

Ta hii ndiyo sheria, na amri, na hukumu, alizoziamuru Bwana, Mungu Wenu, mfundishwe, mpate kuzitenda katika nchi ile mnayoiyukia kuimiliki; upate kumcha Bwana, Mungu wako, kushika amri zake zote, na sheria zake, ninazokuamuru, ... siku zote za maisha yako; tena siku zako ziongezwe.-Kumbukumbu la Torati, 6:1, 2.

Katika andiko hili tunafundishwa kwamba utii kwa matakwa ya Mungu humleta yeye atiiye chini ya sheria zinazotawala asili ya mwili. Wale wanaotaka kujitunza katika afya lazima watiishe uchu wa chakula na shauku zote. Hawapaswi kujiingiza katika tamaa mbaya na uchu wa chakula pasipokuwa na kiasi, kwa maana wanapaswa kubaki chini ya udhibiti wa Mungu, na nguvu zao za kimwili, kiakili, na za maadili zinapaswa kutumiwa kwa busara sana ili kwamba utaratibu wa mwili ubaki katika utaratibu mzuri wa kufanya kazi.

Afya, uzima na raha ni matokeo ya utii kwa sheria zinazoongoza miili yetu. Ikiwa mapenzi na njia zetu zinapatana na mapenzi na njia ya Mungu; ikiwa tunafanya mapenzi ya Muumba wetu, ataweka mfumo wa mwanadamu katika hali nzuri, na kurejesha nguvu za kimaadili, kiakili na za kimwili, ili kwamba Aweze kufanya kazi kupitia kwetu kwa utukufu Wake. Daima uweza Wake wa kurejesha unadhihirika katika miili yetu. Ikiwa tutashirikiana Naye katika kazi hii, afya na furaha, amani na ufanisi, ni matokeo ya hakika (The S.D.A. Bible Commentary, Ellen G. White Comments 1:1118).

"Bwana akatuamuru kuzifanya amri hizi zote, tumche Bwana, Mungu wetu, tuone mema sikuzote ili atuhifadhi hai kama hiyi leo. Tena itakuwa haki kwetu. tukitunza kufanya maagizo haya yote mbele ya Bwana, Mungu wetu, kama alivyotuagiza." Hofu iliyosemwa hapa sio hofu ya kitumwa, bali hofu ya Mungu

[kumcha Mungu].

Mungu alitoa sheria hizi kwa wana wa Israeli ili kuwahifadhi katika hali ya furaha na afya. Laiti kama asingekuwapo Shetani wa kuwajaribu, maagizo haya maalum yasingelihitajika; lakini watu wasipokuwa na kitu cha kuwaongoza, bila shaka wangepotoshwa na hadaa za adui wa haki yote. Usalama wao pekee ulipatikana katika kulisikiliza Neno la Bwana kwa bidii yote.

Wazazi wanaotamani kuwafunza watoto wao ipasavyo wanapaswa kuyatii maagizo yanayotolewa katika maandiko haya, na kutowaruhusu watoto wao kufanya lolote la kupuuza amri za Mungu zilizotolewa waziwazi. Hebu baba na mama wawafundishe watoto wao kanuni hizi kwa uaminifu, na kukaza juu ya akili zao changa ukweli kwamba katika kutii kuna uzima, afya na furaha...

Kusudi kuu tunalopaswa kuzingatia siku zote, tunapopata ujuzi wa sheria za Mungu, ni kwamba tunapaswa kuyafahamu mapenzi Yake ili tuweze kumtii

Yeve (Manuscript 151, 1901).