Отвечает: Василий Юнак

Галина пишет: Уважаемый Василий Дмитриевич!Спасибо за серию ответов о питании.Назрел новый вопрос.Что Вы можете сказать о голодании в лечебных целях?Есть источники,где говорится,что из-за голодания нарушается обмен веществ,что организм запасается жиром на случай атаки голодом,что снижения веса не происходит и т.д.Это кажется таким убедительным...Но Господь и Сам был без питья и пищи 40 дней,и в Библии описываются посты понимаю,что их смысл был в другом,но я сейчас говорю о медицинских показаниях.Благодарю

Приветствую Вас, Сестра Галина!

Бог сотворил человека и даровал ему естественный образ жизни - питание. Бог не создавал человека для голода. Если мы будем придерживаться наиболее естественного образа жизни безо всяких крайностей и экстремальных обстоятельств, то будем здоровыми. Здоровый человек не нуждается ни в голоде, ни в посте, ни во всякого рода очищениях и диетах. Только это подразумевает воистину здоровый образ жизни, то есть сбалансированный умственный и физический полезный труд, спокойную эмоциональную обстановку, взаимоотношения любви и заботы с окружающими, сбалансированное умеренное питание, состоящее из плотного завтрака, нормального обеда и легкого ужина без перекусов между едой, пребывание на свежем воздухе и достаточное насыщение солнечным светом, правильный достаточный отдых, достаточное употребление воды внутрь и наружно, физическая и моральная чистота и полное доверие Богу в соблюдении всех Его заповедей. При таком образе жизни человек не будет нуждаться ни в голодании, ни в особых диетах.

Примеры из Писания о воздержании от пищи Моисея и Иисуса Христа - это экстремальные обстоятельства, связанные с исполнением их особой миссии. Если Господь призовет Вас на подобное служение, а затем поведет Вас "на гору Синай" или "в пустыню", то Он Сам укажет Вам, что делать и как питаться. Но то, как Господь будет вести Вас в этой особой миссии, ни в коей мере не должно стать предписанием для всех остальных людей. Например, особая миссия от Бога была дана пророку Осии - выкупить себе в жену блудницу. Должны ли мы на этом основании утверждать, что это является образцом семейных отношений? А пророку Иезекиилю было повелено питаться калом - должны ли мы сейчас предписывать этот род диеты или искать в нем некий лечебный смысл? Пророк Исаия по повелению Господа три года ходил нагим и босым, неужели по этой причине мы станем проповедовать нудизм?

Однако мы до сих пор говорили о нормальных здоровых людях. И часто бывает, когда то, что полезно здоровому, смертельно опасно больному. И наоборот, то что необходимо больному, ни коим образом не позволительно здоровому, дабы он не стал еще более больным. Каждая болезнь имеет свои причины и должна лечиться своими методами. Не бывает универсального средства лечения, всякая панацея - это миф. Единственная панацея - это здоровый образ жизни, потому что болезнь легче предупредить, нежели

вылечить. Хотя зачастую даже заболевшему, если болезнь замечена вовремя, лучше всего позволить организму восстановить себя, поддерживая работоспособность организма именно тщательным соблюдением всех принципов здоровья, которые я кратко перечислил в начале.

Для больного человека иногда бывает необходимо лечебное голодание. Однако я не считаю, что длительное голодание вообще полезно даже в лечебных целях. Поль Брэгг, описавший систему лечебного голодания, был хорошим человеком, но он не признавал Божественных принципов здоровья. Я просмотрел все доступные мне его труды, и не обнаружил в них никакого признания Божьей исцеляющей силы и Его принципов здорового образа жизни. А потому я рассматриваю Поля Брэгга и его лечение голоданием как всего лишь одно из направлений в нетрадиционной медицине, в котором есть свои плюсы и минусы, и которое не может считаться универсальным средством, как бы его ни преподносили. Если Ваш лечащий врач порекомендует Вам лечебное голодание, то вероятно оно Вам полезно. Хотя всегда надо проконсультироваться у нескольких врачей, потому что все они - обычные ошибающиеся люди. Но заниматься самолечением голоданием всего лишь потому, что оно якобы кому-то помогло, это я назвал бы грехом разрушения храма своего тела. И это относится к любому популярному методу лечения.

Благословений!

Василий Юнак