



Stiftelsen International Institute of Health & Education
Stenshult 1 • 511 95 • Öxabäck • Sweden
tel. & fax • +46 (0) 320 56144
mobil • +46 (0) 707 782257
email • stenshult@gmail.com
hemsida • www.stenshult.org

Till:

Evenemang 2009

- 12 april — 12 juniBibel- & Hälsokurs
- 15 — 17 maj Vårens Bibelmöte
Talare: Colin Standish
- 27 jul — 2 aug Sommarens Bibelmöte
Talare: Peter Gregory
- 30 aug — 30 oktBibel- & Hälsokurs



STENSHULT BLADET

Synda och leva?

Av Jay Krüger

Det är närmare 6.000 år sedan lögnens fader inlät sig på sin bedrägliga och destruktiva uppgift att avlägsna all sanning och rättfärdighet på denna jord. "Tjuven kommer bara för att stjäla, slakta och döda" Joh. 10:10. En av de första lögner han sade till Eva var: "Ni skall visst inte dö!" 1 Mos. 3:4. Innan Satan yttrade dessa ord, lockade han henne listigt att ifrågasätta de ord, som Gud varnande hade talat till henne. Bedragaren visste att om Eva skulle ifrågasätta Guds sanning, så skulle hon bli ett lätt offer för hans list och ordklyveri. Satans löfte var fyllt av förmäthenhet, ty det innehöll inte lydnad mot Guds ord. Han utlovade liv i olydnad. Faktum är att han utlovade evigt liv i olydnad - evigt liv i synd. "Synda och lev!" utropade han. Det finns emellertid en annan sida av ett liv i synd - ett liv i lastbarhet och lidande. I ett radioprogram som behandlade ämnet evigt liv, intervjuades nyligen äldre människor som bor i Stockholm. Den fråga, som ställdes var: "Skulle du vilja leva i evighet?" "Nej!" utropade den ene efter den andre pessimistiskt. Stackars människor utan hopp om en uppståndelse, som troligen

föreställde sig att de rullade omkring i sina rullstolar, tompratade, matades och tvättades av andra, bodde isolerat och i ensamhet genom hela evigheten. Säkert skulle inte många människor säga "Ja" till det!

Samma gamla lögn som diktades ihop i begynnelsen har i dag på ett förödande sätt smugit sig in bakom katedrarna hos många teologer, professorer, lärare och predikanter som bekänner sig vara kristna som utlägger Guds ord. En lögn som framläggs av en religiös ledare är inte mer sann än en lögn som uttalats av Satan, och ursprungligen härrör lögnen från Satan. Han är lögnens fader och använder människor som gör anspråk på att vara Kristi efterföljare för att göra sina lögner mer smakliga.

(Fortsätter på s. 2)

INNEHÅLL	
Information.....	s. 2
Dyrbar litteratur.....	s. 3
Carob.....	s. 4
Barnens hörna.....	s. 5
Katias grönsakspaj.....	s. 6
Evenemang.....	s. 8

STENSHULT

Stenshult Hälso- och Missionscenter drivs av International Institute of Health & Education, en tjänst grundad i Sverige av lekmän inom sjundedagsadventismen. Vårt mål är att bruka Stenshult som ett medel för att sprida det eviga evangeliet som finns i de tre änglarnas budskap (Uppenbarelse 14:6-12) och att förbereda ett folk att träffa sin snart återkommande Herre.

Bank information i Sverige

Namn: Mjöbäcks Sparbank (Swedbank)
Kontonamn: International Institute of Health & Education
Kontonr: 8222-2, 14 008 844-4
Bankgirot: 5665-9030
IBAN: SE2580000822220140088444
Swift kod: SWEDSESS
PlusGiro: 14 72 92-7

Danmark: Nordea
regnr: 2520
kontonr: 6267- 827- 425

(Fortsatt från s. 1)

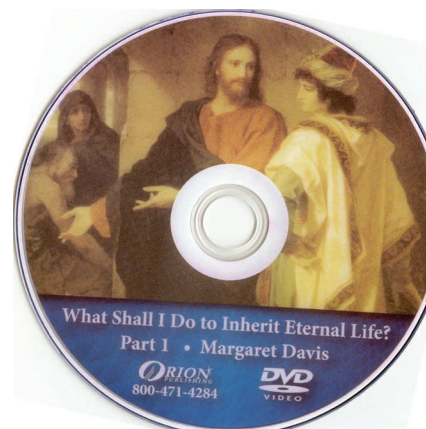
Bibeln berättar för oss i Romarbrevet 6:23 att "syndens lön är döden". "Synd är brott mot lagen" 1 Joh. 3:4. Det innebär att betalningen eller lönen för att överträda Guds lag eller ord är död. Vi får lära oss i Adams och Evas fall att en enda synd var tillräcklig för att utsätta dem för döden. "En synd som inte ångrats är tillräcklig för att stänga himlens portar för dig. Det var på grund av att människan inte kunde räddas med en enda syndig fläck på sig,

som Jesus kom för att dö på Golgata kors." (*Signs of the Times*, 17 mars 1890) "Vi kan inte möta Kristus i frid med en enda synd, som vi inte ångrat, bekänt och övergett." (*Review & Herald*, 17 mars 1891) Det finns ingenting vackert eller gott i synd. Den är ond, gudlös och orätt. Satan gör anspråk på att göra synd tilldragande, förädlade, frigörande och framgångsrik. Dragningskraften försvinner. Synd förnedrar, gör människan till fånge genom skuld, ånger, bedrövelse och missmod, och slutar med en ytterst olycklig utgång. Bibeln talar om vad synd är - homosexualitet, sexuella relationer vid sidan av äktenskap, stolthet, svartsjuka, otålighet, split, dryckenskap, omåttlighet, hat, uppror, lögn, bedrägeri, girighet, avund, orena och oheliga tankar m.m. - och det finns ingen anledning att förringa synden för att få det att se ut som om Gud tänkte acceptera synd eller rädda oss om vi fortsätter att synda. Syndare kommer att dö om de inte ångrar, bekänner och överger sina synder. I kyrkor lever såväl präster som lekmän i öppen synd, och man bryr sig inte om Guds dom. Det finns ingen klar gräns mellan vad som är rätt och vad som är orätt. Synd tolereras, accepteras och t.o.m. gynnas. Detta har resulterat i det brott, den sedeslöshet, vållustighet och fullständiga perversitet som nu råder i nästan

(Fortsätter på s. 7)

(Fortsatt från s. 2)

varje del av vår värld. Även om det inte ser så ut, finns det en gräns för Guds barmhärtighet. Snart skall vår store Översteprästä stå upp, och de sju sista plågorna skall utgjutas över jorden. Det kommer inte att finnas något jubel för syndare på den dagen. Det kommer inte att finnas någonstans att ta vägen, ingenstans att gömma sig för Guds harms vrede mot synd och syndare. "Den som syndar skall dö" Hesekiel 18:20. "Jag finner ingen glädje i någons död, säger HERREN, HERREN. Vänd därför om, så får ni leva" Hesekiel 18:32. Käre vän, kom till Kristus! Om vi överlåter allt till Honom, kommer Han att rädda oss från våra synder. Låt oss ångra, bekänna och överge våra synder och leva!



Tre DVD-skivor med 6 timmars budskap om rättfärdiggörelse genom tro av Margaret Davis. Endast på engelska. Beställ för 150:- SEK, plus porto.

(Fortsatt från s. 4)

choklad inte någon oxalsyra, som hindrar kroppens upptagning av kalcium. Carob är fri från koffein och teobromin, vilka är beroende-framkallande och kan förorsaka allergier. Carob innehåller ingen fenethylamin som kan utlösa migrän. Dessutom genomgår carob inte någon jäsningsprocess som choklad gör. Carob köps oftast i pulverform men kan också finnas i sirapsform. Carob är verkligen en Guds gåva för vår hälsa och vårt välbefinnande.

Gits carobballarIngredienser:

2 finrivna skalade äpplen
2 1/2 dl finmalda solrosfrön
1 1/2 dl kokosflingor
1 1/2 dl carobpulver
1 dl blötlagda russin
Ev. vanilj

Allt blandas till en smet som får stå i kylen övernatten. Forma bollar som rullas i kokos.

CarobshakeIngredienser:

2 bananer
2 msk carobpulver
5 dl sojamjök
Ev. 1 msk honung eller dadelsirap.
Kör allting till en slät massa i matberedare.

Stenshult Hemkök presenterar:

Katias grönsakspaj

Koka potatis i en liten mängd saltat vatten tills de är mjuka. Låt dem kallna och skär dem i bitar, behåll skalet på. Lägg till halvkokta morotsslantar, okokta ärter samt frästa, hackade lökar. Välj gärna andra grönsaker efter eget val.

4½ dl sojamjök (eller havremjök)

2 msk fullkornsvetemjöl

2 tsk av din favoritkrydda

3 tsk lökpulver 2 tsk jästflingor

1/4 tsk vitlökspulver 1/4 tsk salt

Mixa ovanstående ingredienser. Koka tills de tjocknar, rör hela tiden. Blanda ihop med grönsakerna. Gör det så många gånger som behövs för den mängd grönsaker du skall använda. Tryck ut en pajdeg av fullkornsvetemjöl i en pajform. Fyll den med grönsaksblandningen. Lägg ett lock av pajdeg överst. Räffla (tryck samman) kanterna. 175 °C 45-60 min.

Pajdeg utan olja.

6 dl fullkornsvetemjöl

2½ dl vatten

1 1/4 dl malda cashewnötter eller mandlar

1 msk sesamfrön ½ tsk salt

För knaprigare pajskal används: Hälften havremjöl och hälften fullkornsvetemjöl. Dela degen i två delar. Använd mjöl för att förhindra att degen klibbar, kavla ut en del till en tunn deg och kläd pajformen invändigt med den. Fyll den med frukt- eller grönsaksfyllning, kavla ut den andra delen deg, täck pajen med den och räffla kanterna. Skär några snitt i överdelen. (Detta recept kan också användas för att göra goda crackers.)

(Fortsatt från s. 3)

båda donatorerna. Tänk bara om en tredje och en fjärde person också skulle acceptera denna 30.000-kronors-utmaning. Då kunde pengarna fyra- och femdubblas! Var snäll skriv BANKLÅN på din gåva.

Vi tar fortfarande emot anmälningar till våra vår- och höstkurs om hälsa och Bibel. Se "Evenemang 2009" på sid. 8 när det gäller datumen. Du kan också gå in på vår hemsida för fler detaljer.

"Det som behövs mest i världen idag är människor som inte låter sig köpas eller säljas, som innerst inne är ärliga och uppriktiga, som inte är rädda för att kalla synden vid dess rätta namn, människor vars samvete pekar lika fast mot deras plikt som kompassnålen mot norr, människor som håller fast vid det rätta, även om himlarna rasar samman."

Vägen till mognad, s. 70

Litteratur fylld med sanningen

Vi planerar att trycka ytterligare 50.000 kopior av hälsobroschyren "Själ Kropp Ande", som presenterar en koncentrerad sammanfattning av hälsolagarna. Trots att gensvaret har varit på nivån cirka 1 för 3.000 med våra första 50.000, vet vi att läsarna har begåvats med välsignelsen av timlig och evig sanning. Vi har fortfarande mycket att göra. Lyssna till detta underbara citat nedan!

"Frågan om måttlighet och återhållsamhet måste få avgjort stöd från Guds folk. Omåttlighet

eftersträvar mästarskap.

Njutningslystnad ökar undan för undan, och det är

stort behov av publikationer

som behandlar en reformering av hälsan.

Litteratur som

har betydelse för detta är evangeliets hjälpande hand, och leder människor till att söka sig till Bibeln för en bättre förståelse av sanningen. En varnande röst mot omåttlighetens stora onda borde höjas. För att detta måtte bli gjort borde varje sabbatshållare studera och tillämpa den undervisning som ingår i våra hälsotidskrifter och hälsoböcker. De borde också göra mer än detta: De borde allvarligt anstränga sig att låta dessa tryckalster cirkulera bland sina grannar. Försäljning av vår

hälsolitteratur skall under inga omständigheter hindra försäljning av publikationer som handlar om andra delar av den tredje ängelns budskap. Alla måste bereda vägen för Herrens återkomst." *Counsels on Health*, s. 462.

"Vi närmar oss snabbt slutet.

Att trycka och låta böcker och tidningar som innehåller sanningen för vår tid cirkulera, måste vara vårt arbete."

Testimonies, band 8, s. 89. "En korrekt förståelse av 'vad säger Skrifterna' om de dödas tillstånd är viktig för denna tid."

Evangelism, s.

249. Vi planerar också, genom att

vår store Gud i himlen gör det

möjligt för oss, att trycka upp

50.000 traktater om de dödas

tillstånd. Var snäll

och bed för

dessa

litteraturprojekt.

Som vi konstaterade i vårt senaste nyhetsblad, hjälpte många av er oss att samla ihop nästan

100.000 SEK för avbetalning av Stenshults banklån, som nu

uppgår till nästan 420.000 SEK. Två donatorer har utlovat upp till

30.000 vardera till den förste maj. Detta innebär att du har en

möjlighet att tredubbla dina pengar! Samma summa pengar som samlats ihop upp till 30.000 till den förste maj kommer också att



Vår hälsa är den värdefullaste egenskapen som en människa överhuvudtaget kan ha. Om man en gång har förlorat den, är det svårt att få den tillbaka. Den, som förlorar anseendet eller framrygg på bekostnad av hälsan, betalar ett högt pris och den förlorade tycken kommer ändå inte att erindra sig fysisk och psykisk hälsa är förväntningarna för ett sunt välbefinnande. Tyvärr är många, om inte till och med de flesta, hälsorelaterade problem självförväntade. Genom kritik på kunskap, dåliga vanor, genren en osund livs- eller arbetssätt försvagas kroppen.

Sjukbättringarna för en sund organism? Skapar vi en hävstång över oss själva, mer med naturen med mycket motion, frisk luft och sömn? Eller har metod, som gör oss sjuka, såsom cigaretter, alkohol och kaffe, sömnlöst och vi lyckas inte heller finna de rätta, hälsobefrämjande gränserna då det gäller

dessa principer, kommer att uppleva undret som sig själv. Till och med till synes hopplösa fall kan potentialen av förnyande krafter fortfarande vara enorm. De ärliga läkemedel, som vi presenterar för Dig i denna broschyr, är överryggnad enkla, omväxlande söta och härliga utan narkotikering tillgängliga för alla människor världen över. Frisk luft, vila, näringsrik kost, motion, vatten, måttligt fett och förtäring. Redan Din meditation kommer att säga Dig att Du blir friskare i en sådan atmosfär. Utan Dig för dessa ärliga läkemedel! Det finns en Gud, som skulle vilja närma sig

Har livet vänder sig? Du, Din hälsa?

(Fortsätter på s. 6)

Carob

Vilket är ett av de äldsta födoämnen i världen som användes av egyptierna, romarna och även på Bibelns tid? Svaret kan mycket väl överraska dig, men det är faktiskt carob, som skördas från ett träd som kallas *ceratonia siliqua* på latin: ett namn som kommer från det grekiska ordet "keration", vilket betyder "skida eller balja från carobträdet", och det latinska ordet "siliqua", som betyder "balja, carob."

Carob äts i det gamla Egypten och var ett vanligt sötningsmedel. Det har använts i hieroglyfen för "söt". Carobfröets klubbiga egenskaper användes som ett bindemedel då man lindade mumier, och frön och skidor har blivit funna i några egyptiska gravar. På grund av carobskidornas sötma, åt romarna skidorna medan de var gröna och färska. Johannes Döparens kost från vilda akacior bestod av carob, eftersom carobträdet är en sorts akacieträd. Därför är carob också känt som Johannes Döparens bröd. Det kan mycket väl också vara så att den förlorade sonen i Lukas 15 åt av de carobskidor, som han matade

svinen med.

I något nyare tid kunde barn under det spanska inbördeskriget undgå näringsbrist genom att äta carobskidor. Under det andra världskriget och den tyska ockupationen uppgav folk i byar i Grekland och militära trupper som var isolerade på ön Malta att de hade kost från carobträdet att tacka för sin överlevnad.

I dag är det många som upptäcker de positiva hälsofördelarna med carob, som är vitamin- och mineralrikt. Det innehåller 352 mg kalcium per 100 gram, medan mjölk bara innehåller mellan 120 och 130 mg per 100 gram. Carob har 81 mg fosfor per 100 g och 800 mg kalium per 100 g. Den är också rik på magnesium och innehåller natrium, järn, mangan, koppar och andra mineraler. Vitamin A, B, B2 och B3 ingår i carob, och möjligen D.

Jämfört med choklad är carob vida överlägsen och tycks inte ha några negativa bieffekter. Den innehåller t. ex. bara en bråkdel kalorier jämfört med choklad, och den är naturligt söt. Carob innehåller i motsats till

(Fortsätter på s. 7)



Carob är hemmahörande i Medelhavsområdet.

Barnens hörna

Av *Beathe Strands Krüger*

Kære ven! Jeg tror, at du allerede ved, at Gud gav de 10 bud til os mennesker, kun fordi Han elsker os, og fordi Han ved, at vi behøver hjælp til at forstå, hvad der er rigtigt og forkert. På den måde kan vi leve et lykkeligt liv. I **2. Mosebog 20 v 16** kan du finde det bud, som jeg vil skrive lidt om her i dag. Prøv at finde det og læs det højt med din far eller mor. Måske ved du, hvordan det føles, når man ikke har fortalt sandheden eller bare har fortalt en del af den. Det føles bestemt ikke rart! Gud vil have, at vi er ærlige. Når vi vælger at være uærlige overfor Gud og mennesker, får vi dårlig samvittighed, og den dårlige samvittighed får os til at gå længere væk fra Gud. Husker du, hvad Adam og Eva gjorde i Edens have, da de havde spist af det træ, som



Johanna Elisabeth Krüger født 21. jan 2009

Gud havde sagt, at de ikke måtte spise af? Hvad står der i **1. Mosebog 3 v 8**, at de gjorde? Mange mennesker, som virkelig ønsker at holde Guds bud, giver næsten op, fordi de synes, at det er så svært. De har ikke forstået, at det kun er Gud, der kan give os kraften og evnerne til at holde dem, og at vi skal bede til Gud for at få hjælp. Nogle gange kan vi føle os fristet til ikke at fortælle sandheden, fordi vi er bange for at få skæld ud, men Gud vil have, at vi altid skal fortælle

sandheden, præcis som Jesus altid gjorde. Nogle gange kan vi møde mennesker, som gerne vil lokke os til at gøre dumme eller forkerte ting. Det kan enten være børn eller voksne, og det eneste rigtige er at sige "Nej" og skynde sig væk. Du skal altid være ærlig overfor dine forældre! Hvis nogen siger, "Fortæl ikke dette til din far og mor", kan du med sikkerhed vide, at det som personen ønsker du skal holde skjult, er noget som dine forældre virkelig har brug for at vide. At holde ting skjult vil hindre dig i at få hjælp, kærlighed og beskyttelse fra din far og mor, og på samme måde er det med Gud. Gud kan ikke beskytte og hjælpe os, når vi ikke er trofaste og ærlige over for Ham. Vi kan ikke skjule noget for Gud, men vi kan derimod regne med, at Gud vil være vores

bedste ven, når vi betror os til Ham om de ting, vi er kede af, at vi har gjort forkert, eller ønsker kraft til at kunne gøre rigtigt. Næste gang du fristes til at sige noget andet end sandheden, så send en bøn op til Gud om hjælp til at sige det, som er sandt. På den måde overholder du det niende bud.

Hvordan holdt Jesus det niende bud? Se **Esajas 53 v 9**.

Svar til sidste "Stenshult Bladet": Den, der er tro i det små, er også tro i det store. Den, der er uærlig i det små, er også uærlig i det store.