko watu wote; kwa maana dunia yote ni Yangu. Nawe utakuwa Kwangu ufalme wa makuhani, na taifa takatifu." Kutoka 19:5,6. Anawahutubia watu Wake wanaoshika amri katika siku hizi za mwisho: ***"Bali ninyi ni mzao mteule, ukuhani wa kifalme, taifa takatifu, watu wa milki ya Mungu; mpate kuzitangaza fadhili Zake Yeye aliyewaita mtoke gizani mkaingie katika nuru Yake ya ajabu." "Wapenzi, nawasihi kama wapitaji na wasafiri, ziepukeni tamaa za mwili zipiganazo na roho 1 Petro 2:9,11."*** {CHSw 567.1}

Sio wote wanaodai kuzishika amri za Mungu wanatawala miili yao katika utakaso na heshima. Ujumbe makini kabisa kuwahi kutolewa kwa bin-Adamu umekabidhiwa watu

hawa, na wanaweza kuwa na ushawishi mkubwa ikiwa watatakaswa na huo ujumbe. Wanakiri kwa midomo kusimama juu ya jukwaa lililoinuliwa la Ukweli wa milele, wakishika amri zote za Mungu; kwa hivyo, ikiwa wanaendekeza dhambi, ikiwa wanafanya uasherati na uzinzi, kosa lao ni kubwa zaidi ya mara kumi kuliko yale makundi niliyotaja, ambayo hayakubali sheria ya Mungu kuwa ina mashiko. Kwa namna ya pekee wale wanaodai kushika sheria ya Mungu wanamvunjia heshima na kuishutumu Kweli kwa kuvunja maagizo yake. {CHSw 567.2}

Uzoefu wa Israeli ni Onyo

Ilikuwa katika kuenea kwa dhambi hiyo hiyo ya uasherati, kati ya Israeli ya kale, ambayo ilileta juu yao dhihirisho la ishara ya kuchukizwa kwa Mungu. Hukumu Zake zilifuata kwa karibu dhambi yao hiyo mbaya; maelfu walianguka, na miili yao iliyochafuliwa na uasherati iliachwa jangwani. "Lakini Mungu hakufurahishwa na wengi wao; maana waliafia nyikani. Sasa mambo haya yalikuwa mifano yetu, ili sisi tusiwe na tamaa ya mambo mabaya, kama vile wao pia walivyoyatamani. Wala msiwe waabudu sanamu, kama vile wengine wao walivyokuwa, kama ilivyoandikwa, Watu walikaa chini kula na kunywa, wakainuka kucheza. Wala tusizini, kama wengine wao walivyozini, na wakaanguka kwa siku moja elfu ishirini na tatu (23,000). Wala tusijaribu Kristo, kama wengine wao walivyomjaribu, na waliangamizwa na nyoka. Wala msinung'unike, kama wengine wao walivyonung'unika, na kuangamizwa na Mharabu/mwangamizi. Sasa mambo haya yote yaliwapata kuwa mifano, na yameandikwa ili kutuonya, ambaye mwisho wa ulimwengu umemjia. Kwa hivyo yeye anayedhani anasimama aangalie asianguke. 1 Wakorintho 10:5-12" **[Testimonies for the Church 2:450-457 (1868).]** {CHSw 567.3}

Vielelezo vya Uchaji-Mungu

Waadventista Wasabato, ulimwenguni, wanapaswa 1 kuzidi watu wengine wote kuwa mifano ya uchaji-Mungu,

utakatifu wa moyo na mazungumzo…. Je! Wale ambao wamemkiri MUNGU kwa hali ya juu wajiingize katika kuendekeza dhambi na uovu, hatia yao itakuwa kubwa sana… Wale ambao hawadhibiti tamaa zao na kuelekea chini kimaadili, hawawezi kufahamu upatanisho au kuweka thamani sahihi juu ya roho. Hawana uzoefu wa wokovu na hata hawauelewi. Kuridhisha shauku ya kinyama ni tamaa kubwa zaidi ya maisha yao. Mungu hatakubali chochote isipokuwa usafi na utakatifu; doa moja, kunyanzi moja, kasoro moja katika tabia, itawazuia milele kutoka mbinguni, na utukufu na hazina zake zote. {CHSw 568.1}

Majaliwa ya mipango ya kutosha ya Mungu yametolewa kwa wote ambao kwa dhati, kwa bidii, na kwa kufikiria kwa makini, wanaanza kazi ya kukamilisha utakatifu katika hofu ya Mungu. Nguvu, neema, na utukufu vimetolewa kupitia Kristo, ili ziletwe na malaika wanaohudumia warithi wa wokovu. Hakuna aliye chini sana kwa uovu, aliye fisadi na mbaya, hivi kwamba hawawezi kupokea kwa Yesu aliyekufa kwa ajili yao, nguvu, usafi, na haki, ikiwa wataondoa dhambi zao, wataacha mwenendo wao wa uovu, na watageuka na kusudi kamili la moyo. kwa Mungu aliye hai. {CHSw 568.2}

Nilirejelewa kwa Andiko hili: “Basi, dhambi isitawale ndani ya miili yenu ipatikanayo na mauti, hata mkazitii tamaa zake; wala msiendelee kuvitoa viungo vyenu kuwa silaha za dhuluma kwa dhambi; bali jitoeni wenyewe kwa Mungu kama walio hai baada ya kufa, na viungo vyenu kwa Mungu kuwa silaha za haki. Warumi 6:12,13" Ninyi mnaodai kuwa ni Wakristo, ikiwa hakuna nuru zaidi mmepewa ila iliyomo katika fungu hili tu, basi hamtakuwa na udhuru ikiwa mtakubali kudhibitiwa na tamaa mbaya. {CHSw 569.1}

Kwa muda mrefu 1 nimekuwa nikitaka kuongea na dada zangu na kuwaambia hivyo, kutokana na kile Bwana amekuwa

radhi kunionyesha mara kwa mara, kuna kosa kubwa miongoni mwao. Hawajali kujiepusha na mionekano yote ya uovu. Sio wote wenye uangalifu na busara katika mwenendo wao, kama inavyofaa wanawake wanaodai ni watauwa (hawana staha na uungwana). Maneno yao hayachambuliwi na kuchaguliwa vizuri kama wale ya wanawake ambao wamepokea neema ya Mungu. Wanajiweka karibu sana na wanaume. Wanakaa karibu nao, huelekea kwao, na wanaonekana kuchagua jamii yao. Wanaridhishwa sana na kutaka kupata umakini na usikivu wa wanaume. {CHSw 569.2}

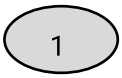
Kutoka kwa nuru ambayo Bwana amenipa, dada zetu wanapaswa kufuata njia tofauti. Wanapaswa kuweka mstari wa mipaka, kuwa na uungwana kwa kutunza hadhi, wasijiweke kimbembele (must be reserved), kuwa na staha (kuwa na soni) zaidi,hebu waonyeshe ujasiri mdogo, na wajihamasishe ndani yao yao "kuwa na haya usoni-soni na kiasi." Wote, kaka na dada huendekeza mazoea ya mazungumzo yenye uchangamfu, urafiki wa karibu, vicheko na futuhi na kisha hupitiliza mpaka kwa kuchangamkiana kwa kupitiliza wakati wakiwa pamoja. Wanawake wanaodai utauwa huendekeza mzaha mwingi, futuhi, na kucheka. Hili halifai na humhuzunisha Roho wa Mungu. Maonyesho haya yanaonyesha ukosefu wa uboreshaji wa Kweli wa Kikristo-yanaonyesha mapungufu ya usafi wa moyo. Hayatii nguvu roho ndani ya Mungu, lakini huleta giza kuu; yanawafukuza malaika safi, waliosafishwa (wasio na mawaa), wa mbinguni nayo huwashusha chini wale wanaojihusisha na makosa haya kwa kiwango cha chini kabisa. {CHSw 569.3}

Dada zetu wanapaswa kuhimiza upole wa Kweli; hawapaswi kuwa mstari wa mbele au kuwa na kimbelembele katika kuzungumza, kuwa wenye ujasiri mbele za wanaume, lakini wenye kujistahi na wasio na kiburi, na wasio wepesi wa kusema. hebu wathamini kuthamini kujiheshimu na kujistahi. Kuwa wenye fadhila, kuona sikitiko

kwa wenye shida, wapole, wenye huruma nyororo, wenye kusamehe, na wanyenyekevu, hii itakuwa inampendeza Mungu. Ikiwa watachukua nafasi hii hawatalemewa na mzigo wa umakini usiofaa kutoka kwa wanaume ndani ya kanisa au nje. Wote watahisi kuwa kuna duara takatifu la usafi karibu na wanawake hawa wanaomcha Mungu, ambalo linawalinda kutokana na uhuru wowote wa wanaume usiofaa katika kuhusiana nao. {CHSw 570.1}

Pamoja na wanawake wengine wanaodai utauwa, kuna uhuru wa ovyo hovyo, wa kihuni, mbaya wa njia ambayo husababisha uovu na kukosa. Lakini wale wanawake wacha Mungu ambao akili na mioyo yao inashiriki katika kutafakari juu ya mada ambazo zinaimarisha usafi wa maisha, na yale ambayo huinua roho kuwasiliana na Mungu, hawatapotoshwa kwa urahisi kutoka kwa njia ya haki na wema. Vile vitaimarishwa dhidi ya ustadi wa Shetani; watakuwa tayari kuhimili sanaa yake ya kutongoza. {CHSw 570.2}

Ubatili na upuuzi, mitindo au fasheni ya ulimwengu, tamaa ya jicho, na tamaa ya mwili zimeunganishwa na anguko la watu wenye bahati mbaya. Yale yanayopendeza moyo wa asili na akili ya mwili hupendwa. Ikiwa mizizi ya tamaa ya mwili ingeng'olewa mioyoni mwao wasingekuwa dhaifu sana. Ikiwa dada zetu wangehisi umuhimu wa kutakasa mawazo yao, basi kamwe hawangeteseka kwa uzembe wa tabia ambao unasababisha matendo yasiyofaa, hawahitaji kuchafua usafi wao wa moyo hata kidogo. Ikiwa wangeona jambo hili kama vile ambavyo Mungu amewasilisha kwangu, wangekuwa na chuki kubwa ya vitendo hivi vichafu, kiasi kwamba wasingepatikana kati ya wale ambao wataanguka kupitia majaribu ya Shetani, bila kujali ni nini kitakachochaguliwa kama chombo cha kuwasilisha makwazo hayo. {CHSw 570.3}

Mhubiri anaweza kuwa 

anashughulika na vitu vitakatifu, vilivyowekwa wakfu, na bado asiwe mtakatifu moyoni. Anaweza kujitoa kwa Shetani kufanya uovu na kuharibu roho na miili ya

kundi lake. Walakini ikiwa akili za wanawake na vijana wanaodai kumpenda na kumcha Mungu zingeimarishwa na Roho Wake Bwana, ikiwa wangezifundisha akili zao usafi wa mawazo na kujielimisha ili kuepuka kila mwonekano wowote wa uovu, wangekuwa salama kutokana na utongozaji wowote usiofaa na kuwa salama kutokana na ufisadi uliowazunguka. Mtume Paulo aliandika juu yake mwenyewe: ***"bali nautesa mwili wangu na kuutumikisha; isiwe, nikiisha kuwahubiri wengine, mwenyewe niwe mtu wa kukataliwa-1 Wakorintho 9:27."*** {CHSw 571.1}

Ikiwa mchungaji au mhudumu wa Injili hathibiti tamaa zake zielekeazo chini kimaadili, ikiwa anashindwa kufuata mfano wa mtume na hivyo aivunjia heshima taaluma yake na imani yake hata kutaja jina la tamaa ya dhambi, dada zetu wanaokiri utauwa hawapaswi kwa kujidanganya hata mara moja wenyewe kwamba dhambi au uhalifu hupoteza uzito wake kwa sababu mchungaji wao pia anathubutu kuifanya. Ukweli kwamba wanaume walio katika nafasi za kuwajibika waweza kuonekana kuipenda dhambi, hii haipaswi kupunguza hatia na ukubwa wa dhambi hiyo akilini mwa mtu yeyote. Dhambi inapaswa kuonekana kama dhambi daima, inapaswa ionekane ni ya kuchukiza, kama ilivyokuwa ikizingatiwa hapo awali; na akili za walio safi katika moyo na walioinuliwa zinapaswa kumchukia na kumkwepa yule anayejiingiza katika dhambi, kama vile ambavyo wangepaswa kumkimbia nyoka ambaye sumu na uchungu wake huleta kifo. **[Testimonies for the Church 2:450-457 (1868).]** {CHSw 571.2}

Patterns of Piety

Patterns of Piety

Those who are 1 waiting for Jesus to come, above all other people in the world, should be patterns of piety, holy in

heart and in conversation.... Should they who make so high a profession indulge in sin and iniquity, their guilt would be very great.... Those who do not control their base passions cannot appreciate the atonement or place a right value upon the soul. Salvation is not experienced or understood by them. The gratification of animal passion is the highest ambition of their lives. God will accept nothing but purity and holiness; one spot, one wrinkle, one defect in the character, will forever debar them from heaven, with all its glories and treasures.

Ample provisions have been made for all who sincerely, earnestly, and thoughtfully set about the work of perfecting holiness in the fear of God. Strength, grace, and glory have been provided through Christ, to be brought by ministering angels to the heirs of salvation. None are so low, so corrupt and vile, that they cannot find in Jesus, who died for them, strength, purity, and righteousness, if they will put away their sins, cease their course of iniquity, and turn with full purpose of heart to the living God....

I was referred to this scripture: "Let not sin therefore reign in your mortal body, that ye should obey it in the lusts thereof. Neither yield ye your members as instruments of unrighteousness unto sin: but yield yourselves unto God, as those that are alive from the dead, and your members as instruments of righteousness unto God." Romans 6:12, 13. Professed Christians, if no further light is given you than that contained in this text, you will be without excuse if you suffer yourselves to be controlled by base passions....

I have long been designing to speak to my sisters and tell them that, from what the Lord has been pleased to show me from time to time, there is a great fault among them. They are not careful to abstain from all appearance of evil. They

are not all circumspect in their deportment, as becometh women professing godliness. Their words are not as select and well chosen as those of women who have received the grace of God should be. They are too familiar with their brethren. They linger around them, incline toward them, and seem to choose their society. They are highly gratified with their attention.

From the light which the Lord has given me, our sisters should pursue a very different course. They should be more reserved, manifest less boldness, and encourage in themselves "shamefacedness and sobriety." Both brethren and sisters indulge in too much jovial talk when in each other's society. Women professing godliness indulge in much jesting, joking, and laughing. This is unbecoming and grieves the Spirit of God. These exhibitions reveal a lack of true Christian refinement. They do not strengthen the soul in God, but bring great darkness; they drive away the pure, refined, heavenly angels and brings those who engage in these wrongs down to a low level.

Our sisters should encourage true meekness; they should not be forward, talkative, and bold, but modest and unassuming, slow to speak. They may cherish courteousness. To be kind, tender, pitiful, forgiving, and humble, would be becoming and well-pleasing to God. If they occupy this position, they will not be burdened with undue attention from gentlemen in the church or out. All will feel that there is a sacred circle of purity around these God-fearing women which shields them from any unwarrantable liberties.

With some women professing godliness, there is a careless, coarse freedom of manner which leads to wrong and evil. But those godly women whose minds and hearts are occupied in meditating upon themes which strengthen

purity of life, and which elevate the soul to commune with God, will not be easily led astray from the path of rectitude and virtue. Such will be fortified against the sophistry of Satan; they will be prepared to withstand his seductive arts.

Vainglory, the fashion of the world, the desire of the eye, and the lust of the flesh, are connected with the fall of the unfortunate. That which is pleasing to the natural heart and carnal mind is cherished. If the lust of the flesh had been rooted out of their hearts, they would not be so weak. If our sisters would feel the necessity of purifying their thoughts, and never suffer in themselves a carelessness of deportment which leads to improper acts, they need not in the least stain their purity. If they viewed the matter as God has presented it to me, they would have such an abhorrence of impure acts that they would not be found among those who fall through the temptations of Satan, no matter whom he might select as the medium.

A preacher may be dealing in sacred, holy things, and yet not be holy in heart. He may give himself to Satan to work wickedness and to corrupt the souls and bodies of his flock. Yet if the minds of women and youth professing to love and fear God were fortified with His Spirit, if they had trained their minds to purity of thought and educated themselves to avoid all appearance of evil, they would be safe from any improper advances and be secure from the corruption prevailing around them. The apostle Paul wrote concerning himself, “But I keep under my body, and bring it into subjection: lest that by any means, when I have preached to others, I myself should be a castaway.” 1 Corinthians 9:27.

If a minister of the gospel does not control his baser passions, if he fails to follow the example of the apostle, and so dishonors his profession and faith as to even name the

indulgence of sin, our sisters who profess godliness should not for an instant flatter themselves that sin or crime loses its sinfulness in the least because their minister dares to engage in it. The fact that men who are in responsible places show themselves to be familiar with sin should not lessen the guilt and enormity of the sin in the minds of any. Sin should appear just as sinful, just as abhorrent, as it had been heretofore regarded; and the minds of the pure and elevated should abhor and shun the one who indulges in sin, as they would flee from a serpent whose sting was deadly

MAZOEZI NA MLO

Testimonies for the Church 3:489-492 (1875).

Wachungaji, watumishi, walimu, na wanafunzi si wenye akili mahiri kama wanavyopaswa kuwa katika suala la umuhimu wa mazoezi ya viungo katika sehemu ya wazi yenye hewa. Wanapuuzia wajibu huo, ambao ni wa muhimu zaidi katika utunzaji wa afya. Wanatumikisha akili zao kwa ukaribu katika vitabu na kula mshahara wa mtu aliyefanya kazi. Kwa tabia hizo baadhi wananenepa ovyo (obese), kwa kuwa mfumo umeziba. Wengine wanakuwa wakengeufu, wanyonge, na wadhaifu kwa sababu nguvu zao za asili zimeharibiwa kwa ulafi wa chakula; ini linaelemewa na hatimaye linashindwa kuondoa uchafu kwenye damu, na matokeo yake ni ugonjwa. Kama mazoezi ya mwili yangejumuishwa pamoja na mazoezi ya kiakili, mzunguko wa damu ungeongezeka, utendaji kazi wa moyo ungekuwa mkamilifu zaidi, takataka zingelitolewa nje, na maisha mapya na nguvu/ari vingeonekana katika kila sehemu ya mwili. {CHSw 572.1}

Mfumo wa Neva Uliovurugwa

Wakati akili za wachungaji, watumishi, walimu

mashuleni, zinapozidi kusisimuliwa katika masomo, na mwili kuachwa bila kazi, neva za hisia zinaelemewa, wakati neva za mwendo zinaachwa bila kazi. Huku uchovu ukiwa katika ogani za kiakili, wanashughulika kupita kiasi na kudhoofika, na ilhali misuli inapoteza ari yake kwa takwa la ajira. Hakuna mwelekeo wa kufanya mazoezi ya misuli kwa kuhusika katika shughuli za kimwili kwa sababu kufanya hivyo kunaonekana kuchosha na kuudhi. {CHSw 572.2}

Wachungaji/watenda kazi wa Kristo, wanaodai kuwa ni wawakilishi wake, wanapaswa kufuata mfano wake, na zaidi ya yote wanapaswa kutengeneza tabia za uthabiti katika kiasi. Wanapaswa kudumisha maisha na kielelezo cha Kristo mbele za watu kwa maisha yao ya kujikana nafsi, kujitoa sadaka, na ukarimu ulio hai (usio na ubinafsi). Kristo alishinda uchu kwa niaba ya mwanadamu, na kwa niaba yake wanapaswa kuonesha mfano wa kuigwa kwa wengine. Wale ambao hawaoni umuhimu wa kuhusika katika kazi ya kushinda tamaa ya chakula watashindwa kupata ushindi wa thamani ambao wangeweza kuupata, na watakuwa watumwa wa uchu na tamaa mbaya, ambayo imejaza kikombe cha maasi ya wote wakaao duniani. {CHSw 572.3}

Kujikana Nafsi na Utendaji Bora

Watu wanaojihusisha na kupeleka ujumbe wa mwisho wa maonyo kwa ulimwengu, ujumbe ambao utaamua hatima ya nafsi za watu, wanapaswa kufanyia kazi kwa vitendo katika maisha yao wenyewe Kweli wanazozihubiri kwa wengine. Wanapaswa kuwa mifano kwa watu katika kula kwao, kunywa kwao, na katika mazungumzo yao na tabia. Ulafi, kuendekeza shauku zisizo na thamani za kumshusha mtu chini kimaadili, na dhambi za kuhuzunisha vimesitirika chini ya mwamvuli wa utauwa kwa wengi wanaojiita kuwa wawakilishi wa Kristo kote ulimwenguni. Kuna watu walio na uwezo wa asili ulio bora sana ambao utendaji kazi wao haufiki hata nusu ya vile ambavyo ingelikuwa kama wangelikuwa na kiasi katika mambo yote. Kuendekeza uchu wa chakula na tamaa kali za mwili hudhoofisha

akili, hupunguza nguvu ya kimwili, na kudhoofisha nguvu ya kimaadili. Mawazo yao sio ya wazi. Maneno yao hayazungumzwi katika nguvu, hayatiwi nguvu ya uweza wa Roho wa Mungu ili yapate kuifikia mioyo ya wanaosikiliza. {CHSw 573.1}

Kama vile wazazi wetu wa kwanza walivyoipoteza Edeni kwa kuendekeza tamaa ya chakula, tumaini letu pekee la kuirejeza Edeni liko katika kujizuia kuliko thabiti katika tamaa ya chakula na shauku kali. Kujizuia katika chakula na kutawala shauku zote kutadumisha ubora wa kiakili na kuleta nguvu ya kiakili na ya kimaadili, inayowawezesha watu kuweka hali zao za asili chini ya utawala wa nguvu za juu zaidi na kutofautisha kati ya lililo baya na lililo jema, lililo takatifu na la kawaida. Wale wote ambao wana utambuzi wa Kweli kuhusu kafara iliyotolewa na Kristo kwa kuacha nyumba yake mbinguni kuja katika ulimwengu huu ili apate kumwonesha mwanadamu jinsi ya kuyapinga majaribu kupitia maisha Yake Mwenyewe kwa uchangamfu watajikana nafsi na kuchagua kuwa washirika pamoja na Kristo katika mateso Yake. {CHSw 573.2}

Kipi Kitadhibiti?

Kumcha Bwana ni mwanzo wa hekima. Wale wanaoshinda kama Kristo alivyoshinda watahitaji kudumu katika kujilinda wao wenyewe dhidi ya majaribu ya Shetani. Uchu wa chakula na shauku kali vinapaswa kuzuiwa na kuwekwa chini ya utawala na dhamiri ya Kweli, iliyoangaziwa ili kwamba akili iwe imara pasipo kulemaa, na nguvu ya utambuzi iwe safi, ili kwamba utendaji wa Shetani na mitego yake visije vikatafsiriwa kuwa ni mibaraka ya Mungu. Wengi wanatamani ijara ya mwisho na ushindi ambavyo watapewa walioshinda, lakini hawapo tayari kuvumilia taabu, ufukara, na kujikana nafsi, kama alivyofanya Mwokozi. Ni kupitia utii na jitihada endelevu peke yake ndipo tutashinda kama Kristo alivyoshinda. {CHSw 574.1}

Nguvu ya uchu inayotawala italeta uharibifu kwa

maelfu ya watu, wakati ambapo, kama wangelipata ushindi katika hili, wangelipata nguvu ya kimaadili ambayo ingeliwafanya kuwa washindi katika kila jaribu la Shetani. Lakini wale ambao ni watumwa wa hamu ya chakula watashindwa kuwa wakamilifu wa tabia ya Kikristo. Uasi endelevu wa mwanadamu kwa miaka elfu sita umeleta ugonjwa, maumivu, na kifo kama matunda yake. Na kwa kadiri tunavyokaribia mwisho wa wakati, jaribu la Shetani la kuendekeza uchu litakuwa na nguvu kubwa zaidi na gumu zaidi kulishinda **[Testimonies for the Church 3:489-492 (1875).]** {CHSw 574.2}

MATENGENEZO YANAYOHITAJIKA

[The Review and Herald, Mei 27, 1902]

Iwapo Waadventista wa Sabato ya Saba wangezingatia yale wanayoamini, ikiwa kweli wangekuwa wafuasi wa matengenezo ya afya, wangeonekana kuwa ni kielelezo kwa ulimwengu, kwa malaika, na kwa wanadamu. Na pia wangeonyesha shauku kubwa zaidi kwa wokovu wa wale ambao hawana ufahamu wa ile Kweli. {CHSw 575.1}

Matengenezo makubwa yanapaswa kuonekana miongoni mwa watu wanaodai wanangojea kuonekana kwa haraka kwa Kristo. Matengenezo ya afya yanapaswa kufanya kazi miongoni mwa watu wetu ambapo bado hayajafanikishwa. Kuna wale ambao wanapaswa kuwa makini na hatari ya kula nyama, lakini bado wanakula nyama za wanyama, na hivyo kuathiri afya ya mwili, akili, na roho. Wengi ambao kwa sasa wameongoka nusu kuhusu kula nyama watatoka miongoni mwa watu wa Mungu, na hawataendelea kutembea pamoja nao. {CHSw 575.2}

Katika kazi zetu zote lazima tufuate sheria ambazo Mungu ametoa, ili nguvu za mwili na roho ziwe sambamba. Watu wanaweza kuonekana kuwa wa watauwa, hata kuhubiri Injili, lakini bado wakiwa hawajasafishwa wala kutakaswa. Wahudumu wanapaswa kuwa na kiasi kabisa katika kula na kunywa, ili wasilete vikwazo kwa miguu yao, wakiwatoa nje wale vilema na dhaifu

kwa imani. Iwapo, huku wakitangaza ujumbe muhimu na wa hofu zaidi ambao Mungu amewapa, watu wanapigana na Kweli kwa kushughulika na tabia mbaya za kula na kunywa, wanapunguza nguvu zote za ujumbe wanaoupeleka. {CHSw 575.3}

Uovu wa Kula Nyama

Wale wanaojiingiza katika kula nyama, kunywa chai ya China, na uroho, wanapanda mbegu za maumivu na kifo. Chakula kisicho na afya kilichowekwa tumboni huimarisha tamaa zinazopigana na roho, zikichochea tamaa za chini. Lishe ya nyama huendeleza tabia ya wanyama. Ukuaji wa tabia ya wanyama hupunguza hali ya kiroho, na kufanya akili kushindwa kuelewa Kweli. {CHSw 575.4}

Neno la Mungu linaonya wazi kwamba kama hatutakwepa tamaa za mwili, asili ya mwili itakabiliana kwa mgogoro na asili ya kiroho. Kula kwa tamaa kunapigana na afya na amani. Hivyo, vita huanzishwa kati ya sifa za juu na za chini za binadamu. Tamaa za kuelekea chini, zenye nguvu na za kipekee, zinatesa roho. Maslahi ya juu zaidi ya mtu yapo hatarini kwa kuingizwa katika tamaa zisizoidhinishwa na Mbingu. {CHSw 576.1}

Umakini katika kuhakikisha tabia sahihi za kula na kunywa ni muhimu sana. Chakula kinacholiwa kinapaswa kuwa kile kitakachotoa damu bora. Viungo nyeti vya mmeng'enyo lazima viheshimiwe. Mungu anatutaka, tuwe na kiasi katika kila jambo, kufanya sehemu yetu katika kudumisha afya. Yeye Hatuwezi kupata nuru ya Mungu ikiwa tunatengeneza tumbo letu kuwa kama choo. Hatasikia maombi ya wale wanaotembea kwenye nuru ya joto la moto wao wenyewe. {CHSw 576.2}

Makosa ya Kawaida Katika Lishe

Kukosa kiasi kunaonekana si tu katika kiasi bali pia katika ubora wa chakula kilicholiwa. Bwana amenifahamisha kuwa kwa ujumla tunapakia tumboni chakula kingi mno. Wengi hujikosesha wenyewe utulivu kwa kula kupita kiasi, na matokeo yake mara nyingi ni

ugonjwa. Si Bwana aliyeleta adhabu hii; wao wenyewe wamejiletea, na Mungu anataka waelewe kuwa maumivu ni matokeo ya dhambi. {CHSw 576.3}

Ikiwa viungo vya mmeng'enyo vitanyanyaswa kila siku, haviwezi kufanya kazi vizuri. Damu isiyo na ubora huundwa, na hivyo, kwa kula vibaya, utendaji mzima wa mwili unashindwa. Tumbo hufanya kazi kidogo. Litapona ikiwa ubora na kiasi cha chakula kinacholiwa, utaheshimiwa. {CHSw 577.1}

Wengi hula haraka mno. Wengine hula mlo mmoja ulio na aina mbalimbali za chakula zisizopatana kwa pamoja. Iwapo wanaume na wanawake wangekumbuka tu jinsi wanavyotesa roho wanapotesa tumbo, na jinsi Kristo anavyovunjiwa heshima wanapotumia tumbo vibaya, wangejinyenyekeza na kutoa nafasi kwa tumbo kupata utendaji wa afya. Wakati tumekaa mezani tunaweza kufanya kazi ya ujumbe wa umishenari wa tiba kwa kula na kunywa kwa utukufu wa Mungu. {CHSw 577.2}

Kula Katika Sabato

Kula katika siku ya Sabato kiasi sawa na kile cha siku ya kazi ni kosa kabisa. Sabato ni siku iliyowekwa kwa ibada ya Mungu, na tunapaswa kuwa makini sana kuhusu lishe yetu. Tumboni lililovurugwa na kuziba, humaanisha ubongo uliovurugwa na kuzibwa. Mara nyingi chakula kinaliwa kwa wingi siku ya Sabato kiasi kwamba akili inakuwa nzito na ya kipumbavu, haioni mambo ya kiroho. Tabia za kula zinaathiri sana masuala ya kidini ya Sabato. Lishe ya Sabato inapaswa kuchaguliwa kwa kicho, na kuzingatia majukumu ya siku, ili huduma safi na takatifu itolewe kwa Mungu. {CHSw 577.3}

Kula kunaathiri dini. Uzoefu wa kiroho unapata pigo kubwa kutokana na jinsi tumbo linavyotendewa. Kula na kunywa kwa mujibu wa sheria za afya huendeleza matendo mema. Lakini iwapo tumbo linanyanyaswa vibaya kwa mazoea

yasiyo na msingi wa asili, Ibilisi hutumia fursa hiyo na kugeuza tumbo kuwa adui wa haki, na kuanzisha usumbufu unaoathiri kiumbe mzima. Mambo matakatifu hayaheshimiwi au kuthaminiwa. Shauku ya kiroho hupungua. Amani ya akili inapotea. Kuna migongano, ugomvi, na kutokuelewana. Maneno yasiyo na uvumilivu husikika na matendo mabaya hufanywa; ufisadi unaendelezwa na hasira huonekana—na yote haya ni kwa sababu neva za ubongo zimechanganyikiwa kutokana na unyanyasaji uliotendwa tumboni. {CHSw 577.4}

Ni huzuni kuwa mara nyingi, wakati kujikana nafsi kungekuwa muhimu zaidi, tumbo hujazwa kwa chakula kisicho na afya, ambacho hubakia hapo na kuoza-kuharibika. Maumivu ya tumbo huathiri ubongo. Mlaji asiyezingatia hatambui kuwa anajikosesha sifa na uwezo wa kutoa ushauri sahihi, uwezo wa kupanga mipango bora kwa maendeleo ya kazi ya Mungu. Lakini hali ndivyo ilivyo. Hawezi kuona mambo ya kiroho, na katika mikutano ya baraza, anapopaswa kusema Ndiyo, husema Hapana. Anapendekeza mambo ambayo hayafai, kwa sababu chakula alichokula kimepunguza nguvu za ubongo wake. {CHSw 578.1}

Matengenezo ya Afya na Hali ya Kiroho

Kutokufuata kanuni madhubuti kumeharibu historia ya watu wa Mungu. Kumekuwa na kushuka mara kwa mara katika matengenezo ya afya, na matokeo yake Mungu anavunjiwa heshima kutokana na ukosefu mkubwa wa hali ya kiroho. Vizuizi vimejengwa ambavyo havingeonekana kama watu wa Mungu wangeenda katika nuru ya Kweli. {CHSw 578.2}

Je, sisi tuliopewa fursa kubwa kiasi hiki tutaruhusu watu wa dunia kutuzidi katika matengenezo ya afya? Je, tutapunguza akili zetu na kutumia vibaya vipaji vyetu kwa kula vibaya? Je, tutakiuka sheria takatifu za Mungu kwa kufuata tabia za ubinafsi? Je, kutokuwa na uthabiti kwetu kutakuwa hadithi ya kejeli? Je, tutaishi maisha yasiyo ya Kikristo kiasi kwamba Mwokozi atahisi aibu

kutuita sisi ndugu? {CHSw 578.3}

Je, hatupaswi badala yake kufanya kazi ya umishenari wa tiba ambayo ni Injili kwa vitendo, tukiishi kwa namna kwamba amani ya Mungu itatawala mioyoni mwetu? Je, hatupaswi kuondoa kila kizingiti katika miguu ya wasioamini, tukikumbuka daima kile kinachofaa kwa utambulisho wa Kikristo? Ni bora zaidi kuachana na jina la Mkristo kuliko kudai jina hilo na wakati huo huo unafuata tamaa mbaya zinazoleta hisia zisizo takatifu. {CHSw 579.1}

Matengenezo Yanayohitajika

Mungu anamwita kila mshiriki wa kanisa atoe maisha yake kwa ajili ya huduma ya Bwana. Yeye Anataka matengenezo yaliyoazimiwa. Uumbaji wote unalia chini ya laana. Watu wa Mungu wanapaswa kujipanga mahali ambapo watakua katika neema, wakitakaswa, mwili, roho, na nafsi, kwa njia ya ile Kweli. Wakati watapokoma kuendekeza tabia zote zinazoharibu afya, wataona kwa uwazi zaidi kinachounda utakatifu wa kweli. Mabadiliko ya ajabu yataonekana katika uzoefu wao wa kidini.... {CHSw 579.2}

"*Naam, tukiujua wakati, kwamba saa ya kuamka katika usingizi imekwisha kuwadia; kwa maana sasa wokovu wetu u karibu nasi kuliko tulipoanza kuamini Usiku umeendelea sana, mchana umekaribia, basi na tuyavue matendo ya giza, na kuzivaa silaha za nuru. Kama ilivyohusika na mchana na tuenende kwa adabu; si kwa ulafi na ulevi, si kwa ufisadi na uasherati, si kwa ugomvi na wivu. Bali mvaeni Bwana Yesu Kristo, wala msiuangalie mwili, hata kuwasha tamaa zake*." — **Warumi 13:11-14** {CHSw 579.3}

VUGUVUGU LA MATENGENEZO

Katika maono ya usiku, maono yalipita mbele yangu ya harakati kubwa za matengenezo kati ya watu wa Mungu. Wengi walikuwa wakimsifu Mungu. Wagonjwa waliponywa, na miujiza mingine ikafanyika. Roho ya maombezi ilionekana, kama

ilivyodhihirishwa kabla ya Siku kuu ya Pentekoste. Mamia kwa maelfu walionekana wakizitembelea familia na kulifunua mbele yao Neno la Mungu. Mioyo ilisukwa-sukwa na kusadikishwa kwa uwezo wa Roho Mtakatifu, na roho ya uongofu wa kweli ikadhihirishwa. Katika kila upande wa milango kuliwekwa wazi kwa ajili ya kuitangaza Kweli. Dunia ilionekana kuangazwa na msukumo wa mbinguni. Baraka kuu zilipokelewa na watu wa Kweli na wanyenyekevu wa Mungu. Nilisikia sauti za shukrani na sifa, na ilionekana kuwa kuna matengenezo kama vile tulivyoyashuhudia mwaka wa 1844. {CHSw 580.1}

Hata hivyo wengine walikataa kuongoka. Hawakuwa tayari kutembea katika njia ya Mungu, na wakati, ili kazi ya Mungu isonge mbele, miito ilitolewa kwa ajili ya matoleo ya hiari, wengine wakang'ang'ania kwa ubinafsi mali zao za duniani. Hawa wenye choyo walijitenga na kundi la waaminio. **—Testimonies for the Church 9:126 (1909).** {CHSw 580.2}

SEHEMU YA 13—UTAKATIFU WA MAISHA
TAA KATIKATI YA GIZA

Bwana ameacha nuru Yake ituangazie katika siku hizi za mwisho, ili utusitusi na giza ambalo limekuwa likikusanyika katika vizazi vilivyopita kwa sababu ya dhambi ya ulafi, iweze kufutiliwa mbali kwa kiasi fulani. na kwamba mlolongo wa maovu ambayo yamesababishwa kwa sababu ya kula sana na kunywa iweze kupunguzwa. {CHSw 581.1}

Bwana kwa hekima amekusudia kuwaleta watu Wake katika nafasi ambayo wangejitenga na ulimwengu kiroho na kiutendaji, ili watoto wao wasiweze kuongozwa kwa urahisi katika ibada ya sanamu na wachafuliwe na uharibifu wa wakati huu. Ni mpango wa

Mungu kwamba wazazi waaminio na watoto wao wasimame kama mawakili hai wa Kristo, raia wa mbinguni wanaotarajiwa. Wote ambao ni washirika wa tabia ya Uungu, wataokolewa na uharibifu uliomo duniani kwa sababu ya tamaa zake. Haiwezekani kwa wale ambao hujishughulisha na uchu wa chakula kufikia ukamilifu wa Kikristo. Hauwezi kuamsha hisia za maadili za watoto wako wakati wewe mwenyewe sio mwangalifu katika uteuzi wa chakula chao. **—Testimonies for the Church 2:339, 400 (1870).** {CHSw 581.2}

Ulimwengu huu ni shule ya mafunzo kwa ajili ya shule ya juu zaidi, maisha haya ni maandalizi ya maisha yajayo. Hapa tunapaswa kujiandaa kwa ajili ya kuingia nyua za mbinguni. Hapa tunapaswa kupokea na kuamini na kutenda Ukweli hadi tuwe tayari kwa ajili ya makao pamoja na watakatifu walio katika nuru. —**Testimonies for the Church 8:200 (1904).** {CHSw 581.3}

SOMO KUTOKA ANGUKO LA SULEMANI

Testimonies for the Church 2:305-307 (1868).

Maisha ya Sulemani yangeweza kuwa ya kukumbukwa na ya ajabu hadi mwisho wake ikiwa wema wake ulihifadhiwa. Lakini aliisalimisha neema hii maalum kwa shauku ya matamanio ya mwili. Katika ujana wake alimtafuta Mungu kwa kumwongoza na alimwamini, na Mungu alimchagulia na akampa hekima iliyoshangaza ulimwengu. Nguvu zake na hekima zilitukuzwa katika nchi yote. Lakini upendo wake kwa wanawake ndiyo ilikuwa dhambi yake. Tamaa hii hakuidhibiti katika utu uzima wake, na ilithibitika kuwa mtego kwake. Wake zake walimpeleka kwenye ibada ya sanamu, na alipoanza kushuka chini katika maisha, hekima ambayo Mungu alikuwa amempa iliondolewa; alipoteza uthabiti wake wa tabia na kuwa kama vijana wahuni akiyumba-yumba kati ya wema na uovu. Katika kuasi kwake kanuni, alijiweka mwenyewe katika mkondo wa uovu na hatimaye akajitenga mbali na Mungu, aliye msingi na chanzo cha nguvu zake. Alitoka

katika kanuni. Hekima kwake ilikuwa ya thamani machoni pake kuliko dhahabu ya ofiri. Lakini, ole! Shauku ya tamaa ilichukua ushindi dhidi yake. Alidanganywa na kurubuniwa na wanawake. Ni somo la pekee kiasi gani kwetu, kuhusu kuchukua umakini na kukesha! Ni shuhuda ya namna gani katika kutufanya tuhitaji nguvu kutoka kwa Mungu mpaka mwisho. {CHSw 582.1}

Katika kupambana na ufisadi wa ndani na majaribu ya nje, hata Sulemani mwenye hekima na mwenye uwezo alishindwa. Sio salama kuruhusu kutoka nje hata kidogo kwenye uadilifu mkamilifu. “Jiepushe na hali yoyote yenye mwonekano wa uovu.” 1 Wathesalonike 5:22. Wakati mwanamke anapokuelezea shida ya familia yake, au analalamika juu ya mumewe, kwa mwanamme mwingine, anakiuka kiapo chake cha ndoa; anamvunjia mume wake heshima na anavunja ukuta uliowekwa kutunza heshima na utakatifu wa mahusiano ya ndoa; anafungua mlango wazi ili kumwalika Shetani kuingia na kuleta majaribu yake yenye sumu kali. Hivi ndivyo shetani angetaka iwe. Kama mwanamke atakuja kwa ndugu Mkristo na hadidhi za ole yake, kukatishwa kwake tamaa na majaribu, daima ungepaswa kumshauri, kama ni lazima kumwambia mtu siri na shida yake, basi amchague mwanamke mwenye kuaminika na hapo hakutakuwa na mwonekano wa dhambi-uovu, mahali ambapo kazi ya Mungu inaweza kuaibishwa. {CHSw 582.2}

Mkumbuke Sulemani, katika mataifa mengi hakukuwa na mfalme kama yeye, kipenzi cha Mungu wake. Lakini alianguka. Aliongozwa kutoka kwa Mungu na kuwa mwovu kupitia shauku ya tamaa. Hii ndio dhambi inayovuma katika kizazi hiki, na uendelevu wake unatia hofu. Wanaodaiwa kuwa ni watunza sabato sio wasafi wa moyo. Kuna wale wanaodai kuwa wanaamini Ukweli ambao ni waovu katika mioyo yao. Mungu atawathibitisha, na upumbavu wao na dhambi yao itaanikwa wazi. Hakuna atakayesimama katika uwepo Wake isipokuwa wale walio safi na wapole. ***“ Ni nani atakayepanda***

katika mlima wa BWANA? Ni nani atakayesimama katika Patakatifu Pake? Mtu aliye na mikono safi na moyo mweupe, Asiyeiinua nafsi yake kwa ubatili, Wala hakuapa kwa hila. Zaburi 24:3,4.” “*BWANA, ni nani atakayekaa Katika hema Yako? Ni nani atakayefanya maskani Yake Katika kilima Chako kitakatifu? Ni mtu aendaye kwa ukamilifu, Na kutenda haki. Asemaye Kweli kwa moyo wake, Asiyesingizia kwa ulimi wake. Wala hakumtenda mwenziwe mabaya, Wala hakumsengenya jirani yake. Machoni pake mtu asiyefaa hudharauliwa, Bali huwaheshimu wamchao BWANA Ingawa ameapa kwa hasara yake, Hayabadili maneno yake. Hakutoa fedha yake apate kula riba, Hakutwaa rushwa amwangamize asiye na hatia. Mtu atendaye mambo hayo Hataondoshwa milele. Zaburi 15:1-5.* [Testimonies for the Church 2:305-307 (1868).] {CHSw 583.1}

USHAURI KWA MADAKTARI NA WAUGUZI

[Special Testimonies, Series B 15:16-23 (1900)]

Bwana ameniagiza niwasilishe Maandiko yafuatayo kwa madaktari wetu;

“*Ndugu, tunakusihini na kuwaonya kwamba mwenende katika Bwana Yesu; kama mlivyopokea kwetu jinsi iwapasavyo kuenenda na kumpendeza Mungu, kama nanyi mnavyoenenda, vivyo hivyo mpate kuzidi sana. Kwa kuwa mnajua ni maagizo gani tuliyowapa kwa Bwana Yesu. Maana haya ndiyo mapenzi ya Mungu, kutakaswa kwenu, mwepukane na uasherati.*” —1 Wathesalonike 4:1-3 *Basi kama mlivyompokea Kristo Yesu, Bwana, enendeni vivyo hivyo*

katika yeye; wenye shina na wenye kujengwa katika Yeye; mmefanywa imara kwa imani, kama mlivyofundishwa; mkizidi kutoa shukrani. Angalieni mtu asiwafanye mateka kwa elimu yake ya bure na madanganyo matupu, kwa jinsi ya mapokeo ya wanadamu, kwa jinsi ya mafundisho ya awali ya ulimwengu, wala si kwa jinsi ya Kristo. **Wakolosai 2: 6-8** {CHSw 584.1}

Madaktari wapo katika nafasi ambapo majaribu yatawajia. Ikiwa hawatakuwa tayari kuhimili jaribu kwa kuzingatia kanuni za Kweli, watashindwa pale Ibilisi atakapowajaribu. Kuna wachungaji wa Injili ambao wapo dhaifu sana kuhimili jaribu. Wanaweza kuwa wamehudumu kwa muda mrefu katika kazi ya huduma ya Injili, na kwa mafanikio makubwa; wanaweza kuwa wameaminika kwa watu, lakini wanapofikiria wao wenyewe wapo imara, wanaonyesha kwamba hawawezi kusimama peke yao bila kushindwa. Wasipozisimamia tabia zao na tamaa zao, wasipokaa upande wa Kristo, watapoteza uzima wa milele. Ikiwa wachungaji wako katika hatari kama hiyo, madaktari wapo katika hatari kubwa zaidi. {CHSw 584.2}

Hatari zinazowakumba madaktari zimefunuliwa mbele yangu. Madaktari walioko katika sanitariam zetu hawapaswi kufikiria kwamba hawamo hatarini. Wapo hatarini kabisa; lakini wanaweza kuepuka hatari zinazowazunguka ikiwa watatembea kwa unyenyekevu na Mungu, wakijihadharisha wasiwe wakarimu kiholela. *"Kwa hiyo anayejidhania kuwa amesimama na aangalie asianguke*." —**1 Wakorintho 10:12.** Nguvu iliyo juu na imara kuliko nguvu ya kianadamu lazima iwe ngome katika taasisi zetu za tiba. {CHSw 584.3}

Waongozaji na Washauri Wenye Uzoefu

Kila sanitarium inapaswa kuwa na mume pamoja na mkewe ambaye ni mtu mzima kiumri, walio imara kama mwamba katika kanuni za kweli, na wanaweza kufanya kazi ya kuwa waongozaji na washauri. Elimu ya wanaume na wanawake katika sanitarium ni kazi

muhimu sana na nyeti, na kama madaktari hawataandaliwa kila mara kwa kazi hii kwa nguvu ya Mungu, watajaribiwa kuangalia miili ya wanawake kwa moyo na akili zisizo takatifu. {CHSw 585.1}

Kila wakati lazima kuwe na wanawake walio na umri wa utu uzima , walioelimika na waliofunzwa kwa kazi hiyo, ambao wana uwezo wa kuwahudumia/kuwatibu wagonjwa wa kike. Bila kujali gharama, wanapaswa kuajiriwa; na kama hawawezi kupatikana, watu wenye tabia na maadili sahihi wapaswa kuelimishwa na kuandaliwa kwa kazi hii. {CHSw 585.2}

Madaktari Wajihadhari

Madaktari lazima wajiepushe na uhuru wowote wa hila au unyenyekevu wa kupita kiasi mbele ya wanawake, iwe walioko katika ndoa au wasio katika ndoa. Wanapaswa kuwa makini na wenye hekima katika tabia zao. Ni bora madaktari wetu wawe wanaume walio katika ndoa, ambao wake zao wanaweza kushirikiana nao katika kazi hii. Daktari na mkewe wanapaswa kuwa na uzoefu wa kweli wa kiroho katika mambo ya Mungu. Ikiwa ni Wakristo watiifu, kazi yao itakuwa ya thamani kama dhahabu safi. {CHSw 585.3}

Roho daima ziko hatarini. Hata madaktari waliopo katika ndoa wanakabiliwa na majaribu. Wengine wameangukia katika mitego ambayo Ibilisi ameandaa kwao. Hakuna hata mmoja kati yetu aliye salama kutokana na hila zake za kushawishi. Wengine wapo wenye ufahamu wa hatari yao, lakini wanatambua kwamba Ibilisi anajaribu kwa hekima kuwapindua, na kwa maombi ya dhati na bidii wanajiandaa kwa wajibu. Wakati tuko katika jumba hili la ghorofa ya chini au katika dunia hii, hebu tuongozwe na nguvu za Mungu. Kupitia majaribu, wanatayarishwa kwa ajili ya mapambano. Wanatakaswa dhambi kwa damu ya Mwana-Kondoo. {CHSw 585.4}

Kumtegemea Yesu 1

Hakuna daktari aliye salama anayesimama kwa nguvu zake

mwenyewe. Madaktari hawapaswi kuingia kazini wakiwa na mawazo yasiyo makini, ya uzembe, yasiyowekwa wakfu au yasiyo na staha. Kila wakati wanapaswa kumtumaini Yeye aliye toa maisha Yake kwa wanadamu waliopotea na anayeheshimu urithi alioulipia kwa damu Yake. Kwa kufanya hivyo, watatambua kwa usahihi thamani ya damu ya Kristo. Watajifunga viunoni kila silaha za mbinguni, ili wajilinde dhidi ya mashambulio ya adui. Hii ni kinga dhidi ya dhambi ambayo daktari lazima aitumie ikiwa anataka kufanikisha kazi yake. {CHSw 586.1}

Miili yetu ni mali ya Mungu. Yeye Alilipa gharama ya ukombozi kwa mwili pamoja na roho.

Au hamjui ya kuwa mwili wenu ni hekalu la Roho Mtakatifu aliye ndani yenu, mliyepewa na Mungu? Wala ninyi si mali yenu wenyewe; maana mlinunuliwa kwa thamani. Sasa basi, mtukuzeni Mungu katika miili yenu —1 Wakorintho 6:19-20 "Mwili si kwa zinaa, bali ni kwa Bwana; Naye Bwana ni kwa mwili."—aya ya 13

Muumbaji anahakikisha mwili wa binadamu unafanya kazi. Kama isingekuwa kwa utunzaji Wake endelevu, mapigo ya moyo yangekoma, moyo usingefanya kazi, na ubongo usingefanya sehemu yake. {CHSw 586.2}

Ubongo ni kiungo na chombo cha akili na unadhibiti mwili wote. Ili sehemu nyingine za mwili ziwe na afya, ubongo lazima uwe na afya. Na ili ubongo uwe na afya, damu lazima iwe safi. Kwa njia ya tabia sahihi za kula na kunywa damu inabaki kuwa safi, ubongo utapata lishe sahihi. {CHSw 586.3}

Hali Zinazoleta Magonjwa

Ni kutokana na kutokuwepo kwa ushirikiano na mpangilio mzuri katika mwili wa binadamu ndiko kunakosababisha magonjwa. Hisia za mawazo na fikra zinaweza kudhibiti sehemu nyingine za mwili na kuleta madhara. 1 Sehemu zote za mwili lazima zishirikiane kwa usahihi. Sehemu tofauti za mwili, hasa zile zilizo mbali

na moyo (mikono, miguu na kichwa), zinapaswa kupokea mzunguko huru wa damu. Viungo vya mwili kama vile miguu na mikono ni muhimu vipewe umakini unaofaa. {CHSw 587.1}

Mungu Ndiye msimamizi na mtunzaji mkuu wa mifumo ya mwili wa binadamu. Katika utunzaji wa miili yetu lazima tushirikiane Naye. Upendo kwa Mungu ni muhimu kwa maisha na afya. Ili kuwa na afya kamili, mioyo yetu lazima ijazwe na matumaini, upendo, na furaha. {CHSw 587.2}

Hisia za tamaa za kuelekea chini, ni dhahiri lazima zilindwe kwa umakini. Akili na fahamu za mwanadamu hunyanyasw vibaya, tena vibaya sana, wakati tamaa zinaporuhusiwa kuendesha mwili kama mwenda-wazimu (msisimko mwingi au hasira, hisia zenye kupitiliza-passion). Wakati tamaa zinapochochewa, damu, badala ya kusambaa kwenda sehemu zote za mwili ili kurahisisha kazi ya moyo na kusafisha akili, inaelekezwa kupita kiasi kwenye viungo vya ndani. Hali hii husababisha magonjwa. Binadamu hawezi kuwa na afya hadi pale dhambi inapoonekana na kutibiwa. {CHSw 587.3}

***Au hamjui ya kuwa yeye aliyeungwa na kahaba ni mwili mmoja naye? Maana asema, Wale wawili watakuwa mwili mmoja. Lakini yeye aliyeungwa na Bwana ni roho moja naye. Ikimbieni zinaa. Kila dhambi aitendayo mwanadamu ni nje ya mwili wake; ila yeye afanyaye zinaa hutenda dhambi juu ya mwili wake mwenyewe.*"** **(1 Wakorintho 6:17-18)**

Usijaribu hata kwa muda mmoja kufikiria. Ibilisi atafurahia kuona mtu akipotezwa na vishawishi. Usijaribu kujadili suala hilo na dhamiri yako dhaifu. Kaa mbali na dhambi. {CHSw 587.4}

Mfano wa Yusufu

Laiti mfano wa Yusufu ungefuatwa na wote wanaodai kuwa wenye hekima, ambao wanahisi wana uwezo wa kutimiza wajibu wa maisha kwa nguvu zao wenyewe. Mwanadamu mwenye hekima hatadhibitiwa na uchu wa chakula, tamaa ya mwili au hisia zake,

bali atadhibiti na kuzidhibiti. Ataenda karibu na Mungu, akijitahidi kuandaa akili na mwili wake ili kutimiza wajibu wa maisha kwa usahihi. {CHSw 588.1}

Ninataka kuwafahamisha madaktari ukweli kwamba hawawezi kufanya kadiri ya matamanio yao kwa mawazo na fikra zao na wakati huo huo wakawa salama katika wito wao. Ibilisi ni mharibifu; Kristo ni mrejeshaji (mkombozi). Ninataka madaktari wetu wote waelewe kabisa jambo hili. Wanaweza kuokoa roho dhidi ya kifo kwa kutumia maarifa waliyojifunza kwa usahihi, au wanaweza kufanya kazi dhidi ya Mjenzi Mkuu. Wanaweza kushirikiana na Mungu, au wanaweza kuharibu/-kukanusha mipango Yake kwa kushindwa kufanya kazi kwa ushirikiano na Yeye. {CHSw 588.2}

Utunzaji wa Afya

Madaktari wote wanapaswa kujiweka chini ya mamlaka ya Daktari Mkuu. Chini ya mwongozo Wake, watafanya yale yanayostahili kufanywa. Lakini Bwana hatatenda muujiza kuwaokoa madaktari wanaoharibu mwili Wake bila kujali au kwa uzembe. Kadri inavyowezekana, madaktari wanapaswa kuzingatia mpangilio katika tabia zao za kula. Wanapaswa kufanya mazoezi kwa kiwango kinachofaa. Wanapaswa kuwa na azimio la kushirikiana na Mjenzi Mkuu. Mungu hufanya kazi, na mwanadamu lazima aendelee kufanya kazi pamoja Naye; kwa kuwa Yeye Ndiye Mwokozi wa mwili. {CHSw 588.3}

Madaktari, kuliko watu wengine wote, wanapaswa kuelewa uhusiano ambao binadamu wanapaswa kuwa nao na Mungu katika utunzaji wa afya na maisha. Wanapaswa kusoma Neno la Mungu kwa bidii, ili wasipuuzie sheria za afya. Hakuna haja ya kuwa dhaifu au kutokuwa na mlingano (kukosa balansi). Chini ya mwongozo wa mamlaka ya mbinguni, wanaweza kusonga mbele kwa njia za wazi na za moja kwa moja. Lakini lazima watoe kipaumbele kikubwa sana kwa sheria za Mungu. Wanapaswa kuhisi kwamba wao ni

mali ya Mungu, kwamba wamenunuliwa kwa gharama, na kwa hivyo wanapaswa kumtukuza Mungu katika kila jambo. Kwa kusoma Neno la Mungu, wanapaswa kuwa macho daima kwamba binadamu ni mali ya Bwana kwa uumbaji na ukombozi. Wanapaswa kusema, “Nitafanya yote niwezayo kuokoa roho na miili ya wale ninaowafanyia kazi.” Wamenunuliwa kwa gharama, hata damu ya Kristo, na lazima nifanye yote niwezayo kuwasaidia. {CHSw 588.4}

Maelekezo ninayowaandikia madaktari wetu ni kwamba lazima wasome Neno la Mungu kwa dhati, na juhudi. Mungu asema, “***Kwa hiyo, Tokeni kati yao, Mkatengwe nao, asema Bwana, Msiguse kitu kilicho kichafu, Nami nitawakaribisha***.” **(2 Wakorintho 6:17)** Tii Neno hili, bila kujali gharama ya hadhi ya kijamii, heshima ya kidunia, au mali ya kidunia. Mtumaini Bwana. Tembea kwa unyenyekevu wote mbele Yake. Ukilishikilia kwa imani neno Lake, nawe unaweza kusonga mbele. {CHSw 589.1}

Epuka Kujionesha

Hakuna daktari anayepaswa kujiamini kutokana na kujionesha kwa nje, samani yake ya kifahari, au mitindo ya kifahari, ili kupata heshima au kuinua Ukweli. Madaktari wanaotumainia vitu hivi wanasukumwa na nguvu kutoka chini. Si ukubwa wa nyumba, uzuri wa samani, au kujionesha kwa nje, unaotoa kiwango halisi kwa sanitarium zetu. Madaktari wanaoshikamana na Mungu watafanya kila wanachoweza kuzidhibiti tamaa ya kujigamba na kujionesha. {CHSw 589.2}

Unyenyekevu, kujikana nafsi, wema, na kutoa zaka kwa uaminifu, hivi vinaonyesha kwamba neema ya Mungu inafanya kazi moyoni. Mwalimu mkuu zaidi, Daktari mkuu zaidi aliyewahi kutambuliwa duniani, alifundisha masomo mengi kuhusu haja ya unyenyekevu. Wafuasi Wake wanapaswa kuleta masomo haya katika maisha ya vitendo. Wanapaswa kuishi maisha ya kujikana nafsi na kujitoa. Kwa wengi hii itakuwa ni uzoefu mpya, lakini wokovu wao unategemea hilo.

"*Akawaita mkutano pamoja na wanafunzi Wake, akawaambia, Mtu yeyote akitaka kunifuata na ajikane mwenyewe, ajitwike na msalaba wake, anifuate.*" **(Marko 8:34)** Kumfuata Kristo huzaa sifa za tabia ya Kristo. Unyenyekevu ni neema adhimu, inayompendeza Mungu kwa namna ya pekee. Kristo asema, ***"Jitieni nira Yangu, mjifunze Kwangu; kwa kuwa Mimi ni mpole na mnyenyekevu wa moyo; nanyi mtapata raha nafsini mwenu.***" **(Mathayo 11:29)** Wanaomfuata Kristo watavishinda vishawishi na watapokea thawabu ya utukufu wa uzima wa milele. Na kwa njia ya Kristo watamtukuza kwa kumpa sifa na utukufu wote. {CHSw 590.1}

Ishi Maisha Matakatifu

Kwa vijana wa kiume na wa kike wanaoandaliwa kuwa wauguzi na waganga nasema: Kaeni karibu na Yesu. Kwa kumtazama Yeye, tunabadilishwa na kufanana na mfano Wake. Kumbukeni kwamba hamuandaliwi kwa ajili ya uchumba au ndoa, bali kwa ajili ya arusi ya Kristo. Unaweza kuwa na maarifa ya kinadharia ya Kweli, lakini hiyo pekee haiwezi kukuokoa. Ni lazima ujue kwa uzoefu uovu wa dhambi na jinsi unavyomuhitaji Yesu kama Mwokozi binafsi. Ni kwa njia hii tu unaweza kuwa mwana au binti wa Mungu. Sifa yako ya pekee ni uhitaji wako mkuu. {CHSw 590.2}

Wale wanaoteuliwa kujiunga na masomo ya uuguzi katika sanitarium zetu wanapaswa kuchaguliwa kwa hekima. Wasichana walio na tabia ya juu juu wasihamasishwe kuingia katika kazi hii. Vijana wengi wanaojitokeza wakitamani kuelimishwa kama waganga hawana sifa za tabia zitakazowawezesha kustahimili majaribu ya kawaida kwa kazi ya uganga. Ni wale tu wanaoonyesha dalili za kustahili kazi kuu ya kufundisha kanuni za matengenezo ya Kweli ya afya ndio wanaopaswa kukubaliwa. {CHSw 590.3}

Vijana wa kike walio kujilinda kwa makini sana. katika taasisi zetu wanapaswa Katika maneno na matendo yao,

waonyeshe heshima na kujistahi na kuwa kiasi, wasiwe na kimbembele. Kamwe, wanapozungumza na mtu aliyeoa, wasioneshe ukaribu wa aina yoyote au mazoea yenye mwonekano wa uovu. Kwa dada zangu waliounganishwa sanitarium nasema: vaeni silaha za kiroho. Mnapoongea na wanaume, kuweni wema na wenye adabu, lakini msijiachie huru kupita kiasi. Macho ya makini yanawatazama, yakihukumu mwenendo wenu kuona kama kweli ninyi ni watoto wa Mungu.Hebu muwe waungwana na wenye staha- Kuweni kielelezo. Endeleeni kuvaa silaha za mbinguni; la sivyo, kwa ajili ya Kristo, achaneni na sanitarium—mahali ambapo roho zilizovunjika zinapaswa kupata hifadhi. Wale walio katika taasisi hizi lazima wajitunze na kuwa macho kila wakati. Kwa maneno au kwa matendo wasitoe nafasi yoyote kwa watu waovu kunena vibaya juu ya ukweli. {CHSw 591.1}

Kuna falme mbili katika dunia hii: ufalme wa Kristo na ufalme wa Shetani. Kila mmoja wetu ni wa ufalme mmoja kati ya hizo. Katika ombi Lake ya pekee kwa ajili ya wanafunzi Wake, Kristo alisema: *"Mimi siombi kwamba uwatoe katika ulimwengu; bali uwalinde na yule mwovu. Wao si wa ulimwengu, kama Mimi nisivyo wa ulimwengu. Uwatakase kwa ile Kweli; Neno Lako ndiyo Kweli."* (Yohana 17:15-18). {CHSw 591.2}

Kueneza Mvuto Unaookoa

Siyo mapenzi ya Mungu kwamba tujitenge na dunia. Bali, tukiwa ndani ya dunia, tunapaswa kujitoa wakfu kwa Mungu, kutakaswa. Hatujaitwa kuiga dunia. Tupo duniani ili tuwe mvuto sahihi, kama chumvi inayotunza ladha yake. Miongoni mwa kizazi kichafu, kiovu, na cha kuabudu sanamu, tunapaswa kuwa safi na watakatifu, tukionyesha kwamba neema ya Kristo ina uwezo wa kurejesha kwa mwanadamu sura ya Mwenyezi Mungu. Tunapaswa kueneza mvuto wa kuokoa duniani. {CHSw 592.1}

"Na huku ndiko 1 *kushinda kuushindako ulimwengu,*

hiyo imani yetu." **(1 Yohana 5:4).**

Dunia imekuwa nyumba ya ukoma wa dhambi, ghuba ya uharibifu. Haiwatambui watoto wa Mungu kwa kuwa haimtambui Yeye. Hatujaitwa kuenenda kwa njia zake wala kufuata desturi zake. Daima tunapaswa kupinga kanuni zake dhaifu. Kristo aliwaambia wafuasi Wake: ***"Nuru yenu na iangaze mbele ya watu, wapate kuyaona matendo yenu mema, na kumtukuza Baba yenu aliye mbinguni."*** **(Mathayo 5:16).** Nl wajibu wa madaktari na wauguzi ni kuangaza kama nuru katikati ya mvuto wa uharibifu wa dunia. Wanapaswa kushikilia kanuni ambazo dunia haiwezi kuzipotosha. {CHSw 592.2}

Ili kanisa liwe na afya, lazima liundwe na Wakristo wenye afya. Lakini katika makanisa na taasisi zetu kuna Wakristo wengi dhaifu. Nuru ambayo Bwana amenipa imeelezwa wazi katika sura ya tatu ya Wafilipi. Sura hii inapaswa kusomwa kwa makini na kutafakariwa. Mafundisho yaliyomo ndani yake yapaswa kutekelezwa kwa vitendo. {CHSw 592.3}

Yeye anayeshirikiana na Tabibu Mkuu atatunza mishipa ya fahamu, viungo, na misuli katika hali bora ya afya. Ili Mfumo wa utendaji kazi wa mwili ufanye kazi yake ipasavyo, unahitaji uangalizi makini. Utendaji wa pamoja wa sehemu zake mbalimbali lazima udumishwe kwa usawa. {CHSw 592.4}

Uwe Imara Katika Bwana

Vivyo hivyo na roho pia. Moyo lazima ulindwe na kutunzwa kwa makini. "***Kwa kuwa itamfaidia mtu nini kuupata ulimwengu wote, akipata hasara ya nafsi yake?"*** **(Marko 8:36, 37).** Kristo hana budi kukaa ndani ya moyo kwa imani. Neno Lake ndilo mkate wa uzima na maji ya wokovu. Kutumainia utimilifu wa ahadi Zake kunakuja kwetu kupitia ushirika wa daima na Mungu. Kwa kula mwili na kunywa damu ya Kristo tunapata nguvu za kiroho. Kristo hutoa damu ya uzima kwa moyo, na Kristo pamoja na Roho Mtakatifu hutoa nguvu na uthabiti wa kiakili. Tumezaliwa upya katika tumaini

lililo hai, tumejazwa na nguvu ya kufufua ya asili mpya, hivyo roho inawezeshwa kupaa juu na zaidi. Ombi la Paulo kwa Mungu kwa ajili ya Waefeso ilikuwa: “Bwana ***awajalieni, kwa kadiri ya utajiri wa utukufu Wake, kufanywa imara kwa nguvu, kwa kazi ya Roho Wake katika utu wa ndani. Kristo akae mioyoni mwenu kwa imani mkiwa na shina na msingi katika upendo; ili mpate kufahamu pamoja na watakatifu wote jinsi ulivyo upana, na urefu, na kimo, na kina; na kuujua upendo Wake Kristo, upitao ufahamu kwa jinsi ulivyo mwingi, mpate kutimilika kwa utimilifu wote wa Mungu***.” **(Waefeso 3:16-19).** {CHSw 593.1}

Baraka ya neema imetolewa kwa wanadamu ili ulimwengu wa mbinguni na ulimwengu ulioanguka uone, kwa namna ambayo kusingewezekana vinginevyo, ukamilifu wa tabia ya Kristo. Tabibu Mkuu alikuja ulimwenguni mwetu kuwaonyesha wanaume na wanawake kwamba kupitia neema Yake wanaweza kuishi namna ambayo katika siku kuu ya Mungu watapokea ushuhuda wa thamani: ***“Na ninyi mmetimilika katika Yeye Wakolosai 2:10.”*** {CHSw 593.2}

Madaktari wanapaswa kudhihirisha sifa za Kristo, wakidumu kwa uthabiti katika kazi ambayo Mungu amewakabidhi. Kwa wale wanaofanya kazi hii kwa uaminifu, malaika huagizwa kuwapa maono mapana zaidi ya tabia na kazi ya Kristo, pamoja na nguvu Zake, neema, na upendo Wake. Kwa njia hiyo wanashiriki katika mfano Wake, na siku baada ya siku hukua hadi kufikia kimo kamili cha wanaume na wanawake walio katika Kristo. Ni haki ya watoto wa Mungu kuwa na uelewa unaopanuka daima wa ile Kweli, ili wapate kuingiza upendo kwa Mungu na mbingu katika kazi yao, na kuvuta shukrani kutoka kwa wengine kwa Mungu kwa sababu ya utajiri wa neema Yake. {CHSw 593.3}

Tunayo sababu ya kutoa shukrani ya milele kwa Mungu kwa kuwa Yeye ametupa mfano mkamilifu. Kila Mkristo anapaswa kujitahidi kwa dhati na bidii kufuata nyayo za Mwokozi. Tunapaswa kutoa sifa za shukrani na shukrani ya dhati kwa kutupatia

Msaidizi hodari namna hii, kinga dhidi ya kila kishawishi, dhidi ya kila aina ya upotovu katika mawazo, matendo, na maneno. {CHSw 594.1}

Ulinzi wetu pekee dhidi ya kuanguka dhambini ni kujiweka daima chini ya ushawishi unaounda wa Roho Mtakatifu, huku tukijishughulisha kwa bidii katika kazi ya ile Kweli na utakatifu, tukitimiza kila wajibu tuliopewa na Mungu, bila kubeba mzigo ambao Mungu hajatuwekea. Madaktari wanapaswa kusimama imara chini ya bendera ya ujumbe wa malaika wa tatu, wakipigana vita vizuri vya imani kwa ustahimilivu na ushindi, wakitegemea silaha za mbinguni, yaani silaha ya Neno la Mungu, bila kusahau kamwe kwamba wana kiongozi ambaye hajawahi na hataweza kushindwa na uovu. {CHSw 594.2}

GHARAMA YA AFYA

Afya inaweza kupatikana kwa kuwa na mazoea sahihi ya maisha na inaweza ikafanywa itoe riba na riba jumuishi. Lakini mtaji huu, wa thamani zaidi kuliko amana yoyote ya benki, unaweza ukaangamizwa au kutolewa dhabihu kwa kutokuwa na kiasi katika kula na kunywa, au kwa kuacha viungo kupata kutu kwa kutotumbiwa au pasipo kuwajibika. Kudekeza lazima kuachwe; uvivu unapaswa kushindwa. {CHSw 595.1}

Sababu inayowafanya watumishi wetu wengi kulalamika kuugua ni kushindwa kufanya mazoezi ya kutosha na na kuendekeza maisha ya ulafi. Hawatambui kwamba mwelekeo huo unahatarisha afya kwa kiasi kikubwa. Wale ambao, kama wewe, ni goigoi/watepetevu katika kiasi, wanapaswa kula kwa kiwango kidogo sana na wasiache mazoezi na kazi za mikono. Wengi wa watumishi wetu wanachimba makaburi yao kwa meno yao wenyewe. Mfumo, wa kushughulikia mzigo mzito uliopo katika ogani za kumeng'enya chakula, huteseka, na uzani mkali huwekwa kwenye ubongo. Kwa kila kosa linalofanywa kinyume na sheria za afya, mvunjaji wa sheria lazima alipie adhabu katika mwili wake mwenyewe. {CHSw 595.2}

MtumePaulo alipokuwa hahubiri, alijitahidi sana kufanya kazi ya kutengeneza mahema. Hili alilazimika kulifanya kwa sababu ya kukubali ukweli usiopendwa na wengi. Kabla ya kuukubali Ukristo alikuwa ameshika cheo cha juu na hakuwa tegemezi kwa kazi yake. Ilikuwa ni desturi miongoni mwa Wayahudi kuwafundisha watoto tasnia/stadi-kazi fulani, hata kama wangekuwa na wadhifa wa juu kiasi gani, ili kwamba yatokeapo mabadiliko yoyote yale ya mambo yasiwaache wakiwa katika hali ya kushindwa kujikimu. Kulingana na desturi hii Paulo alikuwa mtengenezaji wa mahema, na wakati mali zake zikiwa zimetumika kwa ajili ya kuendeleza kazi ya Kristo na kwa ajili ya kujikimu, aliingia kwenye tasnia/biashara yake ili apate kujikimu. **—Testimonies for the Church 4:408, 409 (1880).** {CHSw 595.3}

USAHILI KATIKA MAVAZI

Testimonies for the Church 4:628-647 (1875).

Tunapoona dada zetu wakitoka kwenye usahili wa mavazi, na kukuza upendo kwenye mitindo ya ulimwengu, tunahisi taabu imekuja. Kwa kuchukua hatua katika mwelekeo huu wanajitenga na Mungu na wanapuuza mapambo ya ndani. Hawapaswi kuhisi kuwa na uhuru wa kutumia muda waliopewa na Mungu katika mapambo yasiyofaa ya mavazi yao. Ni bora kiasi gani kama muda huo ungetumiwa katika kuyachunguza Maandiko, na hivyo kupata maarifa kamili ya unabii na masomo ya vitendo ya Kristo. {CHSw 596.1}

Kama Wakristo, hatupaswi kushiriki katika kazi yoyote ambayo hatuwezi kuomba baraka za Bwana kwa dhamiri isiyoshitakiwa. Je! ninyi, dada zangu, katika kazi isiyo ya lazima mnapovaa nguo zenu, mnajisikia kuwa na dhamiri safi? Je! wakati mnapotatanisha akili juu ya mapambo ya mavazi kama marinda, lesi zilizotariziwa na utepe (ribbon), mnaweza kuinua roho kwa Mungu kwa maombi kwamba azibariki juhudi zenu? Wakati uliotumiwa kwa mema kwa wengine na njia hii unaweza kujitolea kufanya kukuza akili zenu wenyewe. {CHSw

596.2}

Dada zetu wengi ni watu wenye uwezo mzuri, na ikiwa talanta zao zingetumika kwa utukufu wa Mungu wangefanikiwa kuzileta roho nyingi kwa Kristo. {CHSw 596.3}

Hasa wake wa wachungaji wetu wanapaswa kuwa waangalifu wasiondoke kwenye mafundisho yaliyo wazi ya Biblia juu ya mavazi. Wengi huyatazama maagizo haya kama ya kizamani (old fasheni) sana kuweza kutiliwa maanani; lakini Yeye ambaye aliwapatia wanafunzi wake alielewa hatari itokanayo na upendo wa mavazi katika wakati wetu na akatutumia barua ya onyo. Je! Tutatii onyo na kuwa wenye busara? Ubadhirifu katika mavazi unaongezeka kila wakati. Mwisho bado. Mtindo unabadilika kila wakati, na dada zetu hufuata kwenye njia yake, bila kujali muda au gharama. Kuna fedha nyingi zinazotumika juu ya mavazi, wakati zinapaswa kurudishwa kwa Mungu anayetoa. {CHSw 596.4}

Uvaaji kwa Kufuata Mitindo ni Kikwazo

Mavazi sahili/rahisi na safi ya tabaka la maskini mara nyingi huonekana tofauti sana na mavazi ya akina dada matajiri zaidi, na tofauti hii mara nyingi husababisha hisia za masikini kuona aibu. Wengine hujaribu kuiga dada zao ambao ni matajiri zaidi, na kuweka marinda ya mitindo mbalimbali kwenye vitambaa vyenye ubora au viwango vidogo, alimradi wakakaribie wale madada matajiri kwa mavazi. Wasichana maskini, wanaopokea dola mbili kwa wiki kwa kazi yao, wanatumia kila senti katika kuvaa kama watu wengine ambao hawalazimiki kujitafutia riziki. Vijana hawa hawana cha kuweka katika hazina ya Mungu. Na muda wao umechukuliwa sana katika kufanya mavazi yao yawe ya mtindo kama ya dada zao kiasi kwamba hawana muda wa kuboresha akili, katika kusoma Neno la Mungu, kwa sala ya siri, au kwa mkutano wa maombi.

Akili imechukuliwa kabisa na kupanga jinsi ya kuonekana kama dada zao. Ili kutimiza lengo hili, afya ya mwili, akili, na maadili hutolewa dhabihu. Furaha na upendeleo wa Mungu huwekwa juu ya madhabahu ya mitindo. {CHSw 597.1}



Wengi hawatahudhuria ibada ya Mungu siku ya Sabato kwa sababu mavazi yao yangeonekana kuwa tofauti na ya dada zao Wakristo wanaotokezea kwa mtindo na mapambo. Je! Dada zangu watazingatia haya mambo jinsi yalivyo, na je! Watatambua kabisa uzito wa ushawishi wao kwa wengine? Kwa kutembea katika njia iliyokatazwa wenyewe, wanawaongoza wengine kwa njia ile ile ya kutotii na kurudi nyuma. Unyenyekevu wa Kikristo hutolewa kafara kwa maonesho ya nje. Dada zangu, Je, tutabadilishaje haya yote? Je! Tutajiokoa/tutaponaje vipi kutoka kwenye mtego wa Shetani na kuvunja minyororo ambayo imetufunga katika utumwa wa mitindo? Je! Tutapataje fursa zetu zilizopotea? Je, Tutaletaje nguvu zetu katika hatua ya afya, na nguvu? Kuna njia moja tu, nayo ni kuifanya Biblia kuwa kanuni yetu ya maisha. **[Testimonies for the Church 4:628-647 (1875).]** {CHSw 597.2}

Wengi huvaa kama ulimwengu ili kuwa na ushawishi juu ya watu wasioamini, lakini hapa wanafanya makosa ya kusikitisha. Ikiwa wangekuwa na ushawishi wa Kweli na wa kuokoa, hebu na waishi sawa na imani yao, waoneshe imani yao kwa matendo yao ya haki, na waweke tofauti kati ya Mkristo na ulimwengu. Maneno, mavazi, matendo, yanapaswa kuzungumza kwa niaba ya Mungu. Ndipo ushawishi mtakatifu utamwagwa juu yao wote wanaowazunguka, na hata wasioamini watatambua kwamba wamekuwa pamoja na Yesu. Ikiwa mtu yeyote anataka kupendezwa na ushawishi wao kwa ile Kweli, hebu waishi sawa na madai ya imani yao na kwa hivyo waige Mfano wa unyenyekevu. {CHSw 598.1}

Kiburi, ujinga, na upumbavu ni marafiki pacha wa kila wakati. Bwana hukasirishwa na kiburi kinachooneshwa miongoni mwa wanaodai kuwa wafuasi Wake. Yeye Anachukizwa na kufuata kwao mitindo isiyofaa, isiyo na afya, isiyo na kiasi, isiyo na adabu, na mitindo ya gharama ya kizazi hiki kiovu. {CHSw 598.2}

Ili kuwalinda watu wa Mungu kutokana na ushawishi mbaya wa ulimwengu, na pia kukuza afya ya mwili na maadili, matengenezo ya mavazi yaliletwa kati yetu. Haikukusudiwa kuwa nira ya utumwa, bali baraka; sio kuongeza kazi, bali kuokoa kazi; sio kuongeza gharama ya mavazi, bali kuokoa gharama. Ingetofautisha watu wa Mungu na ulimwengu, na kwa hivyo kutumika kama kizuio dhidi ya mitindo na uovu wake. Yeye anayejua mwisho tangu mwanzo, ambaye anaelewa asili yetu na mahitaji yetu, - Mkombozi wetu mwenye huruma, - aliona hatari na shida zetu, na alijishusha chini na kutupatia onyo na maagizo kwa wakati unaofaa kuhusu tabia zetu za maisha, hata katika uchaguzi sahihi wa chakula na mavazi. {CHSw 598.3}

Shetani kila wakati anaunda mtindo mpya wa mavazi ambao utathibitisha kuumiza afya ya mwili na maadili; naye hjiinua akifurahi anapoona wale wanaojiita Wakristo wakikubali kwa shauku mitindo aliyoibuni. Kiasi cha mateso ya mwili kilichokusudiwa na mavazi yasiyo ya asili na yasiyofaa hakiwezi kukadiriwa. Wengi wamekuwa vilema maisha yote kwa kufuata kwao matakwa ya mitindo. Maumivu ya mwili na ulemavu, saratani na magonjwa mengine mabaya, ni kati ya maovu yanayotokana na mavazi ya mtindo ya sketi na magauni ya Hoop. {CHSw 599.1}



1





Miongoni mwa mitindo hii hatari kulikuwa na uvaaji wa magauni marefu au sketi refu sana zilizokuwa kama mwamvuli (hoops-angalia picha kwenye google), ambazo mara nyingi zilisababisha mwonekano usiofaa wa mtu huyo. Kinyume na hili yaliwasilishwa mavazi nadhifu, yenye adabu/kiasi. ya kupendeza, ambayo yangefanya waache yale magauni marefu ya hoops (hups) sana na sketi zilizoburuza ardhi, na kutoa mavazi sahihi kwa miguu na mikono. Lakini matengenezo ya mavazi yalikuwa zaidi ya kufupisha mavazi na kufunika miguu na mikono. Yalijumuisha kila kifungu cha mavazi juu ya mtu huyo. Yaliinua uzito kutoka kwenye viuno kwa kuiweka sketi kutoka kwenye mabega. Yaliondoa gagulo au chupi iliyobana sana (corset nguo za ndani), ambazo ilikandamiza mapafu, tumbo, na viungo vingine vya ndani, na kusababisha kupinda kwa mgongo na mlolongo usio na idadi wa magonjwa. Matengenezo yahusuyo mavazi yanayofaa huleta ulinzi na ustawi wa kila sehemu ya mwili. (gagulo za ndani zilitengenezwa kwa nyaya za chuma au mifupa ya nyangumi ili kuinua sketi/gauni liwe kama mwavuli nazo zilikuwa zinabana kama fasheni ya kupendwa, kwamba kiuno kionekane ni kidogo sana mtu akivaa sketi hizo za mwamvuli au hoops kama zilivyoitwa). {CHSw 599.2}

Uvaaji Wetu ni Ushuhuda

Nafsi nyingi ambazo zimeongozwa kuamua 1 zilikuwa na hakika ya Ukweli dhidi ya Ukweli kwa sababu ya kiburi

na upendo wa ulimwengu uliooneshwa na dada zetu. Mafundisho yaliyohubiriwa yalionekana wazi na yenye usawa, na wasikiaji walihisi kwamba msalaba mzito lazima uinuliwe na wao katika kubeba Ukweli. Wakati watu hawa walipoona dada zetu wakifanya maonesho mengi katika mavazi, walisema: "Watu hawa huvaa kama sisi kabisa. Hakika hawawezi kuamini kile wanachokiri; na, baada ya yote, lazima wadanganyike. Ikiwa kweli walidhani kwamba Kristo angekuja hivi karibuni, na kesi ya kila nafsi ingeamuliwa kwa uzima wa milele au kifo, wasingeweza kutumia wakati na pesa kuvaa kulingana na mitindo iliyopo.” Akina dada hao wanaojiamini kuwa waumini hawakujua sana kama mavazi yao yalikuwa mahubiri! {CHSw 599.3}

Maneno yetu, matendo yetu, na mavazi yetu ya kila siku ni wahubiri wanaoishi, wanaokusanya pamoja na Kristo au kutawanya mbali. Hili sio jambo dogo linalopaswa kupitishwa na mzaha. Somo la mavazi linahitaji tafakari nzito na sala nyingi. {CHSw 600.1}

Tusingeweza kwa njia yoyote kuhimiza uzembe katika mavazi. Hebu mavazi yafae na yapendeze. Ingawa ni nguo ya senti kumi tu (kaniki), inapaswa kuwekwa nadhifu na safi. Ikiwa hakuna marinda, mvaaji hawezi kuokoa kitu kwa kukifanya mwenyewe, lakini anaweza kuokoa fedha fulani kwa kuosha na kupiga pasi mwenyewe. Familia hujifunga mzigo mzito kwa kuwavika watoto wao kulingana na mitindo. Huku ni kupoteza muda kiasi kikubwa. Ni ujinga sana kuosha na kupiga pasi mavazi ya mtindo huu kwamba huo hauonekani kuwa ni mzigo. {CHSw 600.2}

Watoto Walioathiriwa na Mitindo

Lakini ubaya mkubwa ni ushawishi kwa watoto na vijana. Mara tu wanapokuja ulimwenguni wanakabiliwa na mielekeo ya mitindo. Watoto wadogo husikia zaidi juu ya mavazi kuliko wokovu wao. Wanaona mama zao wakitafuta kwa bidii vitu vya mitindo kuliko Biblia. Ziara nyingi hufanywa kwa muuzaji wa bidhaa na wauza kofia

za kike kuliko kanisani. Maonesho ya nje ya mavazi hufanywa kwa matokeo makubwa kuliko mapambo ya tabia. Maonyo/makaripio makali hutolewa kwa ambaye amechafua mavazi mazuri, na akili inakuwa na sikitiko na kukasirishwa chini ya kukanywa/kizuizi cha kila wakati. {CHSw 600.3}

Tabia mbaya haimfadhaishi mama kama mavazi machafu. Mtoto husikia zaidi juu ya mavazi kuliko utu wema, na fadhila, kwani mama anajua zaidi mitindo kuliko anavyomjua Mwokozi wake. Mfano wake mara nyingi huwazungushia vijana mazingira yenye sumu. Adui, aliyejificha katika vazi la mitindo, anajiingiza ndani ya watoto. {CHSw 601.1}

Usahili wa mavazi utamfanya mwanamke mwenye busara aonekane ni mwenye faida bora. Tunahukumu tabia ya mtu kwa mtindo wa mavazi yaliyovaliwa. Nguo rahisi huonekana kusaliti ubatili na udhaifu. Mwanamke mwenye kiasi, mcha Mungu atavaa kwa heshima-staha-uungwana. Hamu iliyosafishwa, akili iliyokuzwa, itafunuliwa katika uchaguzi wa mavazi rahisi na yanayofaa. {CHSw 601.2}

Pambo Lisiloharibika

Kuna pambo ambalo halitaangamia au kuharibika kamwe, ambalo litakuza furaha ya wote wanaotuzunguka katika maisha haya, na kung'aa kwa mng'ao usiofifia katika siku zijazo za milele. Ni mapambo ya roho ya upole na kujishusha. Mungu ametualika kuvaa mavazi tajiri ya kiroho. Kwa kila kujitazama kwenye kioo, waabudu mitindo wanapaswa kukumbushwa juu ya roho iliyopuuzwa. Kila saa iliyotumiwa bafuni/chooni inapaswa kuwakemea kwa kuiacha akili ichafuliwe. Ndipo kunaweza kuwepo na matengenezo ambayo yangeinua na kukuza malengo na madhumuni yote ya maisha. Badala ya kutafuta mapambo ya dhahabu kwa nje, juhudi ya bidii yapaswa kufanyika ili kupata hekima hiyo ambayo ina thamani kubwa kuliko dhahabu safi, ndio, ambayo ni ya thamani zaidi kuliko yakuti. {CHSw 601.3}

Athari za Uvaaji katika Maadili

Kupenda mavazi huhatarisha maadili na kumfanya mwanamke kuwa kinyume cha mwanamke Mkristo anayejulikana na upole na kiasi. Mavazi ya kujigamba, ya kupindukia mara nyingi huhimiza tamaa katika moyo wa mvaaji na huamsha tamaa moyoni mwa mtazamaji. Mungu huona kuwa uharibifu wa tabia mara nyingi hutanguliwa na kuendekezwa kwa kiburi na ubatili katika mavazi. Anaona kwamba mavazi ya gharama hukaba koo la hamu ya kufanya mema. {CHSw 602.1}

Kadri watu wanavyotumia mali zaidi katika mavazi, ndivyo watakavyokuwa na uwezo mdogo wa kuwalisha wenye njaa na kuwavika walio uchi; na mito ya neema, ambayo inapaswa kuwa inapita kila wakati, inakauka. Kila senti iliyookolewa kwa kujikana dhidi ya mapambo ya bure inaweza kutolewa kwa wahitaji au inaweza kuwekwa katika hazina ya Bwana ili kudumisha Injili, kuwatuma wamishenari katika maeneno ya mbali, kuzidisha-kuongeza machapisho yabebayo miale ya nuru kwa roho katika giza la makosa. Kila senti inayotumiwa inamnyima mtumiaji fursa ya kufanya mema. {CHSw 602.2}

Unapoweka nguo isiyo na maana/manufaa juu ya mwili wako, unazuia kuvisha watu walio uchi. Unaposambaza katika meza zako, chakula cha gharama kubwa, unapuuza kuwalisha wenye njaa. Rekodi yako, Wewe unayedai kuwa Mkristo ikoje? Tafadhali nakusihi, usijiingize kwenye utapanyaji wa kuumiza na wa kipumbavu ambao Mungu anautaka katika hazina Yake, na sehemu ambayo wanapaswa kupewa maskini. Hebu Tusijivike mavazi ya gharama, bali, kama wanawake wanaokiri kuwa na utauwa, tuwe na matendo mema. Hebu kilio cha mjane na yatima kisipande mbinguni dhidi yetu. Wala damu ya roho isipatikane kwenye mavazi yetu. Hebu wakati wa thamani wa majaribio kabla ya mlango wa rehema kufungwa upositezewe kwa kuenzi fahari ya moyo. Je! Hakuna masikini wa kutembelewa? Je, hakuna wenye macho hafifu unaoweza kuwasomea Neno la Mungu?

hakuna waliokata tamaa, waliopoteza imani ambao wanahitaji maneno yako ya faraja na maombi yako? {CHSw 602.3}

Dada zangu, msicheze/msizidharau roho zenu na Mungu. Nimeoneshwa kuwa sababu kuu ya kurudi nyuma kwenu ni upendo wenu wa mavazi. Hii inasababisha kupuuzwa kwa majukumu makubwa, na mnajikuta mkiwa na uhaba wa upendo wa Mungu mioyoni mwenu. Bila kuchelewa, kataeni sababu ya kurudi nyuma kwenu, kwa sababu ni dhambi dhidi ya nafsi zenu wenyewe na dhidi ya Mungu. Msifanywe wagumu kwa sababu ya udanganyifu wa dhambi. **[Testimonies for the Church 4:628-647 (1875).]** {CHSw 603.1}

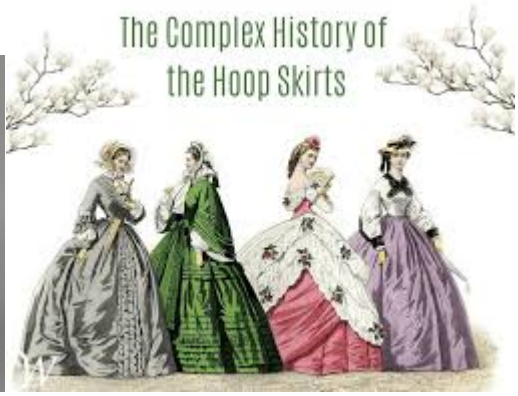
Sisi tunaonekana kama watu wa kipekee. Msimamo wetu na imani unatutofautisha na dhehebu lingine lolote. Kama maisha na tabia zetu havina uzuri kuzidi walimwengu, watatunyoshea kidole cha dhihaka na kusema: "Hawa ni Wasabato." "Tunayo mifano ya watu wanaoitunza Jumapili kama siku ya saba." Unyanyapaa ambao unapaswa kushikamana na kundi kama hilo umewekwa kwa wote wanaotunza siku ya saba kwa dhamiri. Lo, ingekuwa bora kiasi gani kama kundi hilo lisingejifanya kutii Ukweli!!—**Testimonies for the Church 5:138 (1882)** {CHSw 603.2}

Kukithiri Katika Mavazi-Kupitiliza

"Sisi kama watu hatuamini ni jukumu letu kutoka ulimwenguni kwa kuwa nje ya mitindo. Ikiwa tuna vazi linalofaa, rahisi, lenye staha, la kawaida, na mpango mahususi wa vazi, na walimwengu wakichagua kuvaa kama sisi, tutabadilisha mtindo huu wa mavazi ili kuwa tofauti na ulimwengu? Hapana, hatupaswi kuwa wa kipekee au washamba katika mavazi yetu kwa sababu tu ya kutaka kutofautiana na ulimwengu, eti wasije wakatudharau kwa kufanya hivyo. Wakristo ni nuru ya ulimwengu, chumvi ya dunia. Mavazi yao yanapaswa kuwa nadhifu na ya kawaida, mazungumzo yao ni safi na ya mbinguni, na mwenendo wao hauna lawama. {CHSw 604.1}

"Tutavaaje? Ikiwa yeyote alikuwa amevaa vitambaa vizito, vilivyoweka viwili kwa pamoja (quilts) kabla ya kuletwa kwa vazi la sketi za hoops, kwa ajili tu ya onesho na sio kujistiri, walijitendea dhambi nafsi zao wenyewe kwa kuumiza afya zao, ambalo ni jukumu lao kuitunza. Ikiwa yeyote anavaa sasa ili kuonekana tu kama vazi ili akaonekana kama amevaa hoops, hufanya dhambi, kwa kuwa wanatafuta kuiga mtindo ambao ni wa aibu. Sketi zilizoitwa corded zimevaliwa kabla ya vazi hili sketi na magauni ya hoops kuletwa. Nimevaa sketi nyembamba za corded tangu nikiwa na umri wa miaka kumi na nne, sio kwa onesho lakini kwa kujistiri, kuepuka usumbufu na adabu njema. Kwa sababu vazi la sketi za mwamvuli za hoops liliingizwa, mii sikuiacha sketi yangu ya kamba (corded skirts) kwa ajili ya hilo. Je! sasa nitalitupa kando kwa sababu mtindo wa vazi la mwamvuli la hoops umeingizwa? Hapana, hiyo itakuwa kulibeba jambo hilo kwa kupitiliza kiasi. {CHSw 604.2}





"Ninapaswa kukumbuka kila wakati kuwa lazima niwe mfano na kwa hivyo si lazima niingie katika mtindo huu au ule, lakini nifuate kusudi lililo sawa na huru na nisiendeshwe kwa kupitiliza kiasi katika mavazi. Kutupa sketi yangu ya kamba ambayo ilikuwa sawa tu wakati wote na yenye kustiri, na kuvaa sketi zinazobana kiuno za hoops, na kwa hivyo kuonekana kuwa kichekesho au kituko ni

kupitiliza kiasi na itakuwa makosa, kwani hapo nisingeweka mfano sahihi, lakini ningeweka hoja ndani ya vinywa vya wavaaji wa hoop. Wao wenyewe kwa kuvaa la sketi zinazobana za hoop, wangenisonda kidole kama mtu ambaye havai aina hii ya nguo, na kusema kwamba hawatajidharau wenyewe kwa njia hiyo.Kwa kwenda kwa msimamo mkali kama huo tungeharibu ushawishi wote ambao labda tungekuwa nao, na kuongoza wavaaji wa hoops ili kuhalalisha mwenendo wao. Lazima tuvae kwa heshima/staha, bila kuzingatia hata mtindo wa sketi za hoop. {CHSw 604.3}

"Kuna msimamo wa kati katika mambo haya. Lo, laiti sisi sote tungepata busara kupata msimamo huo na kuutunza. Katika wakati huu wa pekee sisi sote tuchunguze mioyo yetu wenyewe, tutubu dhambi zetu, na kujinyenyekeza mbele za Mungu. Kazi iko kati ya Mungu na roho zetu. Ni kazi-binafsi, na wote watakuwa na ya kuwatosha kwenye maisha yao, bila hata kukosoa mavazi, matendo, na nia ya ndugu na dada zao. Mtafuteni Bwana, ninyi nyote wenyenyekevu wa dunia, mliotenda hukumu Yake; tafuta haki, utafute upole; labda utafichwa katika siku ya hasira ya Bwana. Hapa ndiyo ipo kazi yetu. Sio wenye dhambi ambao wamezungumziwa hapa, lakini wapole wote wa dunia, ambao wametenda hukumu Zake au kuzishika amri Zake. Kuna kazi kwa kila mtu, na ikiwa wote watatii, tutaona umoja mzuri katika safu ya watunza Sabato. " **[Testimonies for the Church 1:424-426 (1864).]** {CHSw 605.1}

Mavazi Yasiyo na Staha-sio ya Kiungwana-Hayasitiri

Hatufikirii kuwa inaendana na imani yetu kuvaa vazi la Amerika (American Costumes), kuvaa sketi ya pamba inayobana kiuno kwa gagulo la chuma au miiba ya samaki, au kupitiliza kiasi katika kuvaa nguo ndefu ambazo zinafagia njia za barabarani na mitaa. Ikiwa wanawake wangevaa nguo zao ili kusafisha uchafu wa barabara kwa inchi moja au mbili, nguo zao zingekuwa zenye stha, na zingetunzwa safi kwa urahisi zaidi, na wakina dada wangezivaa kwa

muda mrefu. Nguo kama hiyo ingepatana na imani yetu. **—Testimonies for the Church 1:424 (1864).** {CHSw 605.2}

WAZAZI KAMA WANAMATENGENEZO

Testimonies for the Church 3:562-568 (1875).

Kazi ya kuwa na kiasi lazima ianzie katika familia zetu, kwenye meza zetu. Akina mama wana kazi muhimu ya kufanya ili waweze kuupatia ulimwengu, kupitia nidhamu sahihi na elimu, watoto ambao wataweza kujaza karibu nafasi yoyote, na ambao pia wanaweza kuheshimu na kufurahia majukumu ya maisha ya nyumbani. {CHSw 606.1}

Kazi ya mama ni ya muhimu sana na takatifu. Anapaswa kuwafundisha watoto wake tangu utotoni wakiwa wachanga kujizoesha tabia ya kujikana nafsi, kujinyima na kujidhibiti. Ikiwa muda wake unashikiliwa mambo ya kipumbavu katika kizazi hiki kibaya, ikiwa mavazi na sherehe zinatumia muda wake wa thamani, watoto wake watashindwa kupata elimu hiyo muhimu wanayopaswa kuwa nayo ili waweze kuunda tabia sahihi. Tashwishwi ya mama Mkristo haipaswi kuzingatia mambo ya nje tu, bali pia watoto wake wawe na miili yenye afya na maadili mema. {CHSw 606.2}

Akina mama wengi ambao wanashutumu ukosefu wa kukosa kiasi ambao upo kila mahali hawatazami kwa kina cha kutosha kuona sababu. Kutayarisha kwao kila siku sahani kadhaa na chakula kilichopikwa kwa kuungwa kwa kupitiliza, ambacho huleta majaribu ya hamu ya kula na kuhamasisha kula kupita kiasi. Meza za watu wetu wa Marekani kwa ujumla zimetayarishwa kwa namna ya kuandaa walevi wa chakula (uraibu wa chakula). Uchu wa chakula ni kanuni inayotawala kwa watu wengi. Yeyote anayeendekeza hamu ya kula mara nyingi, tena chakula kisicho na ubora, anapunguza uwezo wake wa kupinga kelele za uchu na shauku katika mambo mengine kwa uwiano kwani ameimarisha tabia ya kula vibaya. Akina mama wanahitaji

kuvutiwa na wajibu wao kwa Mungu na kwa ulimwengu kuipatia jamii watoto walio na tabia zilizokuzwa vizuri. {CHSw 606.3}

Wanaume na wanawake wanaofikia hatua ya maamuzi kwa kanuni thabiti watafanywa kufaa kusimama katikati ya uchafuzi wa maadili ya kizazi hiki kibovu. Ni jukumu la akina mama kuboresha fursa zao za dhahabu kuwafundisha watoto wao kwa usahihi kwa manufaa na wajibu. Muda wao ni mali ya watoto wao kwa namna maalumu. Wakati wa thamani haupaswi kutumiwa kwa kazi isiyo ya lazima juu ya mavazi ya maonesho, bali unapaswa kutumiwa katika kuwaelekeza kwa subira na kuwafundisha watoto wao kwa uangalifu, umuhimu wa kujikana nafsi na kujidhibiti nafsi. Meza za wanawake wengi wanaojiita Wakristo kila siku zinawekwa milo ambayo huharibu tumbo na kuzalisha hali ya homa ya mfumo. Nyama na samaki zinachangia kiasi kikubwa cha chakula kwenye meza za familia nyingi, hadi damu zao inajazwa na vichocheo vya saratani, uvimbe na hata mitoki kuonekana. Miili yao inaundwa na kile wanachokula. Lakini wakati mateso na magonjwa yanapowajia, inachukuliwa kuwa ni majaliwa ya Mungu.

Pale Ukosefu wa Kuwa na Kiasi Unapoanza

Tunarudia: Ukosefu wa kiasi huanzia kwenye meza zetu. Uchu huendekezwa mpaka kuwa asili ya pili (tabia ya mtu). Kwa kutumia chai na kahawa hamu hutengenezwa kwa ajili ya tumbaku, na hii huhimiza hamu ya pombe. {CHSw 607.1}

Wazazi wengi, kwa kuepuka jukumu la kuwafundisha watoto wao tabia za kujinyima, kujikana nafsi na kuwafundisha watu jinsi ya kutumia kwa usahihi baraka zote za Mungu,

wanawaendekeza katika kula na kunywa wakati wowote wanaopenda. Tamaa na uchu wa chakula, na ubinafsi, ikiwa havitazuiliwa vema, hukua na ukuaji na kuimarika kwa nguvu. Watoto hawa wanapoanza maisha yao na kuchukua nafasi zao katika jamii, hawana nguvu ya kupinga majaribu. Usafi wa maadili na uovu mkubwa umeenea kila mahali. Jaribu la kuendekeza ladha ya chakula na kuridhisha mwelekeo halijapungua kwa kadri ambapo miaka imeongezeka, na vijana kwa jumla wanatawaliwa na msukumo na ni watumwa wa uchu wa chakula. Kwa sababu ya ulafi, mtumiaji wa tumbaku, mnywaji wa divai, na mlevi, tunaona matokeo mabaya ya elimu yenye kasoro. {CHSw 607.2}

Tunaposikia maombolezo ya kusikitisha ya wanaume na wanawake wa Kikristo juu ya maovu mabaya ya kutokuwa na kiasi, maswali mara moja huibuka akilini: Ni nani aliyewafundisha vijana na kuwapa muhuri wao wa tabia? Ni nani amekuza ndani yao hamu ya kula waliyoipata? Ni nani amepuuza jukumu zito kabisa la kuunda akili zao na tabia zao kwa faida katika maisha haya, na kwa jamii ya malaika wa mbinguni katika maisha yajayo? Jamii kubwa ya wanadamu ambao kila mahali tunakutana nao ni laana hai kwa ulimwengu. Hawaishi kwa kusudi lingine isipokuwa kujifurahisha kwa hamu na shauku, na kuharibu roho na mwili kwa tabia mbaya. Hili ni kemeo kali kwa akina mama ambao wamejitolea katika mitindo, ambao wameishi kwa mavazi na maonesho, ambao wamepuuza kupamba akili zao wenyewe na kuunda tabia zao kwa mfano wa Mungu, na ambao pia wamepuuza amana takatifu iliyowekwa kwao, kuwalea watoto wao katika malezi na maonyo ya Bwana. {CHSw 607.3}

Niliona kwamba Shetani, kupitia vishawishi vyake, anaanzisha mitindo inayobadilika kila wakati na tafrija za kupendeza, na kuvutia na matumbuizo, ili akina mama waongozwe kutumia wakati wao waliopewa na Mungu wakati mlango wa rehema ukiwa wazi, kwa mambo ya 1 kipuuzi au kipumbavu ili wapate nafasi ndogo tu ya kuwaelimisha na kuwafundisha vizuri watoto wao.

Vijana wetu wanawahitaji akina mama ambao watawafundisha tangu utotoni mwao kudhibiti misisimko na hasira na tamaa, kukataa uchu wa chakula, na kushinda ubinafsi. Wanahitaji mstari juu ya mstari na amri juu ya amri, hapa kidogo na pale kidogo. {CHSw 608.1}

Maelekezo yalitolewa kwa Waebrania jinsi ya kufundisha watoto wao kuepukana na ibada ya sanamu na uovu wa mataifa ya kipagani: ***"Kwa hiyo yawekeni Maneno Yangu mioyoni mwenu na rohoni mwenu; yafungeni yawe dalili juu ya mikono yenu, nayo yatakuwa kama utepe katikati ya macho yenu. Nayo wafunzeni vijana vyenu kwa kuyazungumza uketipo katika nyumba yako, na utembeapo njiani, na ulalapo, na uondokapo Kumbukumbu la Torati 11:18,19."*** {CHSw 608.2}

Wajibu wa Mama

Tunawahutubia akina mama Wakristo. Tunasihi kwamba mhisi jukumu lenu kama akina mama na kwamba hamuishi ili kujipendeza wenyewe, bali kwa ajili ya kumtukuza Mungu…. Mwanamke anapaswa kujaza nafasi takatifu zaidi na iliyoinuliwa katika familia kuliko mfalme kwenye kiti chake cha enzi. Kazi yake kubwa ni kufanya maisha yake kuwa mfano hai ambao angependa watoto wake wauige. Kwa amri na mfano anapaswa kuhifadhi akili zao kwa maarifa muhimu na kuwaongoza kwenye kazi ya kujitolea kwa faida ya wengine. Kichocheo kikubwa kwa mama anayesumbuka, mwenye mzigo kinapaswa kuwa kila mtoto aliyefundishwa vizuri, na aliye na mapambo ya ndani, pambo la roho ya upole na tulivu, atafaa kwa mbingu na atang'aa katika nyua za Bwana. {CHSw 608.3}

Ikiwa watoto na vijana wangefundishwa na kuelekezwa tabia ya kujikana nafsi na kujidhibiti, ikiwa wangefundishwa kwamba wanakula ili waishi badala ya kuishi ili kula, kungekuwa na magonjwa kidogo na uharibifu mdogo wa maadili. Kungekuwa na ulazima mdogo wa vita ya kiasi na kujizuia, ambayo kwa sasa

inaendelea kwa udogo sana, ikiwa ndani ya vijana ambao huunda jamii, kanuni sahihi kuhusu upole ingepandikizwa. Kwa hiyo wangekuwa na thamani ya maadili na uadilifu wa maadili kupinga, kwa nguvu ya Yesu, uchafuzi wa siku hizi za mwisho. {CHSw 609.1}

Kuwa na Kiasi Nyumbani

Ni jambo gumu zaidi kuondoa tabia ambazo zimeingizwa kwa njia ya maisha na kuhamasisha uchu wa chakula. Pepo la kutokuwa na kiasi halishindwi kwa urahisi. Lina nguvu kubwa na ni vigumu kulishinda. Lakini hebu wazazi waanzishe vita dhidi ya ukosefu wa kiasi katika maeneo yao ya kukota moto, katika familia zao, kwa kanuni wanazowafundisha watoto wao kuzifuata tangu utoto wao, na wanaweza kutumaini kufanikiwa. Itawalipa ninyi akina mama kutumia masaa ya thamani ambayo mmepewa na Mungu katika kuunda, kukuza, na kufundisha tabia za watoto wenu, na kuwafundisha kuzingatia kanuni za kiasi kwa umakini sana, katika kula na kunywa. {CHSw 609.2}

Wazazi wanaweza kuwa wamewaambukiza watoto wao mielekeo ya hamu ya kula na tamaa, ambayo itafanya kazi ya kuwafundisha na kuwaelekeza watoto hawa kuwa ngumu zaidi na kuwa na tabia safi, na kiasi cha umakini sana. Ikiwa hamu ya chakula kisicho na afya na vichocheo na dawa za kulevya (narcotics) vimepitishwa kwao kama urithi kutoka kwa wazazi wao, ni jukumu zito la kuogofya lililoko juu ya wazazi ili kuipiku/kukabiliana na mielekeo mibaya ambayo wamewapatia watoto wao! Wazazi wanapaswa kufanya bidii na juhudi ya dhati kwa kiasi gani ili kutimiza wajibu wao, kwa imani na matumaini, kwa watoto wao wasio na bahati au masikini! {CHSw 609.3}

Wazazi wanapaswa kuifanya kazi yao ya kwanza kuelewa sheria za maisha na afya, kwamba kusiwe na kitu watakachofanya katika kuandaa chakula, au kupitia tabia zingine zozote, ambacho kitakuza tabia mbaya kwa watoto wao. Ni kwa uangalifu kiasi gani, akina mama wanapaswa kujifunza jinsi ya kuandaa meza zao

na chakula rahisi na chenye afya, ili viungo vya umeng'enyaji visiweze kudhoofika, nguvu za neva hazina msawaziko, na maagizo ambayo wanapaswa kuwapatia watoto wao yanakabiliwa na chakula kilichowekwa mbele yao. Chakula hiki aidha hudhoofisha au huimarisha viungo vya tumbo na kinahusiana sana na kudhibiti afya ya mwili na maadili ya watoto, ambao ni mali ya Mungu iliyonunuliwa kwa damu. Ni dhamana takatifu iliyoje iliyowekwa kwa wazazi kulinda kanuni za mwili na maadili ya watoto wao ili mfumo wa neva uweze kuwa sawa na roho isiwe hatarini! Wale ambao huendekeza uchu wa watoto wao, na kushindwa kudhibiti tamaa zao, wataona kosa baya walilolifanya, kwa mtumwa anayependa tumbaku, anayekunywa pombe, ambaye akili zake zimechoka na ambaye midomo yake inanena uongo na matusi. {CHSw 610.1}

Wakati wazazi na watoto wanapokutana katika hesabu ya mwisho, ni tukio gani litakalooneshwa! Maelfu ya watoto ambao wamekuwa watumwa wa uchu wa chakula na tabia mbaya, ambao maisha yao yamekuwa maadili yaliyojeruhiwa, watasimama uso kwa uso na wazazi ambao waliwafanya hivyo walivyo siku ya hukumu. Ni akina nani isipokuwa wazazi ambao wanapaswa kubeba jukumu hili la kutisha? **[Testimonies for the Church 3:562-568 (1875).]** {CHSw 610.2}

JIHADHARI NA UPOTOVU WA MAADILI

Testimonies for the Church 2:457-460 (1868).

Ikiwa akina dada wangeinuliwa na wakawa na usafi wa moyo, utongozaji wowote wa ufisadi, hata kutoka kwa wachungaji wao, ungepingwa kwa njia nzuri na usingerudiwa tena kamwe. Akili lazima ziwe na ukungu mwingi wa Shetani ikiwa wanaweza kusikiliza sauti ya yule anayetongoza eti sababu yeye ni mchungaji, na kwa hivyo huvunja amri za Mungu zilizo wazi na nzuri na kujidanganya kwamba hawatendi dhambi. Je! Hatuna maneno ya Yohana: ***"Yeye asemaye, Nimemjua, wala hazishiki amri Zake, ni mwongo, wala Kweli***

haimo ndani yake 1 Yohana 2:4." Sheria inasema nini? *"Usizini Kutoka 20:14."* Wakati mtu anayedai kushika sheria takatifu ya Mungu, na kuhudumu katika kwenye vitu vitakatifu, hutumia fursa ya ujasiri aliopewa wa mamlaka yake na anatafuta faida yake na jinsi ya kutosheleza tamaa zake za mwili za kuelekea chini kimaadili, Ukweli huu wenyewe tu unapaswa kuwa tosha kumwezesha mwanamke anayedai kumcha Mungu kuona kwamba, ingawa mwanamume huyu ana nafasi iliyoinuliwa kama mbingu, pendekezo lisilo safi kutoka kwake hutoka kwa Shetani aliyejifanya malaika wa nuru. Nashindwa kuamini kwamba Neno la Mungu linakaa ndani ya mioyo ya wale ambao hujitoa kwa urahisi kutelekeza usafi wao wa moyo na wema uchafuliwe juu ya madhabahu ya tamaa mbaya. {CHSw 611.1}

Dada zangu, epukeni hata mwonekano wa uovu. Katika enzi hizi za kasi, zenye harufu ya ufisadi, hamko salama bila kuwa macho kwa ulinzi. Wema na adabu ni nadra. Ninawasihi kama wafuasi wa Kristo, ambao mmekiri kuhusu Imani yenu kwa hali ya kuinuliwa, kuthamini vito vya thamani, vya bei ya juu vya adabu ya Mkristo. Hii italinda maadili mema. Ikiwa una tumaini lolote na kuinuliwa mbinguni mwishowe ili ujiunge na kikundi cha malaika safi, wasio na dhambi, na kuishi katika mazingira ambayo hakuna hata uchafu mdogo wa dhambi, thamini unyenyekevu,staha, fadhila na wema. Hakuna kitu isipokuwa usafi, usafi mtakatifu, utasimama uhakiki mzuri, huo utastahimili siku ya BWANA, na kupokelewa katika mbingu safi na takatifu. {CHSw 611.2}

Chukia Uzoefu Usiofaa

Kishawishi kidogo kabisa, kutoka chanzo chochote kinachoweza kuja, kikikukaribisha kwenye dhambi au kuruhusu kujianika kwenye uhuru usiofaa kwako, kinapaswa kuchukiwa kwa dharau mbaya zaidi kwa utu wako wenye heshima. Busu kwenye shavu lako, wakati na mahali pasipo sahihi, linapaswa kukufanya ukatae kumfukuza mjumbe wa Shetani kwa kuchukizwa. Ikiwa ni kutoka kwa mtu aliye katika kazi za juu zihusuzo mambo matakatifu, dhambi hiyo ni

kubwa zaidi ya mara kumi, na inapaswa kumwongoza mwanamke au kijana anayemwogopa Mungu kupatwa na hofu, sio tu kutokana na dhambi ambayo angekufanya utende, lakini pia kutokana na unafiki na kucheza na uovu kwa mtu ambaye watu wanamheshimu na kumstahi kama mtumishi wa Mungu. Anashughulikia vitu vitakatifu, lakini anaficha Ukweli wa moyo wake chini ya vazi la uchungaji. Epuka aina yoyote ya mahusiano na mazoea ya namna hiyo. Kujihusisha na uovu huu hata kwa njia ndogo sana ni ushahidi wa kutosha wa ubongo wenye uovu unaohusiana na ngono na jicho lenye tamaa. Ikiwa kitia-moyo kidogo kumetolewa katika mwelekeo huu, ikiwa kutongozwa kwa aina iliyotajwa kunavumiliwa, hakuna ushahidi bora zaidi unaoweza kutolewa kwamba akili yako sio safi na salama kama inavyopaswa kuwa, na kwamba dhambi na uhalifu vina mvuto kwako. Unashusha kiwango cha hadhi yako kama mwanamke na uadilifu, na unatoa ushahidi bila kuacha mashaka kwamba shauku ya chini, ya kinyama, ya kawaida na tamaa imeruhusiwa kubaki hai moyoni mwako na haijawahi kusulubishwa. {CHSw 612.1}

Kama nilivyoonyeshwa hatari za wale wanaodai mambo bora, na dhambi ambazo ziko kati yao, - -kikundi ambacho hakuna aliyekishuku kuwa katika hatari yoyote kutokana na dhambi hizi zinazochafua, - - nimeongozwa kuuliza: Je, ni nani, Ee Bwana, Je! Atakayekuwa tayari kusimama utakapotokea? Ni wale walio na mikono safi na mioyo safi, watasimama siku ya kuja Kwake. {CHSw 612.2}

Staha na Kutokuwa na kimbembele

Ninahisi kusukumwa na Roho wa Bwana kuwahimiza dada zangu ambao wanadai utauwa kuchangamkia mwenendo wa adabu usio wa kujianika (kutojiheshimu), kuonea haya uovu na kuwa na kiasi. Uhuru uliochukuliwa katika enzi hii ya ufisadi haupaswi kuwa kigezo kwa wafuasi wa Kristo. Maonyesho haya ya mitindo ya kufahamiana kwa mazoea mabaya hakupaswi kuwepo kati ya Wakristo wanaoenda kuvikwa kutokufa. Ikiwa uasherati, uchafuzi, uzinzi,

uhalifu, ulevi na mauaji ni utaratibu wa kila siku kati ya wale ambao hawajui ile Kweli, na ambao wanakataa kudhibitiwa na kanuni za Neno la Mungu, ni muhimu sana kiasi gani kwamba kundi linalodai kuwa wafuasi wa Kristo, washirika wa karibu na Mungu na malaika, kupaswa kuonyesha njia/mfano bora na wa kiungwana zaidi. Ni muhimu kiasi gani kwamba kwa usafi wao na fadhila yao wasimame tofauti kabisa na kundi lile ambalo linadhibitiwa na tamaa mbaya. {CHSw 613.1}

Nimeuliza: Je! Ni lini wadada katika ujana wao watajistahi kwa usahihi? Ninajua kuwa hakutakuweko na mabadiliko yoyote ya uamuzi hadi wazazi watakapoona umuhimu kwa kuwa na uangalifu zaidi katika kuwafundisha watoto wao kwa usahihi. Wafundishe kutenda kwa kujihifahi na unyenyekevu. Waelimishe wawe na manufaa, na msaada,kuhudumia wengine kuliko kushugulikiwa na kuhudumiwa. {CHSw 613.2}

Shetani anatawala akili za vijana kwa ujumla. Binti zako hawafundishwi kujikana nafsi na kujidhibiti. Wanabembelezwa, wanaendekezwa na kiburi chao kinakuzwa. Wanaruhusiwa kujifanyia wanavyotaka hadi wanakuwa wakaidi na wenye kujipendeza wenyewe (wanaota mapembe), na akili yako inashugulishwa kujua ni njia gani ya ufuate ili uwaokoe kutoka kwa uharibifu. Shetani anawaongoza kuwa mithali/msemo katika vinywa vya wasioamini kwa sababu ya ujasiri wao, kutokuwa na aibu na staha/unyenyekevu wa kike. Wavulana wadogo vile vile wameachwa kuwa na njia yao wenyewe. Kabla ya kuingia ujana tu wameshaanza kuwa karibu na wasichana wadogo wa rika lao, wakiandamana nao nyumbani na kufanya nao mapenzi. Na wazazi wamo kifungoni kabisa kupitia tamaa zao wenyewe na mapenzi potofu kwa watoto wao hivi kwamba hawathubutu kufuata mwendo/hatua wa kuamua kufanya mabadiliko na kuwazuia watoto wao wenye kasi sana katika umri huu wa haraka. {CHSw 613.3}

Kwa wasichana wengi 1 wadogo wavulana ndio mada ya mazungumzo yao; Na kwa upande wa vijana wa kiume, ni wasichana

ndiyo mazungumzo yao. ***"Maana kinywa cha mtu huyanena yaujazayo moyo wake Mathayo 12:34."*** Wanazungumza juu ya mada ambazo akili zao zinazuru zaidi. Malaika wa kurekodi anaandika maneno ya wavulana na wasichana wanaodai kuwa Wakristo. Je! Watachanganyikiwa na kuaibishwa kwa kiasi gani watakapokutana na maneno hayo tena katika siku ya BWANA! (Yaani siku ya hukumu) Watoto wengi ni wanafiki wacha Mungu. Vijana ambao hawajakiri mambo Mungu bado hukwazwa na hawa wanafiki na mioyo yao kufanywa migumu kwa kila juhudi zinazoweza kufanywa na wale wanaopenda wokovu wao. **[Testimonies for the Church 2:457-460 (1868).]**
{CHSw 614.1}

•

Usalama Wetu Pekee

Kadiri nafasi inavyokuwa ya uwajibikaji mkubwa, ndivyo ushawishi wake unapaswa uwe sahihi zaidi. Kila mwanadamu ambaye Mungu amemchagua kufanya kazi maalum, huyo anakuwa shabaha ya Shetani. Majaribu yanamkandamiza kwa kasi; kwa maana adui yetu aliye macho anajua kwamba mwenendo wake una ushawishi wa kuumba/kufinyanga wengine. Tuko katikati ya hatari za siku za mwisho, na Shetani ameshuka chini katika ghadhabu kuu, akijua kwamba ana wakati mfupi tu. Yeye hutenda kazi kwa madanganyo yote ya udhalimu; lakini mbingu ziko wazi kwa kila amfanyaye Mungu kuwa tumaini lake. Usalama pekee kwa yeyote kati yetu ni katika kushikamana na Yesu na kutoruhusu chochote kutenganisha roho na Msaidizi wetu kuu. **—Testimonies for the Church 5:428, 429 (1885).** {CHSw 614.2}

Nimeonyeshwa kuwa tunaishi katikati ya hatari za siku za mwisho. Kwa sababu uovu umejaa, upendo wa wengi umepoa. Neno "wengi" linamaanisha wale wanaodai kuwa wafuasi wa Kristo. Wanaathiriwa na uovu unaotawala na wanarudi nyuma kutoka kwa Mungu, lakini sio lazima kwamba waathiriwe kwa namna hii. Sababu ya uharibifu huu ni kwamba hawajasimama wazi kinyume na uovu huu. Ukweli kwamba upendo wao kwa Mungu unapoa kwa sababu uovu uliotapakaa unaonesha kuwa, kwa namna fulani, wanashiriki katika uovu huu, vinginevyo usingeathiri upendo wao kwa Mungu na ari na bidii yao katika kusudi Lake. {CHSw 615.1}

Picha mbaya ya hali ya ulimwengu imewasilishwa mbele yangu. Uovu umejaa kila mahali. Uzinzi na ulevi ni dhambi maalum ya zama hizi. Kamwe uovu haukuinua kichwa chake kilichoharibika na ujasiri kama sasa. Watu wanaonekana kutiwa ganzi, na wapenda utu na wema wa Kweli wanakaribia kukatishwa tamaa na ujasiri wake, nguvu, na kuenea kwake. Uovu ambao umeenea sio tu kwa umefungwa kwa asiyeamini na mwenye dhihaka. Kama mambo yangelikuwa hivyo, lakini sivyo. Wanaume na wanawake wengi wanaokiri dini ya Kristo wana hatia. Hata wengine wanaodai kusubiria ujio Wake hawajajiandaa kwa tukio hilo kuliko Shetani mwenyewe. Hawajisafi wenyewe kutokana na uharibifu huo. Kwa muda mrefu wamehudumia tamaa zao kiasi kwamba ni kawaida kwa mawazo yao kuwa najisi na fikra zao zinaharibika. Haiwezekani kusababisha akili zao kukaa juu ya mambo safi na matakatifu kama ambavyo ingekuwa kugeuza mkondo wa Maporomoko ya maji ya mto Niagara yanayoshuka chini, yageuke na kupeleka maji yake kwenda juu. {CHSw 615.2}

Vijana na watoto wa jinsia zote wanajihusisha na uchafuzi wa maadili, na hufanya machukizo haya, maovu yaharibuyo roho—na—mwili. Wengi wanaodai kuwa Wakristo wamepumbazwa sana na mazoea yale yale kiasi kwamba busara za maadili yao haziwezi kuamshwa kuelewa kuwa ni dhambi, na kwamba ikiwa itaendelezwa matokeo yake ya uhakika yatakuwa ni uharibifu kabisa wa mwili na akili. Mwanadamu, kiumbe bora zaidi duniani, aliyeumbwa kwa mfano wa Mungu, anajigeuza kuwa mnyama! Anajifanya mwenyewe kuwa mbaya zaidi na fisadi. Kila Mkristo atalazimika kujifunza kuzuia tamaa zake na kudhibitiwa na kanuni. Asipofanya hivi hastahili kuitwa kwa Jina la Kikristo. {CHSw 616.1}

Wengine ambao hukiri kwa ukuu kuhusu Imani, hawaelewi dhambi ya kupiga punyeto (masturbation) na matokeo yake ya uhakika. Tabia iliyoanzishwa muda mrefu imepofusha ufahamu wao. Hawatambui uzito mkubwa wa dhambi hii, dhambi inayodhalilisha, ambayo inanyonya nguvu kwenye mfumo na kuharibu nguvu zao za neva za ubongo. Kanuni za maadili ni dhaifu sana wakati zinapopambana na tabia iliyoimarishwa. Ujumbe maalum kutoka mbinguni hauwezi kulazimisha moyo kwa nguvu ambao haujaimarishwa dhidi ya uovu wa tabia hii mbaya. Mishipa muhimu ya ubongo imepoteza tuni yao nzuri na msisimko mbaya ili kukidhi hamu isiyo ya asili ya ashiki ya mwili. Mishipa ya fahamu ya ubongo ambayo huwasiliana na mfumo mzima ndio chombo pekee ambacho Mbingu zinaweza kuwasiliana na mwanadamu na kuathiri maisha yake ya ndani. Chochote kinachosumbua mzunguko wa mikondo ya umeme katika mfumo wa neva hupunguza nguvu za uwezo muhimu sana, na matokeo yake ni kuangamiza hisia za akili. Kwa kuzingatia ukweli huu, ni muhimu sana kiasi gani kwamba wachungaji na watu wanaokiri utauwa, wanapaswa kusimama wazi na wasiwe na waa kutoka kwa roho ya uovu huu idhalilishayo! {CHSw 616.2}

Nafsi yangu imeinama chini kwa uchungu kwani

nimeonyeshwa hali dhaifu ya watu wanaomkiri Mungu. Uovu umeenea, na upendo wa wengi unapoa. Kuna Wakristo wachache tu wanaolichukulia hili jambo kwa njia sahihi na ambao wanafanya usimamizi mzuri juu yao wenyewe wakati maoni ya umma na desturi hayawahukumu. Ni wachache sana kiasi gani wanaozuia tamaa zao kwa sababu wanahisi wanawajibika kufanya hivyo na kwa sababu hofu ya Mungu ipo mbele ya macho yao! Fikra za juu za mwanadamu zimetawaliwa na utumwa wa hamu ya vyakula na tamaa mbaya. {CHSw 617.1}

Wengine watatambua uovu wa kuendekeza dhambi, lakini bado watajitetea na kutoa udhuru kwa kusema kwamba hawawezi kushinda tamaa zao. Huu ni ukubali mbaya sana kwa mtu yeyote kufanya ambaye anamtaja Kristo. ***"Kila alitajaye Jina la Bwana na auache uovu 2 Timotheo 2:19."*** Kwanini udhaifu huu? Ni kwa sababu mwelekeo wa tabia ya wanyama umeimarishwa kwa kujizoesha hivi mpaka umepata kuongezeka dhidi ya mamlaka ya juu. Wanaume na wanawake hawana kanuni. Wanakufa kiroho kwa sababu kwa muda mrefu wamekuwa wakiendekeza shauku zao za asili kiasi kwamba nguvu zao za kujitawala zinaonekana zimetoweka. Tamaa za chini za asili yao zimeshika hatamu, na kile kinachopaswa kuwa nguvu ya kutawala kimekuwa mtumishi wa shauku ya ufisadi. Nafsi inashikiliwa katika utumwa wa chini kabisa. Kupenda anasa zihusianazo na ngono kumezima hamu ya utakatifu na kufanya mafanikio ya kiroho kunyauka. {CHSw 617.2}

Matokeo ya Uvivu

Nafsi yangu inaomboleza kwa ajili ya vijana ambao wanajifunza tabia katika kizazi hiki kilichopotoka. Natetemeka kwa ajili ya wazazi pia; kwani nimeonyeshwa kama jambo la jumla kuwa hawaelewi majukumu yao ya kuwalea watoto wao katika njia

iwapasayo. Mila na mitindo hupewa kipaumbele, na watoto hawachukui muda, nao hujifunza kuyumbishwa na haya na kuharibiwa; wakati wazazi wao wanaojifurahisha wao wenyewe wamepoozeshwa na wamelala kwa hatari yao. Lakini ni vijana wachache sana walio huru dhidi ya tabia mbaya za ufisadi. Wanatolewa udhuru watoke katika mazoezi ya mwili kwa kiwango kikubwa kwa hofu kuwa watafanya kazi kupita kiasi. Wazazi hubeba mzigo wao wenyewe ambao watoto wao wanapaswa kuubeba. Kufanya kazi kupita kiasi ni vibaya, lakini matokeo ya uvivu ni ya kutisha zaidi. {CHSw 617.3}

Uvivu husababisha kupendelea tabia mbaya. Kuwa na bidii katika kazi na tasnia, hakuchoshi na kumaliza sehemu ya moja ya tano kama vile tabia mbaya ya kujinyanyasa. Ikiwa kazi rahisi, iliyosimamiwa vizuri huwachosha watoto wako, kwa uhakika, wazazi, kuna kitu, kando na kazi yao, ambacho hudhoofisha mifumo yao na kutoa hali ya kuchoka kila wakati. Wape watoto wako kazi za mikono ambazo zitawasaidia kufanyia kazi mazoezi ya mishipa na misuli. Uchovu utakaotokana na kazi kama hiyo utapunguza mwelekeo wao wa kujiingiza katika tabia za uovu. Uvivu ni laana. Unazalisha tabia za uasherati na ufisadi. {CHSw 618.1}

Kesi nyingi zimewasilishwa mbele yangu, na kwa kuwa nimekuwa na maoni ya maisha yao ya ndani, roho yangu imekuwa ikiumizwa na kuchukizwa na mioyo iliyooza ya wanadamu wanaokiri utauwa na wanazungumzia kuhamishiwa huko mbinguni. Nimekuwa nikijiuliza mara kwa mara: Je, ni nani ninayeweza kumwamini? Je, ni nani asiye na uovu? {CHSw 618.2}

Mfano wa Uharibifu

Mimi na mume wangu tumewahi kuhudhuria mkutano ambapo huruma zetu ziliguswa kwa ajili ya ndugu ambaye alikuwa mgonjwa sana wa kifua kikuu. Alikuwa amebadilika ngozi na kukonda. Aliomba watu wa Mungu wamwombee. Alisema kuwa

familia yake ilikuwa inaumwa na kwamba alikuwa amefiwa na mtoto. Alizungumza na hisia zake za kufiwa. Alisema kuwa alikuwa akingojea kwa muda kuonana na Ndugu na Dada White. Alikuwa akiamini kwamba ikiwa wangemwombea, basi atapona. Baada ya mkutano kufungwa, ndugu walitutaka tulizingatie ombi hilo. Walisema kwamba kanisa lilikuwa likiwasaidia; kwamba mkewe alikuwa mgonjwa, na mtoto wake alikuwa amekufa. Ndugu walikuwa wamekutana nyumbani kwake, na waliungana katika kuiombea familia iliyokuwa na shida. Sisi tulikuwa tumechoka sana, na tulikuwa na mzigo wa kazi juu yetu wakati wa mkutano, tukiwa na uchovu mkubwa na tulitamani kupewa udhuru. {CHSw 618.3}

Nilikuwa nimeamua kutokujihusisha katika kumwombea mtu yeyote isipokuwa tu Roho wa Bwana akaagiza katika jambo hilo. Nilikuwa nimeonyeshwa kuwa kulikuwa na uovu mwingi umeenea, hata kati ya wale wanaodai kuwa watunza Sabato, kiasi kwamba sikutaka kuungana katika maombi kwa ajili ya wale wale ambao sikuijua historia yao. Nilieleza sababu yangu. Nilihakikishiwa na ndugu kwamba, kwa kadiri ya walivyomjua, alikuwa ndugu anayefaa. Nilizungumza maneno machache na yule ambaye alikuwa ameomba maombi kwa niaba yetu ili apate kuponywa, lakini sikuweza kujisikia huru. Alilia, na akasema kwamba alikuwa akitungojea tuje, na alihisi kuwa na hakika kwamba ikiwa tutamuombea atapona. Tulimwambia kuwa sisi hatukuwa tukiyajua maisha yake, kwamba tungependa wale wanaomjua wamuombee. Yeye alituomba sana kwa dhati na bidii sana kiasi kwamba tuliamua kuzingatia suala lake na kuahidi kuliwasilisha mbele ya Bwana usiku ule; na kama njia itafunguliwa, tutatii ombi lake. {CHSw 619.1}

Usiku huo tulipiga magoti kuomba na tuliwakilisha hoja yake mbele za Bwana. Tuliomba kwamba tuweze kujua mapenzi ya Mungu kumhusu. Yote tuliyotamani ni kwamba Mungu atukuzwe. Je! Bwana angependa tumuombee mtu huyu aliyesumbuliwa? Tuliacha mzigo kwa Bwana na tulienda

kupumzika. Katika ndoto suala la mtu huyo liliwasilishwa wazi. Mambo yake kutoka utoto wake yalionyeshwa, na kuwa ikiwa sisi tutaomba Bwana hatatusikia; kwa maana aliwaza uovu moyoni mwake. Asubuhi iliyofuata yule mtu alikuja tumuombee. Tulimchukua kando na kumwambia tunasikitika kulazimishwa kukataa ombi lake. Nilielezea ndoto yangu, ambayo alikubali kuwa ni kweli. Alikuwa akipiga punyeto kutoka utoto wake, na alikuwa akiendelea na mazoea hayo wakati wa maisha yake ya ndoa, lakini akasema atajaribu kujikwamua dhidi ya mazoea haya. {CHSw 619.2}

Mtu huyu alikuwa na tabia ya muda mrefu aliyohitaji kuishinda. Alikuwa katika umri wa utu uzima. Viwango vyake vya maadili vilikuwa dhaifu sana kiasi kwamba wakati vilipoletwa kupambana na vile viwango vya kuendekeza nafsi vilivyowekwa zamani, vilishindwa. Tamaa mbovu zilikuwa zimechukua nafasi ya juu zaidi ya asili ya utuwema. Nilimuuliza kuhusiana na matengenezo ya kiafya. Alisema hawezi kuyaishi. Mkewe angeweza kutupa unga wa ngano isiyokobolewa nje ya milango ikiwa ungeletwa ndani ya nyumba. Familia hii ilikuwa imesaidiwa na kanisa. Maombi yalikuwa pia yakitolewa kwa niaba yao. Mtoto wao alikuwa amekufa, mke alikuwa mgonjwa, na mume na baba angeacha kesi yake juu yetu ili tumlete mbele ya Mungu Aliye safi na Mtakatifu, ili aweze kufanya muujiza na amponye. Hisia za maadili za mtu huyu zilikuwa zimekufa ganzi. {CHSw 620.1}

Wakati vijana wanachukua mazoea mabaya wakati roho ni laini/nyororo, hawatawahi kupata nguvu kabisa na kwa usahihi kukuza tabia ya kimwili, kiakili, na kimaadili. Hapa kulikuwa na mtu aliyejidhalilisha kila siku, na bado akathubutu kujitosa mbele za Mungu na kuomba nyongeza ya nguvu ambayo alikuwa nayo na kuitumia ovyo hovyo, na ambayo, ikiwa atapewa, ataitumia katika tamaa yake. Uvumilivu wa ajabu kiasi gani alio nao Mungu! Ikiwa Yeye anapaswa kumshughulikia mwanadamu kulingana na njia zake mbaya, ni nani angeweza kuishi mbele zake? Je! Ingekuwaje

kama tungekuwa hatuna tahadhari na kubeba kesi ya mtu huyu mbele ya Mungu wakati alikuwa akifanya uovu, Je, Bwana angesikia? Je, Yeye angetujibu? ***"Maana huwi Mungu apendezwaye na ubaya; Mtu mwovu hatakaa Kwako; Wajivunao hawatasimama mbele za macho Yako; Unawachukia wote watendao ubatili Zaburi 5:4,5."*** "***Kama ningaliwaza maovu moyoni mwangu, Bwana asingesikia Zaburi 66:18.***" {CHSw 620.2}

Hii sio kesi ya pekee katika dunia hii. Hata uhusiano wa ndoa haukutosha kumlinda mtu huyu kutoka kwa tabia mbaya za ujana wake. Natamani ningeshawishiwa kuwa kesi kama hizi nilizowasilisha ni kitu nadra, lakini najua ni za mara kwa mara. Watoto wanaozaliwa na wazazi ambao wanatawaliwa na tamaa mbaya hawana thamani. Ni nini kinachoweza kutarajiwa kwa watoto kama hao isipokuwa kushuka chini kwa kiwango kuliko wazazi wao? Ni nini kinachoweza kutarajiwa kwa kizazi kinachoinuka? Maelfu hawana kanuni. Hawa ndio hasa huwaambukiza watoto wao tamaa zao zenye kusikitisha, zenye ufisadi. Urithi ulioje! Maelfu huburuza nje maisha yao yasiyokuwa na maadili, yakichafua washirika wao, na kuendeleza tamaa zao mbaya na kuziambukiza kwa watoto wao. Wanachukua jukumu la kuwapatia muhuri wa tabia yao wenyewe. {CHSw 621.1}

Kanuni za Kiadili ni Ulinzi Pekee

Ninakuja tena kwa Wakristo. Ikiwa wote wanaokiri kuitii sheria ya Mungu walikuwa huru kutokana na uovu, roho yangu ingefarijika; lakini sio. Hata wengine wanaodai kuzishika amri zote za Mungu wana hatia ya dhambi ya uzinzi. Ninaweza kusema nini kuamsha hisia zao zilizopooza? Kanuni za maadili, zinazotendwa kwa uangalifu, zinakuwa kinga ya pekee ya roho. Ikiwa kuna wakati ambao chakula kilipaswa kuwa cha aina rahisi zaidi, ni sasa. Nyama haipaswi kuwekwa mbele ya watoto wetu. Ushawishi wake ni kusisimua na kuimarisha mazoea mabaya, na ina tabia ya kuua nguvu za maadili. Nafaka na matunda yaliyotengenezwa bila mafuta ya wanyama (grease),

na katika hali ya asili iwezekanavyo, yanapaswa kuwa chakula cha meza za wote wanaodai wanajiandaa kwa kubadilishwa kwenda mbinguni. Chakula kisichotiwa vitu vingi vya kusisimua mwili, kinasaidia zaidi kwa tamaa kuweza kudhibitiwa kwa urahisi. Utamu wa ladha haupaswi kuzingatiwa bila kujali afya ya mwili, akili, au maadili. {CHSw 621.2}

Kuendekza mazoea mabaya kutaongoza wengi kufunga macho yao katika nuru, kwani wanaogopa kuwa wataona dhambi ambazo hawako tayari kuziacha. Wote wanaweza kuona ikiwa watafanya hivyo. Ikiwa watachagua giza badala ya nuru, uhalifu wao hautakuwa mdogo. Kwa nini wanaume na wanawake hawasomi, na kupata akili makini juu ya vitu hivi vinavyoathiri sana nguvu zao za kimwili, kiakili na za kimaadili? Mungu amekupa wewe makao ya kutunza na kuhifadhi katika hali bora kwa huduma na utukufu Wake. Miili yenu sio yenu wenyewe. ***"Au Hamjui ya kuwa mwili wenu ni hekalu la Roho Mtakatifu aliye ndani yenu, mliyepewa na Mungu? Wala ninyi si mali yenu wenyewe; maana mlinunuliwa kwa thamani. Sasa basi, mtukuzeni Mungu katika miili yenu, na katika roho zenu, ambazo ni mali ya Mungu." "Hamjui ya kuwa ninyi mmekuwa hekalu la Mungu, na ya kuwa Roho wa Mungu anakaa ndani yenu? Kama mtu akiliharibu hekalu la Mungu, Mungu atamharibu mtu huyo. Kwa maana hekalu la Mungu ni takatifu, ambalo ndilo ninyi."*** *1 Wakorintho 3:16, 17.* **[Testimonies for the Church 2:346-353 (1869).]** {CHSw 622.1}

KUPOFUSHWA NA DHAMBI

Testimonies for the Church 5:141-147 (1882).

Shetani anafurahia kuwaona wadhambi wanaoingia kanisani wakidai kuwa ni watunza Sabato wakati wanamruhusu kudhibiti akili na mapenzi yao, akiwatumia kudanganya na kuharibu wengine. {CHSw 623.1}

Katika kizazi hiki wengi ambao dhambi kiasi kwamba kilichoharibika watapatikana watu wamepofushwa sana na hali ya wanachagua maisha ya zinaa na

uovu kwa sababu yanafaa mwelekeo wa asili na upotovu wa moyo. Badala ya kukitazama kioo, sheria ya Mungu, na kuileta mioyo yao na tabia kwenye kiwango cha Mungu, wanaruhusu mawakala wa Shetani kusimika kiwango chake mioyoni mwao. Watu waovu wanafikiria ni rahisi kutafsiri vibaya Maandiko ili kuwategemeza katika uovu wao kuliko kutoa uchafu wao na dhambi na kuwa safi moyoni na maishani. {CHSw 623.2}

Kuna watu wengi wa muhuri wa aina hii kuliko wengi walivyofikiria, na wataongezeka tunapokaribia mwisho wa wakati. Kama hawatajikita katika mizizi na msingi wa Ukweli wa Biblia, na kuwa na uhusiano hai na Mungu, wengi watashawishika na kudanganywa. Hatari ambazo hazionekani zimetishia njia yetu. Usalama wetu pekee ni katika kukesha na kuomba kila wakati. Kadiri tunavyoishi karibu na Yesu, ndivyo tutakavyoshiriki tabia Yake safi na takatifu; na dhambi inayokera zaidi inapoonekana kwetu, ndivyo utakatifu na mwangaza wa Kristo utakavyoinuliwa zaidi. {CHSw 623.3}

Daima kuna nguvu ya kuloga wanadamu katika uzushi na uasherati. Akili imedanganywa sana kiasi kwamba haiwezi kufikiria kwa usahihi, na udanganyifu unaendelea kuiongoza kutoka kwenye usafi. Macho ya kiroho hufifia, na watu wenye maadili ambayo hayajachakachuliwa wanachanganyikiwa chini ya udanganyifu wa mawakala wa Shetani ambao wanadai kuwa ni wajumbe wa nuru. Ni udanganyifu huu ambao huwapa mawakala hawa nguvu. Iwapo watatoka kwa ujasiri na kufanya maendeleo yao wazi watashushwa bila kusita; lakini hufanya kazi kwanza ili wapate huruma na waweze kuaminiwa kama watu wa Mungu watakatifu waliojikana nafsi. Kama wajumbe wake maalum ndipo wanaanza kazi yao ya ustadi ya kuziondoa roho kutoka kwa njia sahihi kwa kujaribu kuifanya sheria ya Mungu kuwa batili. {CHSw 623.4}

Wakati wachungaji wanapotumia fursa ya imani ambayo watu wameiweka 1 ndani yao na kusababisha roho kuharibika, wanakuwa na hatia kubwa zaidi kuliko yule mwenye dhambi

wa kawaida kwa sababu ukiri wao wa imani ni mkubwa. Katika siku ya Mungu, wakati kitabu kikuu cha Mbingu kinapofunguliwa, kitaonekana kuwa na majina ya wachungaji wengi ambao wamejifanya kuwa safi kwa moyo na maisha na nuru, na wakakiri kuwa wamekabidhiwa kazi ya Kristo, lakini ambao walitumia nafasi yao kushawishi roho za watu kuvunja sheria ya Mungu. {CHSw 624.1}

Ikiwa jamii ya mtu mwenye mawazo machafu na tabia potovu imechaguliwa badala ya ile ya wema na safi, ni ishara tosha kwamba ladha na mwelekeo vinapatana, kwamba kiwango cha chini cha maadili kimefikiwa. Roho hizi zilizodanganywa, zenye mhemko, hukiita kiwango hiki kuwa ni ushirika wa juu na mtakatifu wa roho - mapatano ya kiroho. Lakini mtume anauita "uovu wa kiroho katika mahali pa juu," ambao tunapaswa kuanzisha vita vikali dhidi yake. {CHSw 624.2}

Wakati mdanganyifu anaanza kazi yake ya udanganyifu, mara nyingi hupata utofauti wa ladha na tabia; lakini kwa kujifanya kuwa na utauwa mkubwa anapata ujasiri, na wakati hili linapofanywa, nguvu yake ya ujanja, ya udanganyifu hutumika kwa njia yake mwenyewe kutekeleza hila zake. Kwa kushirikiana na hali hii ya hatari, wanawake wanazoea kupumua hali ya uchafu na karibu wanajazwa na roho hiyo hiyo. Utambulisho wao umepotea; wanakuwa kivuli cha mshawishi wao. {CHSw 624.3}

Wanamatengenezo Wanafiki

Watu wanaodai kuwa na nuru mpya, wakidai kuwa warekebishaji au wanamatengenezo, watakuwa na ushawishi mkubwa juu ya kundi fulani linaloamini juu ya uzushi uliopo katika wakati huu wa sasa na ambalo haliridhiki na hali ya kiroho ya makanisa. Kwa mioyo ya Kweli na ya uadilifu, hawa wanataka kuona mabadiliko yaliyo bora, kuwa katika kiwango cha juu. Endapo watumishi waaminifu wa Kristo wangewasilisha Ukweli, safi na usio na uchafu, kwa kundi hili, wangeukubali, na kujitakasa kwa kuutii. Lakini Shetani,

aliye macho kila wakati, huweka njia ya roho hizi zenye maswali. Mtu anayedai kuwa mwanamatengenezo mkubwa huwajia, kama shetani alivyomjia Kristo akijifanya kama malaika wa nuru, na huwavuta zaidi kutoka katika njia sahihi. {CHSw 625.1}

Huzuni na uharibifu unaofuata njia ya uasherati na ulevi hauwezi kukadiriwa. Ulimwengu umetiwa unajisi kwa sababu ya wakazi wake. Karibu wamekijaza kipimo cha uovu wao; lakini jambo litakaloleta adhabu nzito zaidi ni mazoea ya uovu chini ya koti la utauwa. Mkombozi wa ulimwengu hakuwahi kukataa toba ya Kweli, hata kama hatia ni kubwa kiasi gani; bali Yeye anatupa shutuma kali dhidi ya mafarisayo na wanafiki. Kuna matumaini zaidi kwa mwenye dhambi muwazi kuliko kundi hili. **[Testimonies for the Church 5:141-147 (1882).]** {CHSw 625.2}

Kama balozi wa Kristo, ninawasihi ninyi mnaoukiri Ukweli wa sasa kuichukia kwa haraka njia yoyote ya uchafu na kuachana na jamii ya wale wanaotoa maoni yasiyofaa. Zichukieni dhambi hizi zinazotia unajisi kwa chuki kuu zaidi. Wakimbieni wale ambao wangeweza, hata katika mazungumzo, kuifanya akili iende katika njia hiyo; "***"Maana kinywa cha mtu huyanena yaujazayo moyo wake Mathayo 12:34."*** {CHSw 625.3}

Kwa kuwa wale wanaofanya dhambi hizi za unajisi wanazidi kuongezeka ulimwenguni na wanajiingiza katika makanisa yetu, nawaonya msiwape nafasi yoyote. Geukeni kutoka kwa mshawishi. Ingawa anajidai kuwa mfuasi wa Kristo, yeye ni shetani katika umbo la mwanadamu; ameazima vazi la mbinguni ili amtumikie vizuri bwana wake. Hampaswi hata kwa moja wasaa mmoja kuyapata nafasi mapendekezo machafu, ya siri; kwani hata hili litaitia nafsi doa, kama ambavyo maji machafu huchafua njia yanayoipitia. {CHSw 626.1}

Chagueni umasikini, lawama, kujitenga na marafiki, au mateso yoyote badala ya kujichafua roho na dhambi. Kufa kwa sababu ya kukataa kuiaibisha au kuivunja sheria ya Mungu ndiyo

inapaswa kuwa kauli mbiu ya kila Mkristo. Kama watu wanaodai kuwa wanamatengenezoi, tunaothamini Kweli za dhati na safi kabisa za Neno la Mungu, lazima tuinue kiwango cha juu zaidi kuliko ilivyo sasa. Dhambi na watenda dhambi kanisani lazima washughulikiwe haraka, ili wengine wasichafuliwe. Ukweli na usafi vinatuhitaji tufanye kazi kamili ya kuisafisha kambi kuwaondoa akina Akina. Hebu wale walio katika nafasi za uwajibikaji wasipate kutoka dhambi kwa ndugu huyu. Mwonesheni kwamba lazima aziondoe dhambi zake au atengwe na kanisa. **[Testimonies for the Church 5:141-147 (1882).]** {CHSw 626.2}

UTAUWA NA AFYA

[The Signs of the Times, October 23, 1884]

Mtu mwenye hekima asema kwamba "***njia zake ni njia za kupendeza sana, na mapito yake yote ni amani.***" (**Mithali 3:17**). Wengi hudhani kwamba ibada ya kweli kwa Mungu hudhuru afya na furaha ya kijamii. Lakini wale wanaotembea katika njia ya hekima na utakatifu hugundua kwamba "***utauwa hufaa kwa mambo yote; yaani, unayo ahadi ya uzima wa sasa, na ya ule utakaokuwapo baadaye***." **(1 Timotheo 4:8).** Hao wapo hai na huweza kufurahia kweli raha halisi za maisha, pasipo kutaabika kwa majuto yasiyo na maana kwa muda ulio potezwa, wala kuandamwa na giza au hofu ya mawazo, kama inavyowapata mara nyingi watu wa ulimwengu wakati wanapokosa burudisho la michezo ya kusisimua. {CHSw 627.1}

Utauwa haupingi sheria za afya, bali unapatana nazo. Kama wanadamu wangekuwapo waaminifu katika kutii Sheria ya Amri Kumi, na kama wangezitekeleza kanuni zake katika maisha yao, laana ya magonjwa yanayojaa ulimwenguni leo isingekuwapo. Watu wanaweza kufundisha kwamba michezo midogo ya kipuuzi ni lazima ili kuzuia mawazo yasiingie kwenye huzuni. Akili yaweza kweli kuelekezwa hivyo kwa muda, lakini baada ya msisimko kupita, tafakari ya utulivu huja. Dhamiri huamka na kuleta sauti yake, ikisema: "Hii siyo

njia ya kupata afya wala furaha ya kweli.” {CHSw 627.2}

Kuna michezo mingi inayosisimua akili, lakini hakika hufuatiwa na sonona na huzuni. Njia nyingine za burudani hazina ubaya na huleta faida ya afya; ila kazi ya manufaa yenye kutoa mazoezi ya mwili mara nyingi huwa na matokeo bora zaidi kwa akili, wakati huo huo huipatia misuli nguvu, huboresha mzunguko wa damu, na kuwa chombo chenye nguvu cha kuponya afya. {CHSw 627.3}

“*Ni nani mtu yule apendezwaye na uzima, Apendaye siku nyingi apate kuona mema? Uuzuie ulimi wako na mabaya, Na midomo yako na kusema hila. Uache mabaya ukatende mema, Utafute amani ukaifuatie. Macho ya BWANA huwaelekea wenye haki, Na masikio Yake hukielekea kilio chao. Uso wa BWANA ni juu ya watenda mabaya, Aliondoe kumbukumbu lao duniani. Walilia, Naye BWANA akasikia, Akawaponya na taabu zao zote.*” (Zaburi 34:12-17). {CHSw 628.1}

Matendo Mema—Dawa Bora

Ufahamu wa kutenda yaliyo sahihi ni dawa bora kwa miili na akili za wagonjwa au watu wanaougua. Baraka ya pekee ya Mungu ikishuka juu ya mpokeaji ni afya na nguvu. Yeye ambaye mawazo yake ni tulivu na ameridhika ndani ya Mungu, Yuko njiani kuelekea afya. Kuwa na ufahamu kwamba jicho la Bwana liko juu yetu, na kwamba sikio Lake linasikia maombi yetu, ni faraja kuu, inayoridhisha moyo. Kufahamu kwamba tuna Rafiki asiyeshindwa ambaye Kwake tunaweza kuamini siri zote za nafsi, ni furaha isiyoelezeka kwa Maneno. {CHSw 628.2}

Wale wasioona kwamba ni wajibu wa kidini kuifundisha akili yao kutafakari mambo ya uchangamfu, kwa kawaida hupatikana katika misimamo miwili mikali: ama wanajawa na msisimko wa michezo na starehe zisizoisha, wakijishughulisha na mazungumzo ya kijinga, vicheko na mizaha, au wanakuwa na sonona au huzuni ya moyo, wakihisi dhiki kubwa na mapambano ya kiakili ambayo hudhani ni wachache sana waliowahi kupitia au

wanaoweza kuyaelewa. Watu wa namna hii wanaweza kukiri Ukristo, lakini wanajidanganya nafsi zao wenyewe.... {CHSw 628.3}

Uvivu na Kukata Tamaa

Hisia za kukata tamaa mara nyingi husababishwa na kuwa na mapumziko ya kupita kiasi na starehe. Mikono na akili vinapaswa kushughulishwa kwa kazi yenye manufaa, ambayo husaidia kupunguza mizigo ya wengine; na wale wanaojishughulisha kwa namna hii hufaidika wao wenyewe pia. Kukaa bila kufanya kitu, huwapa nafasi watu kufikiria huzuni za kufikirika; na mara nyingi wale wasiokuwa na majaribu na matatizo halisi, hukopesha matatizo kutoka katika siku za usoni. {CHSw 629.1}

Udanganyifu mwingi unafanyika kwa kivuli cha dini. Tamaa na misisimko huchukua nafasi ya akili za wengi ambao mawazo na hisia zao zimepotoshwa kama matokeo ya "***kiburi, kushiba chakula, na kufanikiwa***." **(Ezekieli 16:49).** Nafsi hizi zilizodanganyika hujikomba kwamba wao ni wa kiroho na wamejitoa kwa namna ya pekee, kumbe uzoefu wao wa kidini umejengwa juu ya hisia dhaifu za kufikirika na za tamaa badala ya usafi wa moyo, wema wa kweli, na unyenyekevu wa roho. Akili inapaswa kuondolewa kutoka kujishughulisha na ubinafsi; uwezo wake unatakiwa kutumika kubuni njia za kuwafanya wengine wawe na furaha na wema zaidi. "***Dini iliyo safi na isiyo na waa mbele za Mungu Baba ni hii, kuwatazama yatima na wajane katika dhiki zao, na kujilinda nafsi na dunia pasipo mawaa.***" (Yakobo 1:27). {CHSw 629.2}

Dini ya Kweli Huboresha Akili

Dini ya kweli huboresha akili, husafisha ladha, hutakasa

hukumu na maamuzi, na humshirikisha mhusika katika usafi na utakatifu wa mbinguni. Huwakaribisha malaika karibu na kututenga mbali zaidi na roho na mvuto wa dunia. Huingia katika matendo na mahusiano yote ya maisha, na hutupatia “roho ya akili timamu,” na matokeo yake ni furaha na amani. {CHSw 629.3}

Mtume Paulo aliwaambia ndugu zake Wafilipi: “***Msijisumbue kwa neno lolote; bali katika kila neno kwa kusali na kuomba, pamoja na kushukuru, haja zenu na zijulikane na Mungu. Na amani ya Mungu, ipitayo akili zote, itawahifadhi mioyo yenu na nia zenu katika Kristo Yesu. Hatimaye, ndugu zangu, mambo yo yote yaliyo ya Kweli, yo yote yaliyo ya staha, yo yote yaliyo ya haki, yo yote yaliyo safi, yo yote yenye kupendeza, yo yote yenye sifa njema; ukiwapo wema wo wote, ikiwapo sifa nzuri yo yote, yatafakarini hayo***.” **(Wafilipi 4:8, 6, 7).** {CHSw 630.1}

HATUA YA MBELE

Kazi ya kuelimisha katika safu za umishenari wa tiba ni hatua ya mapema yenye umuhimu mkubwa katika kumwamsha mwanadamu kwa wajibu wake wa kimaadili. Kama wachungaji/wahudumu wangeshika kazi hii katika idara zake mbalimbali kulingana na nuru ambayo Mungu ametoa, kungekuwa na matengenezo yaliyoamuliwa sana katika kula, kunywa, na kuvaa. Lakini wengine wamesimama moja kwa moja katika njia ya maendeleo ya matengenezo ya afya. Wamewarudisha nyuma watu kwa kutojali kwao au matamshi ya kulaani na kuwahukumu, au futuhi, tafrija na mizaha. Wao wenyewe na idadi kubwa ya wengine wameteseka hadi kufa, lakini wote bado hawajajifunza hekima. **—Testimonies for the Church 6:377 (1900).** {CHSw 630.2}

DINI NA KURIDHIKA

Testimonies for the Church 1:565, 566 (1867).

Shetani alipata njia ya kuingia Edeni na kumfanya Hawa aamini kwamba alihitaji kitu zaidi ya kile ambacho Mungu alikuwa amempatia kwa ajili ya furaha yake, kwamba tunda lililokatazwa litakuwa na ushawishi maalum wa kusisimua juu ya mwili na akili yake, na litamwinua hata kuwa sawa na Mungu katika maarifa. Lakini ujuzi na faida aliyofikiria kupata ilimletea laana mbaya. {CHSw 631.1}

Kuna watu wenye mitazamo na fikra gonjwa, ambazo kwao dini ni ukatili, na inawatawala kama fimbo ya chuma. Hao daima wanaomboleza juu ya uharibifu wao na kuugua juu ya uovu unaodhaniwa. Upendo haupo mioyoni mwao; mwonekano wenye hasira au mikunjo ya uso daima ipo juu ya nyuso zao. Wanagandishwa na kicheko kisicho na hatia kutoka kwa vijana au kutoka kwa mtu yeyote. Wanachukulia burudani zote au matumbuizo kama dhambi na wanafikiria kwamba akili lazima iwekwe kila wakati katika kiwango cha juu chenye ukali. Hiki ni kiwango kilichopitiliza kiasi, kwa upande mmoja. Wengine wanafikiri kwamba akili lazima iwe katika hali ya kuvumbua burudani mpya na kuachana na zile za awali ili kuweza kupata afya. Wanajifunza kutegemea misisimko, na hawapati raha bila hiyo. Hao siyo Wakristo wa kweli. Wanaenda katika kiwango kingine kilichopitiza kiasi kwa upande mwingine. Kanuni za Kweli za Ukristo hufungulia mbele ya wote chanzo cha furaha, kimo na kina, urefu na upana ambao hauna kipimo. Ni Kristo ndani yetu kisima cha maji kinachobubujika kuelekea uzima wa milele. Ni kisima endelevu ambacho kwacho Mkristo anaweza kunywa kwa kupenda na asiikaushe chemchemi kabisa. {CHSw 631.2}

Kile kinacholeta ugonjwa wa mwili na akili kwa karibu wote, ni hisia zisizoridhika na manung'uniko yasiyoridhika. Hawana Mungu, hawana tumaini linalofikia kile kilicho ndani ya pazia, ambacho ni kama nanga ya roho, imara na thabiti. Wote walio na tumaini hili watajitakasa kama Yeye alivyo Mtakatifu. Hao wako huru dhidi ya matamanio yasiyotulia, majuto, na kutoridhika; na hawaendelei kutafuta uovu na kufikiria matatizo yaliyokopwa. Lakini tunaona wengi ambao wanapata wakati wa shida hapo awali; wasiwasi umepigwa alama kwenye kila kipengele; wanaonekana kutopata faraja, lakini wanatazamia uovu mbaya kila wakati kwa hofu. {CHSw 631.3}

Hao humvunjia Mungu heshima, na kuileta dini ya Kristo katika sifa mbaya. Hawana upendo wa kweli kwa Mungu, wala kwa wenzi wao na watoto. Mapenzi yao yamekuwa mabaya. Lakini burudani zisizofaa hazitasahihisha akili za watu kama hao. Wanahitaji ushawishi unaobadilisha wa Roho wa Mungu ubadilishao ili wawe na furaha. Wanahitaji kufaidika na upatanisho wa Kristo, ili waitambue faraja ya kiungu yenye thamani. ***"Kwa maana, Atakaye kupenda maisha, Na kuona siku njema, Auzuie ulimi wake usinene mabaya, Na midomo yake isiseme hila. Na aache mabaya, atende mema; Atafute amani, aifuate sana. Kwa kuwa macho ya Bwana huwaelekea wenye haki, Na masikio Yake husikiliza maombi yao; Bali uso wa Bwana ni juu ya watenda mabaya 1 Petro 3:10-12."*** Wale ambao wana ujuzi wa kivitendo wa Andiko hili wana furaha ya Kweli. Wanachukulia kukubaliwa na Mbingu kama jambo la thamani zaidi kuliko burudani yoyote ya kidunia; Kristo ndani yao tumaini la utukufu litakuwa afya kwa mwili na nguvu kwa roho. **[Testimonies for the Church 1:565, 566 (1867).]** {CHSw 632.1}

HITAJI LA KUJITOA

[The Review and Herald, 1 May 31, 1906]

Wahubiri na madaktari, katika kazi yenu mnabeba wajibu mzito. Msiruhusu mawazo yenu yawe ya chini, ya kawaida, au ya ubinafsi kwa kukosa neema ya Kristo. Maandalizi yetu kwa ajili ya makao ya mbinguni lazima yafanywe hapa duniani. Neema ya Kristo lazima ishikamanishwe na kila kipengele cha tabia. {CHSw 633.1}

Nimeagizwa kuwaambia wote wanaodai kuongoka, Je, mioyo yenu imeongoka kweli? Je, mnakesha katika maisha yenu kwa maombi, mkidumisha mwenendo wa busara na thabiti, ili msije mkawa na kivuli cha dini bali ile imani ya thamani na ya kweli? Wachungaji na madaktari, mlipompokea Kristo, je, mlihisi kwa kina uhitaji wa kiroho? Ni jambo kubwa kiasi gani kwenu ninyi mnaoitwa kuwa wahudumu wa haki, kupokea kipawa cha kimbingu cha nuru na upendo, amani na furaha katika Roho Mtakatifu. Mnapaswa kujazwa na upendo wa Kristo kiasi cha kumpa Yeye mapenzi yenu yote, mkijitoa na kujisalimisha kikamilifu kwa Yeye aliyetoa maisha yake kwa ajili yenu. Mkijazwa na upendo wa Kristo, mtashinikizwa kufanya matendo ya huduma isiyo ya ubinafsi mpaka matendo hayo yawe ndio mwenendo wa maisha yenu. Kukua kila siku katika maisha ya Kristo huumba ndani ya roho mbingu ya amani; na katika maisha hayo matunda huonekana daima nayo huendelea kuzaa. {CHSw 633.2}

Ndugu na dada, tunahitaji mabadiliko ya kiroho ambayo wote waliokombolewa lazima wapitie, kupitia utakaso wa akili na moyo kutoka kila doa la dhambi. Katika maisha ya wale waliokombolewa kwa damu ya Kristo, kujidhabihu na kujikana nafsi kutadhihirika daima. Wema na haki vitaonekana. Uzoefu wa ndani wa utulivu utayajaza maisha kwa utauwa, imani, unyenyekevu na uvumilivu. Huu ndio uzoefu wetu wa kila siku. Tunapaswa kuunda tabia zisizo na dhambi—tabia zilizo za haki ndani na kwa neema ya Kristo... Mioyo yetu inapaswa kusafishwa kila uchafu kwa damu iliyomwagwa kwa ajili ya kuondoa dhambi. {CHSw 633.3}

Wakati wahubiri wanapopamba mafundisho ya Kristo Mwokozi wetu,

na madaktari wanapodhihirisha kwa maneno na matendo yao, na kwa mvuto wao, neema ya uponyaji ya Kristo; wakati Mwokozi anapodhihirishwa kama Yeye aliye mtukufu kabisa, kazi kubwa itafanyika kwa ajili ya nafsi nyingine. Mungu anataka Ukweli ukae katika Patakatifu pa ndani pa roho, ili utu wote uwe mfano wa maisha ya Kristo..... {CHSw 634.1}

Nawasihi ndugu na dada zangu ambao ni wachungaji au madaktari, kutumia katika maisha yenu kanuni za thamani za ukweli, ili wengine wapate kutambua kuwa mmekuwa na Yesu na mmejifunza kwa Yeye aliye safi na mtakatifu, asiye na lawama mbele ya kizazi cha dhambi na uovu. Kisha wengi watamgeukia Bwana kupitia jitihada za dhati na bidii, mlizozifanya kwa ajili yao, ninyi mnaojua ukweli. {CHSw 634.2}

Kuacha Kabisa

Wakati somo la kiasi linapowasilishwa kama sehemu ya Injili, wengi wataona hitaji lao la matengenezo. Wataona uovu wa vileo na kwamba kuacha au kutogusa kabisa ndio jukwaa pekee ambalo watu wa Mungu wanaweza kusimama kwa uaminifu. Mafundisho haya yanapoendelea kutolewa, watu watavutiwa na mbinu zingine za kujifunza Biblia. — **Testimonies for the Church 7:75 (1902).** {CHSw 634.3}