Отвечает: Виктор Белоусов

Мир Вам, Иван!

По всей видимости, такой рост мышечной массы (не говоря о принимаемой химии) нарушает нормальную структуру организма. Обратите внимание на то, что происходит с бодибилдерами в старости. Здоровья это не приносит - точно. Думаю что врачи об этом сказали.

Если смотреть по Библии - мы несем ответственность перед Богом за здоровье и всю нашу жизнь:

19 Не знаете ли, что тела ваши суть храм живущего в вас Святаго Духа, Которого имеете вы от Бога, и вы не свои?
(1Кор.6:19)

16 Разве не знаете, что вы храм Божий, и Дух Божий живет в вас?
17 Если кто разорит храм Божий, того покарает Бог: ибо храм Божий свят; а этот [храм] - вы.
(1Кор.3:16,17)

Еще одна духовная сторона - бодибилдинг в основном прославляет тело человека и его физиологические достижения, ориентируя других молодых людей на ложные ценности. Тело должно быть в гармонии с Духом, физическая сила в гармонии с ответственностью, любовью и мудростью.

Если хотите для "практического дела" наработать мышечную массу - смотрите в сторону работы кузнеца или каменщика :) "Таскать железо" в более естественной обстановке, не для прихоти - а для пользы. Для современного человека кузнечная работа покажется анахронизмом, зачем ковать вручную если есть столько оборудования и станков для обработки металла.

Зачем наращивать искусственно мышцы без их практического применения? Как средство агрессии или защиты от агрессии? За последнее время слышал несколько случаев как на улице убили мастера спорта по тайскому боксу и кандидата в мастера по обычному боксу. Само по себе боевое искусство, как и мышечная масса - не являются решением.

Наверняка существует причина, по которой Вы хотите заниматься бодибилдингом. Вы ведь делаете это не просто так. Обратитесь к Богу, чтобы Он дал Свой ответ на Ваше желание. Он изменяет жизнь. Это звучит парадоксально, но работает:

32 потому что всего этого ищут язычники, и потому что Отец ваш Небесный знает, что вы имеете нужду во всем этом.

33 Ищите же прежде Царства Божия и правды Его, и это все приложится вам. (Матф.6:32,33)

Благословений,
Виктор