

STUDIUL 12

NATURA- O SURSA DE SANATATE

Scopul lectiei acestei saptamani este de a demonstra ca in ciuda faptului ca pacatul a deformat natura, totusi ea continua sa fie o sursa de sanatate si bunastare. A trai in oras departe de natura, se poate transforma intr-un obicei gresit de care trebuie sa ne eliberam. Biblia declara ca atunci cand a iesit din mainile Creatorului, totul era foarte bun, perfect, nu se gasea nici o urma de imperfectiune. Aici era inclus si omul, corpul sau era perfect, idealurile sale si emotiile. Nu exista teama, egoismul, tradarea si cu atat mai putin violenta, invidia, minciuna si celelalte rele. Imagineaza-ti un barbat si o femeie perfecti traind intr-un ambient perfect.

Era ceea ce numim paradisul, dar din nefericire, pacatul a ruinat totul. Pacatul intotdeauna distruge lucrurile pe care le atinge. Pacatul nu este doar o ofensa contra lui Dumnezeu, este cea mai mare prostie pe care omul o poate face incercand sa fie fericit. De aceea „pacatul” in greaca inseamna ”a gresi tinta”, vrea sa spuna ca tintesti intr-o directie si nimeresti in alta diferita. Gandeste-te la Adam si Eva, care cedand in fata tentatiei, ultimul lucru pe care si-l doreau era sa aduca nenorocire in lume. Ei doar vroiau sa fie putin mai fericiti decat erau, doar vroiau sa fie asemanatori cu Creatorul.

¿Dar care a fost finalul? Ceea ce vedem azi, o lume deformata, un om care ascunde sentimente si emotii denaturate. In corpul perfect al primelor fiinte omenesti erau simtaminte si acestea erau perfecte, fiind sursa placerii. Mirosul, gustul, tactul, auzul, vazul, asa ca placerea deasemenea era perfecta. Aceasta perfectiune deasemenea a fost deformata si astazi omul traieste intr-o cautare nebuna de placere, ceea ce se transforma in durere si suferinta.

Sa mergem la a doua parte a lectiei. Aici se vorbeste despre intrarea pacatului. Mereu ma gandesc cum ar fi fost aceasta lume daca nu ar fi existat capitolul 3 din Geneza. Am fi fost in Eden, dar din nefericire capitolul 3 povesteste despre marea cadere a primilor nostri parinti. Ei nu au vrut sa faca rau nimanui, nu au planuit sa distruga pamantul minunat

creat de Dumnezeu, niciodata nu a vrut sa aduca durerea si mizeria asupra lumii. Ei doar au vrut sa probeze ceva nou, dar din nefericire au ruinat totul. Si deodata in lumea perfecta a lui Dumnezeu care le-o incredintase, au aparut consecintele pacatului. ¿Care au fost acestea? Adam si Eva au pierdut relatia pe care o aveau cu Dumnezeu si intre ei, s-au ascuns intre copacii gradinii de prezenta lui Dumnezeu, nu mai vroiau sa-L vada. Si-au facut sorturi pentru a-si ascunde goliciunea. Rusinea si frica au inceput sa fie emotii dominante in viata lor.

Relatia lor a devenit o relatie de dominare. Adam si Eva au fost expulzati din Eden si astfel au pierdut relatia armonioasa cu natura. Pamantul a fost blestemat din cauza neascultarii, omul a inceput sa simta durere, sa imbatraneasca, sa-si manance painea cu sudoarea fruntii. Dar rezultatul final este moartea. Teama care s-a instalat dupa pacatuire era o forma a mortii. Oboseala, durerea, pe care munca le-o producea era o alta forma a mortii. Revolta propriei naturi, sentimentele, emotiile distorsionate, cruzimea si pericolul pe care multe animale au inceput sa le manifeste, toate erau expresia mortii.

Moartea, ca si consecinta a pacatului, nu a fost instantanee. Adam si Eva nu au mancat si au murit. Au mancat si au inceput sa moara, in fiecare zi, lent. Asta face pacatul astazi, ucide putin cate putin, idealurile, ideile, visurile tale, respectul de sine, familia si viata ta. Astazi incepem sa murim din ziua in care ne nastem. Problema este ca pacatul ne separa de Dumnezeu, care este izvorul vietii. O lume departe de Dumnezeu este o lume dezordonata.

Natura inebuneste, apare Tsunami, inundatii si uragane. Prin avansarea tehnologiei, apar deasemenea problemele incalzirii globale si consecintele ei. Aceasta este realitatea trista pe care o traim astazi. Dar in ciuda acestei realitati, avem o promisiune concreta ca Dumnezeu va recrea din nou ceea ce pacatul a distrus. Va reconstrui totul. Starea aceasta prezenta nu va dura pentru totdeauna. Ne apropiem de finalul istoriei, cand Dumnezeu va face noi lucrurile vechi. ¿Poti crede aceasta?

A treia parte a lectiei mentioneaza Creatorul si creatiunea, natura chiar daca pacatul a distrus mult din ceea ce Creatorul a facut, chiar daca natura pare ca iese de sub control, cand au loc tragedii naturale, chiar si asa, astazi inca ne putem bucura de lucrurile create de Dumnezeu. O serie de

studii realizate de psihologul Stephen Caplan si colegii sai de la Universitatea din Michigan din S.U.A., au demonstrat ca a merge prin natura are un profund efect restaurator pentru capacitatea concentrarii. Unul din ultimele studii publicat in 2008 in revista "Stiinta psihologiei", demonstreaza cum o scurta plimbare in natura, ajuta ca atentia si capacitatea de concentrare sa se fortifice semnificativ. Expertii au cerut ca 38 de studenti voluntari sa rezolve probleme care cereau un inalt nivel de concentrare. Au impartit grupul in doua. Unui grup i s-a cerut sa se plimbe prin oras si celuilalt grup sa se plimbe in natura. Grupul care a mers in natura a obtinut rezultate mai bune la probele realizate. Dar nu numai atat, investigatorii William Suliman si Francisc Coe de la Universitatea Illinois au analizat relatia dintre lipsa unui ambient natural si agresivitate si iritabilitate. Pentru aceasta ei au studiat 145 de femei care locuiau in edificii de unde se puteau vedea campuri verzi, in timp ce altele locuiau in locuri de unde se puteau vedea doar ziduri de ciment. Ceea ce s-a observat au fost nivele semnificative mai scazute de agresivitate si violenta intre femeile care locuiau aproape de natura. Rezultatul s-a repetat in alta investigatie, dar cu 169 de fete care locuiau in acelasi cartier. Dintre acestea doar unele puteau vedea piata plina de copaci de la fereastra casei, si acestea nu aveau doar un mai bun randament la disciplina, ci dadeau dovada de o mai buna concentrare. Alt studiu publicat in revista "Stiinta" a demonstrat amplasarea unui spital din Oregon, SUA, intr-un ambient natural, a redus timpul de recuperare a pacientilor de la 5 la 2 zile si a ajutat ca pacientii sa foloseasca mai putine medicamente pentru durere. Vrea sa spuna, ca privind natura, durerea se calma intr-un anumit fel. Este demonstrat ca a petrece jumatate de ora in mijlocul naturii sau intr-un centru comercial nu este acelasi lucru pentru sanatate. Investigatori de la Universitatea Esec au comparat efectul unei plimbari in ambele ambiente si au descoperit ca 71% dintre persoanele care s-au plimbat in natura, au avut nivele mai scazute de depresie si anxietate, iar intre cei care au facut o plimbare prin magazine, 45% s-au simtit mai putin deprimati, dar 22% s-au simtit mai tristi si 50% au fost mai stresati. Intr-un alt studiu, 108 persoane cu diferite probleme mintale, au fost intrebate cu privire la starea lor dupa ce au avut contact cu natura. 94% au spus ca activitatile facute in natura au beneficiat sanatatea lor mintala si emotionala, au redus depresia, in timp ce 90% au obtinut un mai mare efect combinand exercitiul cu plimbari pe

camp sau iesiri in parcuri naturale. Vrea sa spuna, ca in ciuda faptului ca natura este deformata de pacat, inca are mari beneficii pentru sanatate.

A patra parte a lectiei vorbeste despre beneficiile de a studia si a privi natura. Isus a spus in Matei 6:26-29- ” Uitați-vă la păsările cerului: ele nici nu seamănă, nici nu seceră, și nici nu strâng nimic în grânare; și totuși Tatăl vostru cel ceresc le hrănește. Oare nu sunteți voi cu mult mai de preț decât ele? Și apoi, cine dintre voi, chiar îngrijorându-se, poate să adauge măcar un cot la înălțimea lui? Și de ce vă îngrijorați de îmbrăcăminte? Uitați-vă cu băgare de seamă cum cresc crinii de pe câmp: ei nici nu torc, nici nu țes; totuși vă spun că nici chiar Solomon, în toată slava lui, nu s-a îmbrăcat ca unul din ei.” Sa privim si sa observam pasarile, crinii campului, priviti natura. Priveste, invata, ia lectii din lucrurile create de Dumnezeu. Acum inteleg de ce a spus Dumnezeu ca natura deasemenea Il descopera pe El. Problema noastra este ca traим intr-o continua alergare, nu avem timp de nimic, suntem sclavii orasului si al muncii, ai presiunilor vietii si nu iesim din rutina vietii pentru a vedea minunile creatiunii.

Daca am avea cateva minute pe zi in care sa contemplam natura, am putea gasi acolo, raspunsuri pentru multe din problemele vietii. Problema este ca aceste detalii simple ale naturii trec neobservate prin fata ochilor celor care sunt viciati de orase si munca. Voi mentiona doar doua lectii care se pot invata din natura. Sa observam mersul ordonat al furnicilor, cum gasesc ele drumul inapoi spre cuib dupa ce merg sa caute hrana. Un grup de investigatori britanici au descoperit ca anumite specii pe langa faptul ca lasa o urma mirositoare, au deasemenea principii geometrice, trasand linii care sa le ajute sa ajunga inapoi acasa. De exemplu, in cazul furnicilor Faraon, rutele care se fac de la colonie, se bifurca in unghiuri de 50-60 grade. Cand furnica care se intoarce la cuib, ajunge la o intersectie, din instinct alege drumul care o face sa ocoleasca cel mai putin si astfel ajunge la cuib. Se spune ca unghiul care se formeaza intre drumuri le faciliteaza furnicilor mersul pe reseaua de drumuri si evita pierderea energiei prin gresirea drumului. ¿Nu este acest lucru extraordinar?

Dar sa ne gandim acum la busola interna a pasarilor. Multe pasari calatoare ajung la destinatie cu o precizie uimitoare, strabatand distante foarte lungi in conditii climatice destul de grele. Stiintificii au descoperit ca aceste creaturi percep campul magnetic al pamantului. Revista „Stiinta” spune ca liniile campului magnetic variaza de la un loc la altul si nu

intotdeauna indica adevaratul nord. ¿Atunci cum reusesc pasarile calatoare sa ajunga la destinatie? Se pare ca ele isi actualizeaza zilnic busola interna in acord cu punctul in care apune soarele. Si cum acest punct se schimba in functie de altitudine si anotimp, investigatorii au observat ca pasarile compenseaza aceste schimbari cu un ceas biologic care le indica momentul in care se gasesc.

¿Acum spune-mi, cine a dat furnicilor cunostintele de geometrie, cine a dotat pasarile cu o busola interna, un ceas biologic si un cerebel capabil sa interpreteze datele transmise de instrumentele naturii? ¿Ce putem invata din aceste lectii simple? Ca exista un Dumnezeu al dragostei care a creat natura. Doctrina existentei lui Dumnezeu nu trebuie sa o invatam doar din Biblie, ci chiar si privind natura. ¿Cine poate spune ca nu este un Creator al acestor lucruri atat de minunate?

Ajungem la finalul lectiei si vom studia Psalmul 104. Acest psalm este minunat pentru ca preamareste puterea Creatorului si maretia creatiei Sale. Este posibil ca Pavel s-a gandit la acest psalm cand vorbea cu filozofii din Atena, caci se refera la un Dumnezeu care se intereseaza de creatiunea Sa. Un Dumnezeu care nu si-a abandonat creatia cum cred ateistii. Cu toata siguranta, autorul acestui psalm avea in minte capitolul 1 din Geneza, chiar daca nu a vorbit in detaliu de cele 6 zile ale creatiei, nici nu mentioneaza crearea omului si a femeii, dar psalmistul incepe cu lumina, continua cu separarea apelor si crearea cerului. Apoi mentioneaza crearea vegetatiei, aparitia soarelui si a lunii, crearea vietuitoarelor terestre si marine. Psalmul declara ca Dumnezeu este extraordinar de grandios, intelept si bun.

Chiar daca traim intr-o lume care duce povara blestemului pacatului, pamantul inca este guvernat de legile divine. Dar cel mai impresionant este ca acest Creator infinit se preocupa pentru cineva atat de insignifiant cum este pacatosul. ¿De aceea, de fiecare data cand esti tentat sa crezi ca nu ai nici o valoare, cand nedreptatile te tulbura, cand nimic nu merge bine, cand vrei sa renunti la toate, priveste natura si gandeste ca daca este un Dumnezeu care ingrijeste animalele, de ce nu ar ingriji si de tine? Gadeste-te la asta si continua sa lupti, nu te concentra la zidurile oraselor. Avem nevoie sa privim natura pentru a intelege maretia dragostei lui Dumnezeu. Dumnezeu sa te binecuvinteze!