Ellen G. White Estate

HUDUMA YA CHAKULA CHA AFYA

ELLEN G. WHITE

ELLEN G. WHITE

Huduma Ya Chakula Chakula Chenye Afya

Tafsiri ya kitabu cha Healthful Food Ministry (HFM)

Ellen G.White 1970

Taarifa Kuhusu Kitabu Hiki

Muhtasari

Chapisho hili la ePub limetolewa kama huduma ya E GW Estate. Ni sehemu ya mkusanyiko mkubwa zaidi. Tafadhali tembelea tovuti yao kwa orodha kamili ya machapisho yanayopatikana kwa Kingereza, ikiwemo healthfoodministry.pub

Mwito kwa Mpendwa Msomaji
Jiunge na darasa la Uandishi, Ukalimani, Kutafsiri na Uhariri WhatsApp!
Hitaji letu kuu katika huduma hii ya Machapisho Uhamishoni ni Roho Mtakatifu , ushauri, na kisha Maombi yako msomaji. Kumbuka pia huduma zingine za machapisho kwa kila lugha, taifa na jamaa. Toka mtambo wa kuchapa ubuniwe kule Ujerumani mwaka 1456 na Johannes Gutenberg, Neno la Mungu limefikia mabilioni, ila bado kuna makundi 6000 hayajafikiwa, angalia Joshugaproject.org na habari za '1040 window' Sambaza Biblia popote ndiyo kauli mbiu ya muumini, Sambaza Neno la Mungu kote. Jiunge nasi katika kuandika vitabu vya kuboresha watu, kutafsiri, kuhakiki, na kuhariri. Ombi letu, ni unapochapa, usibadilishe chochote labda typos tu, tuwasilane kama kuna kosa la dhana au lugha! Sasa umefika wakati wa kuandika vitabu ambavyo vinaendana na muktadha wa rasilimali, mazingira na utamaduni wetu, kwani ulimwengu wa Kikristo sasa umehamia Afrika na Amerika ya Kusini. Ila hapa Kwetu Afrika Mashariki, sisi tumekuwa wazito kuandika kuhusiana na Mada mbalimbali ambazo zinaendana na mazingira yetu kwenye mada za afya, lishe, mahusiano kati ya wazazi au ndoa, kilimo na mazao yake, kulea na kukuza watoto, aina za biashara zinazoendelea, hali ya kisiasa

na muumini, utendaji wa kufikia watu na kujenga makanisa, nyimbo zetu na noti zake, haya yote tunayasoma na kuyaiga kwenye vitabu na mitandano ya magharibi na ni mema tu, ila kama ulimwengu wa Kikristo umehamia kwetu, tunabidishwa pia kuwa waandishi kwasababu tunajua hali yetu katika kufikia wengine au kuboresha afya na jamii kuliko mtu mwingine. Kwanini nyimbo zetu nzuri zenye ujumbe mzito zisichaguliwe kwa makini, nyimbo zilizoimbwa miaka 50 hivi na kuwekwa kwenye vitabu na kisha watu waimbe. Tenzi tunazoimba za magharibi ni nzuri, ila nasi hapa tuna nyimbo nzuri na zinaendana na utamaduni wetu, kwanini tusijiongeze nasi, ili tuongeze kwenye maktaba yetu ya nyingine, vizuri vingine, tuna wataalamu wengi wa nyimbo sasa.

Na hata vitabu vya watoto, tunahitaji watu wanaopenda watoto kufanya kazi hii kwa kushirikiana. Pia umefika wakati wa 'Reverse Mission' Watu wa Amerika ya Kusini sasa ni wainjilisti kila mahali duniani, ikiwemo magharibi kama vile Ulaya, Marekani na hata, Asia, Australia, Mashariki ya kati na Afrika! Sisi Afrika tuna Wauminin wengi kuliko Amerika ya kusini, ila bado tunaona kwamba tupate waandishi kutoka nchi zenye Wakristo wachache kuliko sisi ambao hawaandiki kwa muktadha wa mazingira yetu na watoto wetu wanaona pengine wawe na vile vitu walivyo navyo nchi zingine au wawe na mwenendo kama ule, mfano mdogo sana utakuwa, wanafikiri sisi ni lazima tule kimchi, taco, panzit, empanada, manicotti, tortellini, sushi, falafel, je viwanda vyetu vinatengeneza vitu hivi? Kila chakula duniani kinacholimwa hufanana tu, ila jinsi ya kukitengeneza hupishana, Mwafrika atatumia ngano kupika ugali, Mhindi chapati, Mchina Noodle, Mzungu mkate au makaroni, nk. Ni kweli Kiswahili ilikuwa lugha ya kuzungumzwa na siyo ya Maandishi, ila wakati umefika maandishi kuongezwa kwenye mambo mazuri! Naelewa kwamba si utamaduni wetu kuandika, ila si utamaduni wetu kufanya mambo mengi ambayo sasa tunayafanya! Nategemea tunaiga mazuri tu! Na si kila kitabu tunachoandika ni lazima kiuzwe, vingine ni vya kusaidia jamii, wewe hautaweza kuuza kila kitu katika dunia hii kama unataka kufanya uinjilisti au kubariki watu, vingine vitakudodea. Watu husema utamaduni wa mtu mweusi ni kusaidia jamaa na ndugu zake wa damu tu na wala sio taasisi. Yawezekana ni kweli ila tuna la kujifunza kutoka kwa kila mwanadamu. Wenzetu wa Nigeria wameanza kuweka vitabu vyao vya kuboresha jamii mtandaoni ili watu wasome na kufaidika katika nyanja mbalimbali kama vile uchumba, maombi ya kuondoa laana kwenye familia nk. Joel Nanauka ni mfano mzuri katika Ulimwengu wa Kiswahili kwenye kuandika na kugawia watu ujuzi wake, tumevisoma vitabu vyake vizuri ambavyo ametubariki kwa mamilioni kwenye ujasiliamali nk. Ukiwa na chochote, hata ni kama senti mbili za Mjane, ujuzi, uwezeshaji wa aina fulani tafadhali usisite kutufikia na pia kama una ujuzi wa kuandika vitabu au kufundisha wengine kuandika vitabu, tuwasiliane, maana ulimwengu wa Kiswahili una umasikini wa ***Maandishi*** yaliyoandikwa kwa muktadha wa utamaduni, nyenzo, na maisha yetu ya kila siku, tunaomba mashauri pia kwa kutumia email UhamishoniUghaibuniMtandaoni@gmail.com au simu -1 -908-343-3022- Bwana atubariki sote ili tukae Ndani Yake

YESU Anarudi! Roho na Bibi arusi waseme, "Njoo!" Kila mtu asikiaye hili, na aseme, "Njoo!" Aliye na kiu na aje; anayependa, na achukue maji ya uzima bila malipo. Amina. Njoo BWANA!

Huduma ya Vitabu Uhamishoni Ughaibuni Mtandaoni Majumbani

Tukishirikianana na Huduma ya 'Mungu Anajali' ya Dr Mtango na Mwinjilisti Oola

Tuko Njiani kuingia kwenye Youtube tukisaidiwa na Dr Mtango kwa Maelezo ya tiba sahili - Jukwaa la Afya au Afya talk, Inspiration talk.

Stay tuned!

Samaritan Laymen Ministries of New Jersey

SHUKRANI KWA MWENYEZI MUNGU

WA MBINGUNI

TABARUKU

Watafsiri, Waombezi, Wahariri, Washauri, Wahakiki, Wataalamu wa Teknolojia, na watia moyo wote -wapita njia, Marafiki na Ndugu, na hakika wasomaji wote, kwa vile najua mnaendelea kuombea huduma ya machapisho duniani kote, maana tunaambiwa 'Watu 1000 siku moja wataamini kwa ujumbe wa kimya'. Endeleeni kuombea huduma hii na zingine zote zinazosambaza machapisho kwa kila lugha, jamaa taifa

1. Grace Momadi-Masaka-New Jersey, Marekani
2. Daniel Nyangaresi Masaka-Kisii, Kenya
3. Gibson Wilson -Mujuni-Kagera, Tanzania
4. Musa Budodi-Shinyanga, Tanzania 5

Elias Luwela-Sumbawanga, Tanzania

6. David Masaka -Pennslyvania, Marekani
7. John na Judi Mugane-Boston, Massachusets
8. Mbusi Mpagalushu- Bariadi, Tanzania
9. Kombeo ya Umishenari-Arusha, Tanzania
10. Isaac Msusu-Kigoma, Tanzania

11. Gerard Saakumi Nyafanga-Ukerewe, Tanzania
12. Ezekiel Ojwang-Tarime, Tanzania
13. Niwaeli Mburuja-Kilimanjaro Tanzania
14. Gerard Saakumi Nyafanga-Rorya, Tanzania
15. Paul Denis Masaka-Oklahoma, Marekani
16. Petro tumaini – Iringa, Tanzania
17. Faustin Tryphone Mkama
18. Nhandi Masunga-Iringa, Tanzania
19. Emmanuel Oola-Dar Es Salaam, Tanzania

Uhamishoni Ughaibuni Mtandaoni Majumbani

Samaritan Laymen Ministries of New Jersey

Dibaji

Mkusanyiko huu wa taarifa kutoka kwenye kalamu ya Ellen G. White, umekusanywa ili kutoa kwenye chanzo kimoja kinachofaa kuhusiana na uzalishaji na usambazaji wa vyakula kama sehemu ya kazi ya kanisa.

Kwa kipindi cha takriban miaka kumi, kuanzia 1898, Bwana alituma kwa njia ya mtumishi Wake ujumbe mwingi wa kutia moyo, kwa mafundisho, ushauri, na maonyo kuhusu kazi hii. Mwaka 1902 Shuhuda kwa Kanisa gombo la Saba, lililetwa kwa watu, ambalo ndani yake kulikuwa na sehemu ya kazi ya 'chakula cha afya'. Sehemu hii inahusika kikamilifu na kanuni ambazo ziliainishwa kabla ya wakati huo.

Baada ya kuchapishwa kwa gombo la VII (chanzo cha kwanza), kuna maendeleo katika masuala ya chakula na hali mpya ambazo ziliita jumbe nyingi za baadaye za ushauri na maelekezo* (chanzo cha pili_. Kwa ombi la Loma Linda Foods, EG White Estate mwaka 1934 ilifanya mashauri hayo yapatikane katika kitabu cha kurasa 55. Kitabu hiki—Huduma ya Chakula cha Afya—sasa kitabu hivi kinaunganisha mashauri kutoka kwenye vyanzo vyote viwili, kwanza kutoka kwenye gombo la VII, na kisha kile cha pili*.

Kama mkusanyiko wa 1934 kutoka kwenye maandishi ulikusudiwa kuwa nyongeza ya ile iliyochapishwa katika gombo la VII, miswada ambayo imetoa maagizo yaliyochukuliwa haipo hapa. Kauli zingine ambazo zinafanana kwa karibu na mada iliyochaguliwa kwenye kitabu hiki pia zimeachwa. Bado kuna baadhi ya marudio ya mawazo ambayo yametunzwa kwa sababu ya kauli au mambo fulani ya kuvutia ya kueleza ambayo yanaonekana kuwa ya thamani ya pekee.

Kwa sababu mafundisho mengi yalitolewa na masharti yaliyowekwa, maelekezo katika sehemu ya pili yanaonekana kwenda kwa mpangilio wa wakati badala ya mada. Sehemu chache zimeingizwa bila mpangilio kwa sababu ya uhusiano wake wa karibu na aya zingine.

Kama msaada kwa msomaji, muhtasari wa mada umetoa mambo makuu ya mafundisho, kila kipengele kikifuatiwa na rejelea kwa kurasa ambazo mada hizi zinaonekana.

Msomaji atatambua kwamba katika jumbe zote hizi, mkazo umewekwa juu ya thamani ya afya na kazi ya chakula kama wakala wa kushinda roho. Uwezekano wa wema wake umeonyeshwa wazi. Kama kazi hii inavyoendelea kwa idadi kubwa, hata hivyo, ilibainika

kuwa ni muhimu kuongeza tahadhari dhidi ya masuala ya biashara, uwekezaji mkubwa, kuingia katika mikataba yenye dhamana, na kuharibika Kwa talanta ambazo zilipaswa kutolewa zaidi na moja kwa moja kwenye kazi ya uinjilisti.

Mkusanyiko huu unapaswa kutumika kama mwongozo wa kusaidia katika kuweka na kutekeleza mipango ya kufanya chakula cha afya kitende kazi kama Mungu alivyopanga kifanye, na kuachana na mitego ambayo ingeharibu manufaa yake na kukifanya kuwa ni kikwazo badala ya kuwa msaada wa uinjilisti kwa ulimwengu.

Wadhamini wa EGW Estate

Yaliyomo

Dibaji ix

SEHEMU YA KWANZA- TOKA SHUHUDA GOMBO LA SABA 15

Vyakula vya Afya 15

KULA KWA NGUVU NA WALA SIO KWA ULEVI 15

Kazi ya Umishenari kwenye majiji 16

KAZI YA MGAHAWA 23

KUWA JALI WASAIDIZI WA MGAHAWA NA KUWATUNZA 28

Vyakula Vyenye Afya 40

Utengenezaji wa Vyakula vya Kiafya 47

Kwa Ndugu Zetu Nchi Yote 49

Kazi ya Uovu/Dhambi 50

Waelimishe Watu 56

SEHEMU YA PILI-KAZI YA CHAKULA CHA AFYA. 68

Utangulizi wa Mkusanyiko wa1934 68

TABIA YA WAFANYAKAZI 75

Shamba kubwa 77
Mpango wa Mungu katika Mbadala wa Vyakula Visivyo na Afya 78
Mashirikisho ya Kibinadamu 81
HAKUNA KUTAWALA SOKO LOTE KWENYE KAZI YA CHAKULA CHA AFYA 82
Sehemu katika Huduma ya Mungu 86
Uteuzi wa Kazi ya Mungu 87
Uwiano Katika matengenezo 88
Maswali ya Haki 90
Vyakula Rahisi na Visivyo Ghali 92
Sehemu za Umisionari 93
Taasisi halali ya Konferensi 98
Vyakula vya bei nafuu 101
Busara na uchumi 102
Kama Mana 103
Sio kazi ya Huduma 105
Matumizi ya vyakula vya Jamii ya karanga (nuts foods) 105

MSIMAMIZI WA CHAKULA CHA AFYA-Meneja wa Chakula cha afya 106

Kuunganishwa na taasisi zetu za Afya 106

HATARI KATIKA BIASHARA YA VYAKULA VYA AFYA 107

Kifanye Chakula Cha Afya kuwa Baraka 118

Kuelimisha kwa Makutano 126

Maneno ya Ushauri Kuhusu Kazi ya Chakula cha Afya 127

Matengenezo Yanahitajika 133

Uokaji Mikate wa Loma Linda 136

Tahadhari dhidi ya Uwekezaji Mkubwa kwenye Utengenezaji wa Chakula 148

Elimu-Kazi Yetu ya Msingi 150

Madhumuni ya Kazi ya Chakula cha Afya 153

SEHEMU YA TATU—VIPENGEE MBALIMBALI 162

Kila Mkahawa wa afya na Usafi uwe ni Shule 164

MiGahawa Yetu inapaswa Kusimamia Kanuni 165

Lengo kuu la Kazi ya Chakula cha Afya 166

SEHEMU YA KWANZA- TOKA SHUHUDA GOMBO LA SABA

Vyakula vya Afya

KULA ILI KUPATA NGUVU na WALA SIO KWA URAIBU WA CHAKULA au ULAFI

"Heri kwako, nchi, mfalme wako akiwa mtoto wa watu, Na wakuu wako hula wakati ufaao, Ili makusudi wapate nguvu, wala si kwa ajili ya ulevi." Mhubiri 10:17

Kazi ya Umishenari kwenye majiji

San Francisco, California, Desemba 12, 1900.

Kuna kazi ya kufanywa huko California, kazi ambayo imepuuzwa kiasi cha kushangaza. Kazi hii isicheleweshwe tena. Maadamu milango ipo bado wazi kwa ajili ya uwasilishaji wa Ukweli, hebu na tuwe tayari kuingia. Baadhi ya kazi imefanywa katika jiji kubwa la San Francisco, lakini tunapojifunza nyanja ya chakula na afya, tunaona waziwazi kwamba ni mwanzo tu umefanywa. Sisi tunapaswa kuwekwa juhudi zilizopangwa vizuri, kwa haraka iwezekanavyo, juhudi hizi zinapaswa kuwekwa katika sehemu mbalimbali za jiji hili na pia ndani ya Oakland, California. Uovu wa San Francisco hauonekani, na watu wengi hawajaweza kuuelewa. Kazi yetu katika mji huu lazima ipanuke na kuwa ya kina. Mungu anaona ndani ya mji huu nafsi nyingi za kuokolewa. **[HFM 10.1]**

Huko San Francisco mgahawa wa afya na usafi umefunguliwa, na pia vyumba vya kuhifadhi chakula na vyumba vya tiba rahisi (Sanitarium). Mambo haya yanafanya kazi nzuri, lakini kazi hii zinapaswa kupanuliwa kwa kiasi kikubwa. Migahawa mingine inayofanana na huo mmoja inapaswa kufunguliwa kwenye maeneo ya soko huko San Francisco na

Oakland, kwenye mtaa uitwao Market Street. Kuhusu juhudi ambayo sasa inafanywa kwenye maeneo haya tunaweza kusema: Amina na amina. Na hivi karibuni kazi hii itaanzishwa pia katika maeneo mengine nayo itakuwa mbaraka kwa watu. Kazi ya uinjilisti wa umishenari wa tiba, inapaswa kuendelezwa kwa njia ya busara na ukamilifu. Hii ni kazi nzito, kazi takatifu ya kuokoa roho, nayo inapaswa kusonga mbele kwa njia ambayo ni ya kiasi na bado iwe, iliyoinuliwa milele. **[HFM 10.2]**

Vikosi vya kazi viko wapi? Wanaume na wanawake ambao wameoongoka kikamilifu, wanaume na wanawake wenye uelewa na kuona mbele, wanapaswa kutenda kama wakurugenzi wasimamizi. Uamuzi mzuri lazima ufanyike katika kuajiri watu kufanya kazi hii maalum—watu wanaompenda Mungu na wanaotembea mbele Zake wakiwa na unyenyekevu wote, watu ambao watakuwa mawakala wenye ufanisi, kwenye mkono wa Mungu kwa ajili ya utimilifu wa lengo ambalo liko Kwenye mpango wa Bwana—kumwinua na kumwokoa mwanadamu. **[HFM 11.1]**

Wainjilisti wamishenari wa tiba wataweza kufanya kazi bora. Kazi ya mchungaji inapaswa kuchanganywa kikamilifu na ile ya mmishenari wa

tiba aliye mwinjilisti. Daktari Mkristo anapaswa kuiona kazi yake kama iliyoinuliwa kama ile ya mchungaji. Huyu tabibu anabeba majukumu maradufu, kwani ndani yake zimeunganishwa sifa za daktari na mhudumu wa injili. Kazi yake ni kazi kuu, takatifu, na ya lazima sana.**[HFM 11.2]**

Daktari na mchungaji watambue kuwa wameunganishwa katika kazi hiyo-hiyo. Wanapaswa kufanya kazi kwa maelewano, naam, mapatano kamili. Wanapaswa kushauriana pamoja. Kwa umoja wao watashuhudia kwamba Mungu amemtuma Mwana Wake wa pekee ulimwenguni ili kuwaokoa wote watakaomwamini kama Mwokozi wao binafsi. **[HFM 11.3]**

Madaktari bingwa ambao uwezo wao wa kitaaluma upo juu ya wale madaktari wa kawaida wanapaswa kushiriki katika huduma ya Mungu katika miji mikubwa. Hawa wanapaswa kutafuta kufikia madaraja ya juu. Kuna kitu kinachofanyika katika Jiji huko San Francisco kwenye mstari huu, lakini mengi zaidi yanapaswa kufanywa. Hebu tukatae dhana hizi potofu za asili na umuhimu wa shuguli hizi za afya na chakula. San Francisco ni eneo kubwa la Bwana na sehemu muhimu ya shamba la mizabibu la Bwana. **[HFM 11.4]**

Wamishenari wa tiba wanaofanya kazi za uinjilisti wanafanya kazi za daraja la juu kama watendakazi wenzao kwenye huduma ya kichungaji. Juhudi zilizowekwa kwa wafanyakazi hawa sio tu kwa tabaka la watu masikini, la! Madaraja ya watu wenye uwezo wa mali yamepuuzwa kwa namna ya kushangaza. Kwenye madaraja ya juu ya maisha, watapatikana wengi ambao wataitikia Ukweli kwa sababu ujumbe wa afya ni thabiti na endelevu, haupingani kamwe na afya ya mwanadamu, kwa sababu una chapa ya tabia ya juu ya injili. Hawatangolewa matajiri wachache kwenye kazi hii ya matengenezo ya afya na chakula, na hawa watakapoongoka, wataingia kwa nguvu katika kazi ya Bwana. **[HFM 12.1]**

Bwana huwaita wale walio katika nafasi za kuaminiwa, wale ambao Yeye Amewakabidhi watu hawa vipawa Vyake vya thamani, kutumia vipaji vyao vya akili na mali katika utumishi Wake. Watendakazi wetu wanapaswa kuwasilisha mbele ya watu hawa, matamko na taarifa za wazi za mipango-kazi yetu, kuwaambia kile tunachohitaji ili kuwasaidia maskini na wahitaji na kuanzisha kazi hii kwa uthabiti. Baadhi ya hawa watavutwa na Roho Mtakatifu kuwekeza kwenye kazi ya Bwana, mali Yake ambayo wao wanayo mifukuni mwao sasa, ambayo itaendeleza kazi Yake. Watatimiza kusudi Lake kwa

kusaidia kuunda **Vituo vya Mvuto (centers of Influence)** katika miji mikubwa. Watendakazi wanaovutiwa/wanaopendezwa na shuguli watakaoongozwa kujitoa kwa ajili ya juhudi mbalimbali za umishenari. Migahawa ya usafi itaanzishwa. Lakini uangalifu mkubwa kwa kazi hii unapaswa kufanywa! **[HFM 12.2]**

Kila mgahawa wa afya na usafi unapaswa kuwa shule (Hygenic Restaurant). Wafanyakazi waliounganishwa na huo mgahawa, wanapaswa kuwa watu wenye kujifunza, kusoma, kufanya utafiti na majaribio (experiments), ili waweze kuboresha utayarishaji wa vyakula vyenye afya. Katika miji hii kazi ya kufundisha inaweza kuendelezwa kwa kiwango kikubwa zaidi kuliko katika maeneo madogo. Lakini kila mahali palipo na kanisa, mafundisho yanapaswa kutolewa kuhusiana na utayarishaji wa vyakula rahisi/sahili, na vyenye afya, kwa ajili ya matumizi ya wale wanaotaka kuishi kwa mujibu wa kanuni za matengenezo ya afya. Na washiriki wa kanisa wanapaswa kuwapa majirani zao nuru wanayopokea kuhusiana na mada hii.

Wanafunzi katika shule zetu wanapaswa kufundishwa jinsi ya kupika. Hebu busara na ujuzi viletwe katika tawi hili la elimu. Pamoja na

udanganyifu wote wa udhalimu, Shetani anafanya kazi ya kugeuza miguu ya vijana kwenye mapito yenye majaribu yaletayo uharibifu. Ni lazima tuwaimarishe na kuwasaidia kustahimili vishawishi wanavyopaswa kukutana navyo, katika kila upande unaoendekeza hamu ya kula au ulafi. Kuwafundisha sayansi ya maisha yenye afya ni kufanya kazi ya umishenari kwa ajili ya Mwalimu na Bwana.**[HFM 13.1]**

Shule za upishi zinapaswa kuanzishwa katika maeneo mengi. Kazi hii inaweza kuanza kwa unyenyekevu, lakini wapishi wenye akili mahiri wajitahidi kwa kadri wawezavyo kuwaelimisha wengine, Bwana atawapa watu hawa stadi, ujuzi na ufahamu. Neno la Bwana ni: "Msiwakataze, kwa maana nitajidhihirisha kwao kama Mwalimu wao." Bwana atafanya kazi pamoja na wale wanaotekeleza mipango Yake, kuwafundisha watu jinsi ya kufanya matengenezo katika lishe yao kwa maandalizi ya vyakula vya afya, na vya bei nafuu. Hivyo maskini watahamasishwa, na kuhimizwa kuanza kanuni za matengenezo ya afya; nao watasaidiwa kuwa wachapakazi katika stadi mbalimbali na kujitegemea. **[HFM 13.2]**

Imewasilishwa kwangu kwamba wanaume na wanawake wenye uwezo watafundishwa na Mungu jinsi ya kuandaa vyema na vizuri vyakula, katika namna inayokubalika. Wengi wa hawa walikuwa vijana, na pia kulikuwa na wale wa umri mkubwa. Nimeagizwa kuhamasisha watu kuhusu uendeshaji wa shule za upishi katika sehemu zote ambapo kazi ya umishenari wa tiba inafanyika. Kila kichocheo cha kuwaongoza watu kufanya matengenezo lazima kionekane mbele yao. Hebu mwanga mwingi kwa kadri iwezekanavyo, uangaze juu yao. Wafundishe watu kufanya kila uboreshaji wanaoweza katika utayarishaji wa chakula, na watu hawa watiwe moyo kuwashirikisha wengine na kuwagawia yale wanayojifunza. **[HFM 13.3]**

Je, sisi hatutafanya yalimo ndani ya uwezo wetu, ili kuendeleza kazi katika sehemu zetu zote kubwa za miji? Maelfu kwa maelfu wanaoishi karibu nasi wanahitaji msaada katika mambo mbalimbali. Wahudumu wa injili wakumbuke kwamba Bwana Yesu Kristo aliwaambia wanafunzi Wake: “Ninyi ni chumvi ya dunia; lakini chumvi ikiwa imeharibika itatiwa nini hata ikolee? Haifai tena kabisa, ila kutupwa nje na kukanyagwa na watu." " Ninyi ni nuru ya ulimwengu. Mji hauwezi kusitirika ukiwa juu ya mlima." Mathayo 5:13-14. **[HFM 14.1]**

Bwana Yesu atafanya miujiza kwa watu Wake. Katika sura ya kumi na sita ya Marko tunasoma hivi: " Basi Bwana Yesu, baada ya kusema nao, akachukuliwa juu mbinguni, akaketi mkono wa kuume wa Mungu. Nao wale wakatoka, wakahubiri kotekote, Bwana akitenda kazi pamoja nao, na kulithibitisha lile Neno kwa ishara zilizofuatana nalo." Aya 19, 20. Hapa sisi tunahakikishiwa kwamba Bwana alikuwa akiwastahilisha watumishi Wake waliochaguliwa, kuchukua kazi ya umishenari wa tiba baada ya kupaa Kwake. **[HFM 14.2]**

Kutoka kwenye kumbukumbu ya miujiza ya Bwana katika kutoa divai kwenye karamu ya arusi na katika kulisha umati wa watu, tunaweza kujifunza somo la umuhimu wa juu sana. Biashara na shuguli ya chakula cha afya ni moja ya kazi ya Bwana Mwenyewe kama vyombo Vyake kusambaza mahitaji ya watu. Mpaji wa mbinguni wa vyakula vyote, Yeye hatawaacha watu Wake katika ujinga kuhusu maandalizi ya vyakula bora kwa nyakati zote na matukio yote (vita, ugonjwa, sherehe, nk).**[HFM 14.3]**

KAZI YA MGAHAWA

Lazima tufanye zaidi ya tulivyofanya ili kuwafikia watu wa miji yetu. Hatupaswi kujenga majengo

makubwa katika miji, lakini tena na tena nimepewa nuru kwamba tunapaswa kuanzisha katika miji yetu yote miundombinu midogo, au majengo madogo ambayo yatakuwa vituo vya mvuto/ushawishi (centers of influence, watoto wa mama mdogo wana vituo hivi kwenye miji mingi, watu hukutana kila siku na kuna programu fulani zinaendelea humo, kama kufundisha watoto wadogo, darasa la Biblia, mazoezi, kujifunza stadi mbalimbali kama vile ujasiliamali, kushona, upishi, useremala, watu wa umri mkubwa pia wanaweza kukutana pamoja na kuzungumza kama burudani, na msaada wa chakula, ushauri na nguo kutoka kwa chama cha Dorkasi au Adra, na huduma zingine za jamii unaweza kutolewa hapa). **[HFM 15.1]**

Bwana ana ujumbe kwa ajili ya miji yetu, na ujumbe huu tunapaswa kuutangaza katika mikutano yetu ya makambi na kwenye mikutano mingine ya hadhara/efoti na pia kupitia machapisho yetu. Kwa kuongezea hili, migahawa ya usafi na afya (Hyegenic Restaurants) inapaswa kusimikwa mijini, na kwa hiyo migahawa, na ujumbe wa kiasi vinatakiwa kutangazwa, kupelekwa kwa watu wote. Mipango inapaswa kufanywa ili kufanya mikutano yetu kwa kuihusanisha na hiyo migahawa yetu. Wakati wowote inapowezekana, hebu chumba kiandaliwe ambapo

wawezeshaji wanaweza kualikwa kwenye mikutano na kutoa semina juu ya sayansi ya afya na kiasi ya Kikristo, mahali ambapo wanaweza kupokea mafundisho juu ya maandalizi ya chakula bora kwa afya, kisichosindikwa au kukobolewa, na juu ya masomo mengine muhimu. Katika mikutano hii, kuwe na maombi na uimbaji na maongezi juu ya mada kadhaa, si tu juu ya afya na mada za kiasi, lakini pia juu ya mada zingine zinazofaa na za wakati wake za Biblia (kilimo bora, ujasiliamali, kulea, maisha ya ndoa, ushauri wa kisheria nk). Kadri watu wanavyofundishwa jinsi ya kuhifadhi afya ya kimwili, fursa nyingi zitapatikana ili kupanda mbegu ya injili ya ufalme wa Mungu. **[HFM 15.2]**

Masomo yanapaswa kuwasilishwa kwa njia ya kuwavutia watu vizuri. Kwenye majumba ya mikutano pasiwe na kitu chochote chenye asili ya kumbi za michezo ya kuigiza au sinema (theatres). Uimbaji haupaswi kufanywa na watu wachache tu. Wote waliopo wanapaswa kuhamasishwa kujiunga katika huduma ya nyimbo. Kuna wale ambao wana talanta maalum ya uimbaji, na kuna nyakati ambapo kun amtu mmoja, ambaye ana ujumbe maalum kupitia wimbo ambao anaujua kuhusu mada iliyozungumzwa kwenye mahubiri, hapa ndiyo itakuwa sawa kwa nyimbo kuimbwa na mtu mmoja

peke yake au kwa watu kadhaa kuungana pamoja kuimba. Lakini kuimba kufanywe mara chache na watu wachache. Uwezo wa kuimba ni talanta yenye ushawishi ambayo Mungu anataka wote tuikuze na kuipalilia na kuitumia kwa ajili ya utukufu wa Jina Lake. **[HFM 15.3]**

Wale wanaokuja kwenye migahawa yetu wanapaswa kupewa kitu cha kusoma. Umakini wao unapaswa kuelekezwa kwenye vitabu/fasihi zetu kuhusu kiasi na matengenezo ya lishe, na makabrasha yanayoshughulikia masomo ya Kristo yanapaswa kutawanywa kwa watu hawa. Gharama na mzigo wa kusambaza mambo haya ya kusoma zinapaswa kuwa wa watu wetu wote. Wote wanaokuja wapewe kitu cha kusoma. Huenda wengi wataviacha vijizuu hivyo bila kuvisoma, lakini baadhi yao watu ambao wamevipokea mikononi mwao, vijuzuu hivi vinaweza kuwa chanzo cha kutafuta nuru ya Kweli. Watu hawa watasoma, na kisha kujifunza kile unachowapa, kisha watawapasia wengine. **[HFM 16.1]**

Watendakazi katika migahawa yetu wanapaswa kuishi katika uhusiano wa karibu pamoja na Mungu waweze watatambua misukumo ya Roho Wake kwa kuzungumza na mtu mmoja mmoja akiwa peke yake, juu ya mambo ya kiroho na hata wale wanaokuja

mgahawani. Wakati ubinafsi (umimi) unaposulubishwa, na Kristo anaumba ndani yetu tumaini la utukufu, tutafunua, kwa mawazo, neno, na matendo uhalisia wa Ukweli wa imani yetu. Bwana atakuwa pamoja nasi, na kupitia sisi Roho Mtakatifu atakuwa pamoja nasi akitusaidia kuwafikia wale wote walio nje ya Kristo. **[HFM 16.2]**

Bwana ameniagiza kuwa hii ndiyo kazi ya kufanywa na hao wanaoendesha migahawa yetu. Shinikizo na pilikapilika za biashara havipaswi kusababisha kupuuzwa kwa kazi ya kuokoa roho za watu. Ni jambo jema kuhudumia mahitaji ya kimwili ya wanadamu wenzetu, lakini ikiwa njia hazipatikani kuruhusu nuru ya Habari Njema kuwaangazia wale wanaokuja siku baada ya siku kuhusiana na milo yao hapo mgahawani. Mungu atatukuzwaje basi kwa matendo yetu? **[HFM 16.3]**

Wakati kazi ya mgahawa ilipoanzishwa, ilitarajiwa ingekuwa njia ya ufikiaji wa watu wengi kwa ujumbe wa Ukweli wa sasa. Je, kazi hii imefanyika hivi? **[HFM 16.4]**

Kwa wafanyikazi katika migahawa yetu swali liliulizwa na Yule Mmoja mwenye mamlaka: "Mmezungumza na watu wangapi kuhusu wokovu wao? Ni watu wangapi wamesikia kutoka kwenye

midomo yako ukisihi kwa bidii wamkubali Kristo kama Mwokozi wao binafsi? Ni wangapi wameongozwa na maneno yako kugeuka kutoka dhambini na kuingia kwenye utumishi wa Mungu aliye hai?” **[HFM 17.1]**

Ikiwa chakula cha muda mfupi hutolewa katika migahawa yetu, tusiache watendakazi wetu kusahau kwamba wao wenyewe na wale wanaowahudumia wanahitaji kugawiwa mara kwa mara mkate wa mbinguni. Hebu na waangalie jambo hili mara kwa mara ili kupata fursa ya kusema ile Kweli kwa wale wasiojua Ukweli. **[HFM 17.2]**

KUWA JALI WASAIDIZI WA MGAHAWA NA KUWATUNZA

Wasimamizi wa migahawa yetu wanapaswa kufanya kazi kwa ajili ya wokovu wa wafanyakazi. Hawapaswi kufanya kazi kupita kiasi, kwa sababu kwa kufanya hivyo, wao wenyewe hawatakuwa na nguvu wala mwelekeo wa kuwasaidia wafanyakazi kiroho. Wanapaswa kutoa uwezo wao bora katika kufundisha wafanyakazi wao masuala ya kiroho, wakiwafafanulia Maandiko na kuomba pamoja nao na kwa ajili yao. Wanapaswa kulinda masilahi ya kidini ya wasaidizi

kwa uangalifu kama wazazi wanavyolinda masilahi ya kidini/kiroho ya watoto wao. Kwa subira na upole wanapaswa kuwaangalia watumishi wao, wakifanya yote yaliyo katika uwezo wao kuwasaidia katika ukamilifu wa tabia za Kikristo. Maneno yao yatakuwa kama tufaha za dhahabu katika vyombo vya fedha (Mithali 25:11); matendo yao yanapaswa kuwa huru kutoka kwenye kila dalili ya ubinafsi na ukali. Wao wanasimama kama watu wenye utayari wakati wowote kama wanajeshi (minutemen), wasimamizi wanazilinda roho za watu kama watu ambao siku moja, ni lazima watoe hesabu zao kwa Mungu. Wanapaswa kujitahidi kuwaweka wasaidizi wao kusimama juu ya kilele cha ardhi inayofaa, mahali ambapo ujasiri wao utakuwa na nguvu kila wakati na imani yao katika Mungu kuongezeka daima. **[HFM 17.3]**

Isipokuwa migahawa yetu inaendeshwa kwa njia hii, itakuwa muhimu kuwaonya watu wetu dhidi ya kuwatuma watoto wao kama wafanyakazi humo. Wengi wa wale wafadhili wanaoiwezesha migahawa yetu hawana mahusiano na malaika wa Mungu (mapatron au wafadhili); hawataki matamanio ya ushirika wa viumbe hawa watakatifu (malaika). Wao wanauleta ushawishi wao wa kidunia, na ili kuupingaushawishi huu wa kidunia, wafanyakazi

wanahitaji kuunganishwa kwa karibu na Mungu. Mameneja wetu wa migahawa lazima wafanye kazi zaidi ya kuokoa vijana waliowaajiri. Lazima waweke juhudi kubwa zaidi ili kuwaweka hai kiroho, ili akili za vijana hao zisiharibiwe kwa roho ya kiulimwengu ambayo huletwa kila mara kwenye migahawa. Mabinti na wanawake vijana katika migahawa yetu wanahitaji mchungaji (Hapa hazungumzi sana kuhusiana Pastor ila mlinzi wa kiroho na mtoa mashauri mara nyingi ni mwanamke mtu mzima ambaye ni mcha Mungu au huduma ya chaplensia). Kila mmoja wao anahitaji kulindwa na mvuto wa nyumbani. **[HFM 18.1]**

Kuna hatari kwa vijana wanaoingia katika taasisi zetu kama waumini na kutamani kusaidia katika kazi ya Mwenyezi Mungu, kuachwa hoi kwa uchovu na kisha kuvunjwa moyo, kupoteza bidii, hamasa na ujasiri wao, na kuwa baridi na wenye kutojali. Hatuwezi kuwakusanya vijana hawa kwenye vyumba vidogo vya giza na kuwanyima maisha ya kiroho ambayo walikuwa wakiyafurahia majumbani mwao kabla ya kuja kufanya kazi kwenye mgahawa, na kisha tuwatarajie wawe na uzoefu mzuri wa kidini/kiroho. **[HFM 18.2]**

Ni muhimu kwamba mipango ya busara iwekwe Ili kuwatunza wasaidizi katika taasisi zetu zote na hasa kwa wale walioajiriwa katika migahawa yetu. Wasaidizi wazuri wanapaswa kulindwa, na kila faida inapaswa kutolewa kwao ili kuwasaidia kukua katika neema na katika kumjua Kristo. Hawa hawapaswi kuanikwa wazi katika rehema za mazingira ya bahati nasibu, (lijalo na lije), bila maombi ya mara kwa mara na bila kuwa na wakati wa kusoma Biblia. Wakati wanapoachwa hivyo, watakuwa wazembe na wavivu, na wasiojali Ukweli wa milele. **[HFM 18.3]**

Kila mgahawa unapaswa uwe na mume na mke wake wanaoweza kuwa walinzi wa wasaidizi hawa vijana, mwanamume na mwanamke wanaompenda Mwokozi na roho ambazo Yeye Mwenyewe alizifia; na wanaioshika njia ya Bwana. **[HFM 18.4]**

Mabinti wanapaswa kuwa chini ya uangalizi wa mtu mwenye busara, mwangalizi, mwanamke ambaye ni matroni aliyeongoka kabisa, huyu atakuwa na jukumu kuwalinda na kuwatunza kwa uangalifu wafanyakazi, na hasa wale walio wachanga. **[HFM 19.1]**

Wafanyakazi wanapaswa kuhisi kwamba wapo nyumbani na wana nyumba. Wao ni Mkono wa msaada wa Mungu, na wanapaswa kutendewa kwa

uangalifu, mwororo na kwa upole kama Kristo alivyotangaza kwa mtoto mdogo aliyemweka katikati ya wanafunzi Wake anavyotakiwa kuchukuliwa na kutendewa. “Yeyote atakayemkosesha mmojawapo wa wadogo hawa waniaminio Mimi,” Akasema, “Ingekuwa afadhali kwake jiwe la kusagia lifungwe shingoni mwake, na azamishwe katika vilindi vya bahari.” “Jihadharini na hilo msimdharau hata mmoja wa wadogo hawa; kwa maana nawaambia, malaika wao wa mbinguni siku zote huutazama uso wa Baba Yangu aliye mbinguni.” Mathayo 18:6, 10. Utunzaji wanaopaswa kupewa wafanyakazi hao ni moja ya sababu ya hekima, ya kuanzishwamigahawa kadhaa midogo katika jiji kubwa badala ya mgahawa mmoja mkubwa. Lakini hii sio sababu pekee kwa nini itakuwa bora kuanzisha migahawa kadhaa midogo katika sehemu mbalimbali za miji yetu mikubwa. Migahawa midogo hutoa na kupendekeza kanuni za matengenezo ya afya kama pale tunapoanzisha migahawa mikubwa, ila usimamizi wake unakuwa rahisi zaidi pia. Hatujaagizwa kulisha ulimwengu wote, lakini tumeagizwa kuelimisha watu. Katika migahawa midogo hakutakuwa na kazi nyingi za kupitiliza, na hivyo wasaidizi wetu, watakuwa na muda zaidi wa kusoma Neno, na wakati zaidi wa kujifunza jinsi ya kufanya kazi zao vizuri, na muda

zaidi wa kujibu maswali ya wateja ambao wanatamani kujifunza kuhusu kanuni za matengenezo ya afya. **[HFM 19.2]**

Ikiwa tunatimiza kusudi la Mungu katika kazi hii, haki ya Kristo itatungulia mbele yetu, na utukufu wa Bwana utatufuata nyuma yetu (Isaya 58:8). Lakini ikiwa hakuna wazo la kukusanya roho kwa Bwana, ikiwa wasaidizi wenyewe hawanufaiki kiroho, ikiwa wasaidizi hawamtukuzi Mungu kwa maneno na matendo yao, basi ni kwa nini sisi tufungue na kudumisha taasisi hizo? Ikiwa hatuwezi kuendesha migahawa yetu kwa utukufu wa Mungu, ikiwa hatuwezi kutumia nguvu ili kuleta ushawishi wa kidini/kiroho, ingekuwa bora kwetu kuzifunga taasisi hizi, na kutumia vipaji vya vijana wetu katika kazi nyingine. Lakini migahawa yetu inaweza kuendeshwa kwa jinsi inavyotakiwa, nayo itakuwa njia ya kuokoa roho za watu. Hebu na tumtafute Bwana kwa bidii na kwa unyenyekevu wa moyo, ili atufundishe jinsi ya kuenenda katika nuru ya shauri Lake, jinsi ya kuelewa Neno Lake, jinsi ya kulikubali, na jinsi ya kuliweka katika vitendo.**[HFM 20.1]**

****

Kuna hatari kwamba migahawa yetu itaendeshwa kwa namna ambayo wasaidizi wetu watafanya kazi

kwa bidii siku baada ya siku na juma baada ya juma, na bado tusiwe na uwezo wa kukadiria mema yoyote yaliyotimizwa humo. Jambo hili linahitaji kuzingatiwa kwa umakini. Hatuna haki ya kuwafunga vijana wetu katika kazi isiyozaa matunda kwa utukufu wa Mungu. **[HFM 20.2]**

Kuna hatari kwamba kazi ya mgahawa, ingawa inaonekana kama ni njia yenye mafanikio ya ajabu katika safari ya kutenda mema, itaendeshwa kwa namna ambayo itakuza tu hali njema ya kimwili ya wale watu ambao inawahudumia (watapata afya ya mwili tu na si ya kiroho). Kazi inaweza kuonekana kuwa na sifa za ubora na ufanisi wa hali ya juu, lakini isiwe njema mbele ya Mungu isipokuwa ikifanywa kwa nia ya dhati ya kufanya mapenzi Yake, na kutimiza kusudi Lake Mungu. Ikiwa Mungu hatambuliwi kama Mwanzilishi na hitimisho la matendo yetu, tutapimwa katika mizani ya Patakatifu nasi tutaonekana kuwa tumepungua. **[HFM 20.3]**

Kufunga Migahawa Yetu siku ya Sabato

Swali limeulizwa: "Je, migahawa yetu inapaswa kufunguliwa siku ya Sabato?" Jibu langu ni: Hapana, hapana! Utunzaji wa Sabato ni ushuhuda wetu kwa Mungu, alama, au ishara, kati Yake Mungu na sisi

kwamba Sisi ni Watu Wake. Kamwe alama hii isifutiliwe mbali.**[HFM 21.1]**

Ikiwa wafanyakazi katika migahawa yetu wangetoa milo ya chakula siku ya Sabato kwenye migahawa yetu, sawa na vile wanavyofanya wiki nzima panapokuwa na wingi wa watu ambao huja hapo, siku yao ya kupumzika ingekuwa ni ipi? Je, wangepata nafasi gani ya kuzifanya upya nguvu zao za kimwili na kiroho? **[HFM 21.2]**

Muda si mrefu, nilipewa nuru maalum juu ya mada hii. nilionyeshwa kwamba juhudi zingefanywa kuvunja kiwango chetu cha utunzaji wa Sabato, kwamba watu wangetusihi tufungue migahawa yetu siku ya Sabato; lakini hili halipaswi kufanywa kamwe. **[HFM 21.2]**

Tukio lilipopita mbele yangu. Nilikuwa katika mgahawa wetu huko San Francisco. Ilikuwa ni siku ya Ijumaa. Wafanyakazi kadhaa walikuwa wakijishughulisha na kuweka vifurushi vya vyakula ambavyo vingeweza kubebwa na watu kwa urahisi hadi majumbani mwao, na idadi fulani ua watu walikuwa wakingojea kupokea vifurushi hivi (takeaway). Niliuuliza maana ya jambo hili, na wafanyakazi waliniambia kwamba baadhi ya wateja wao walikuwa na wasiwasi kwa sababu ya kufungwa

kwa mgahawa, kwamba hawangeweza kupata chakula cha aina ile-ile siku ya Sabato kama kile ambacho walichotumia kwa wiki nzima. Walipotambua thamani ya vyakula vyenye afya vilivyopatikana katika mgahawa wetu vyenye lishe ya afya, walipinga kunyimwa vyakula hivyo kwenye siku ya saba na kuwasihi wale wanaosimamia mgahawa huo kuacha wazi mgahawa kila siku ya wiki, wakionyesha kile ambacho wangeteseka kwacho ikiwa hili halitafanyika. "Unachokiona leo," wafanyakazi walisema, "ndio jibu letu kwa mahitaji haya ya vyakula vyenye afya siku ya Sabato. Watu hawa huchukua Chakula katika siku Ijumaa, ambacho kinadumu hadi siku ya Sabato, na kwa njia hii tunaepuka kulaumiwa kwa kukataa kufungua mgahawa siku ya Sabato." **[HFM 21.4]**

Mstari unaotenganisha kati ya watu wetu na ulimwengu lazima uwekwe wazi milele zote, bila kuwa na shaka. Jukwaa letu ni sheria ya Mungu, ambalo juu yake tumeamrishwa kuitunza siku ya Sabato; na kama inavyosemwa waziwazi katika sura ya thelathini na moja ya Kutoka, utunzaji wa Sabato ni ishara kati ya Mungu na watu Wake. "Hakika mtazishika Sabato Zangu," Mungu anatangaza; "Kwa kuwa ni Ishara baina Yangu na watu Wangu katika vizazi vyenu vyote; ili mpate kujua ya kuwa Mimi

Ndimi Bwana niwatakasaye ninyi. Mtaishika hiyo Sabato; kwa kuwa ni takatifu kwenu.... Ni alama kati Yangu na wana wa Israeli milele; kwa maana kwa siku sita Bwana alizifanya mbingu na nchi, na siku ya saba akastarehe, akawa ameburudishwa." **[HFM 22.1]**

Tunapaswa kutii "Bwana asema hivi," ingawa kwa utii wetu tunasababisha usumbufu mkubwa kwa wale ambao hawaiheshimu Sabato. Kwa upande mmoja tumetoa mahitaji ambayo yanadhaniwa kuwa ya mwanadamu; na kwa upande mwingine, tumetunza amri za Mungu. Ipi kati ya haya mawili, ina uzito mkubwa kwetu? **[HFM 22.2]**

Kwenye taasisi zetu za Tiba rahisi yaani Sanitarium familia za wagonjwa, pamoja na madaktari, wauguzi, na wasaidizi, lazima watu walishwe siku ya Sabato, kama familia nyingine yoyote,hkwa kazi ndogo kwa kadri iwezekanavyo. Lakini migahawa yetu haipaswi kabisa kufunguliwa siku ya Sabato. Hebu wafanyakazi wahakikishiwe kuwa watakuwa na siku hii kwa ajili ya kumwabudu Mungu. Milango iliyofungwa siku ya Sabato huweka mhuri juu ya mgahawa kama kumbukizi ya Mungu, ukumbusho unaotangaza siku ya saba kama Sabato na kwamba

juu yake hakuna kazi isiyo ya lazima inayopaswa kufanywa. **[HFM 22.3]**

Nimeagizwa kuwa moja ya sababu kuu kwa nini migahawa yetu ya afya na usafi na vyumba vya tiba/matibabu lazima vianzishwe katikati ya miji mikubwa ni kwamba kwa njia hii usikivu wa watu wakuu utaitwa kwenye ujumbe wa malaika wa tatu. Watu watagundua kwamba migahawa hii inaendeshwa kwa njia tofauti kabisa kutoka kwa njia ambayo migahawa mingine ya kawaida inavyoendeshwa, watu wenye akili wataanza kuuliza sababu za utofauti huu katika mbinu za biashara, na watachunguza kanuni zinazotuongoza kuhudumia watu na chakula bora. Hivyo wataongozwa kwenye ujuzi wa ujumbe wa wakati huu. **[HFM 22.4]**

Watu wanaofikiria kwa undani wanapogundua kuwa migahawa yetu imefungwa siku ya Sabato, watafanya uchunguzi na kuleta maswali yanayohusiana na kanuni zinazotuongoza kufunga milango ya migahawa yetu siku ya Jumamosi. Katika kujibu maswali yao, tutakuwa na nafasi ya kuwafahamisha sababu za imani yetu-ipatikanayo katika Biblia (Kutoka 20:8-11 na Luka 23:53 na hata kwa kuwaangalia Wayahudi leo). **[HFM 23.1]**

Tunaweza kutoa nakala za magazeti na vijizuu vyetu, ili waweze kuelewa tofauti kati ya “yeye amtumikiaye Mungu na mtu yule asiyemtumikia Mungu.” **[HFM 23.2]**

Sio watu wetu wote wanaoelewa wanavyopaswa kuhusiana na Utunzaji wa Sabato. Mungu awasaidie wajirekebishe na kufanya matengenezo. Unakuwa wajibu sasa wa kila kichwa cha kila familia kupandikiza miguu yake kwa uthabiti kwenye jukwaa la utii. **[HFM 23.2]**

Vyakula Vyenye Afya

Vyakula Vyenye Afya kwenye migahawa yetu -Hygenic Restaurant book

(Viwanda vya Vyakula kwa watu wanaotaka matengenezo ya Afya vimeanzishwa mahali pengi, hapa Marekani viwanda hivi vilianzishwa wakati kanisa linaanza, na hata kwetu Afrika, nakumbuka kiwanda kile cha Arusha na kisha kikafungwa, kuna cha Malawi nk, na vitu kama nafaka za chakula cha asubuhi (cereal kama unga wa ulezi na cornflakes), nafaka zisizokobolewa kama vile mchele wa rangi ya kahawia/brown, mikate ya unga usiokobolewa, mazao ya soya na jamii ya karanga yalitengenezwa chakula kilichojulikana kama nyama za soya, na karanga, chai za afya kama vile mnaanaa (mint), chai za soya au mtama, na vyakula vingine visivyosindikwa au kukobolewa ambavyo havina sukari nyeupe au vikiwa vinakuwa na sukari kwa udogo sana au vinatumia asali au utamu mwingine kama vile stevia, na havikaangwi, wala kuwa na chumvi ya kupitiliza. Kwa kifupi

ni kuachana na vyakula visivyo na afya kwa

kadri iwezekanavyo, vyakula vinavyoitwa “junkfoods” na waingereza yaani chakula ambavyo vina kalori nyingi lakini kiwango chake cha lishe kipo chini ila kwaajili ya mazoea kinavutia au kufurahisha watu, na utayarishaji au ufikiaji wake kwa watu unakuwa rahisi ila vina thamani ndogo sana ya virutubisho na vinaharibu mwili na kwa Kiswahili, tafsiri ya moja kwa moja ya junk food ni ‘vyakula takataka’ Hii itakupa picha maana ya Matengenezo haya ya chakula yanayozungumziwa sura hii. Mfano wa vyakula hivi itakuwa keki, kashata, pombe zote, sigara na vilevi vingine vyote, soda zote zikiwemo energy drinks, maandazi, vitumbua, chapati za unga uliokobolewa, chokoleti, hotdog, burger, donuts, icecream na aina zake, milk shake na dada zake, peremende, biskuti na ndugu zake, kahawa, chai nyeusi ya uchina, ugali wa unga uliokobolewa, cereals karibu zote zilizo kwenye mabox, chips na kuku wa kukaanga na kila chakula kinachokaangwa, pizza karibu zote. (Viwanda vya vyakula vina changamoto za pekee kuviendesha kwa usimamizi mzuri na mionjo ya kiroho inakuwa haipo) Cooranbong, N.S.W., Machi 10, 1900 Wakati wa usiku uliopita mambo mengi yamefunuliwa mbele yangu. Utengenezaji na uuzaji wa vyakula vya afya utahitaji uangalifu na kuzingatia maombi.**[HFM 24.1]**

Kuna akili nyingi na mahali pengi ambazo kwa hakika, Bwana atapenda kuzipa ujuzi wa jinsi ya kuandaa vyakula vyenye afya, na vyenye ladha nzuri au vitamu, pale Yeye atakapoona kuwa watatumia elimu hii kwa uadilifu. Wanyama wanazidi kuwa na magonjwa zaidi na zaidi, na haitachukua muda mrefu, sisi tutafikia wakati ambao chakula cha nyama kitatupiliwa mbali na wengi zaidi ambao ni Waadventista Wasabato (watu wataacha kukitumia). Vyakula ambavyo ni vya afya na vinavyotegemeza uhai vinapaswa kutayarishwa, ili wanaume na wanawake wasihitaji tena kula nyama. **[HFM 24.2]**

Bwana atawafundisha watu wengi katika sehemu zote za dunia kuchanganya matunda, nafaka, na mboga kuwa vyakula ambavyo vitategemeza uhai na afya na havitaleta magonjwa. Wale ambao hawajawahi kuona mapishi, ya matengenezo ya vyakula vya afya sasa kwenye soko watafanya kazi kwa akili mahiri, majaribio na mazao ya chakula duniani, na watapewa mwanga kuhusu matumizi ya uzalishaji huu (Mapishi hapa ina maana maagizo ya kuandaa mlo, ikiwemo na orodha ya viamba-upishi na viungo vinavyohitajika-recipes na ingredients). Bwana atawaonyesha la kufanya. Yeye Anayetoa ujuzi, stadi na ufahamu kwa watu Wake katika sehemu nyingine ya ulimwengu atatoa ujuzi na

ufahamu kwa watu Wake katika sehemu nyingine za dunia. Ni ubunifu Wake Mungu, kwamba hazina ya vyakula kutoka katika kila nchi vitatayarishwa hivi kwamba vitaweza kutumiwa katika nchi ambazo zinafaa na kuendana na watu wa hapo. Kama Mungu alivyotoa mana kutoka mbinguni ili kuwategemeza wana wa Israeli, ndivyo hivyo hata sasa Yeye, atatoa kwa Watu Wake katika maeneo mbalimbali ujuzi, stadi na hekima ya utayarishaji na uzalishaji wa vyakula katika nchi hizi kwa kuandaa vyakula vinavyochukua nafasi ya nyama-vinavyokuwa mbadala wa nyama.Vyakula hivi vinapaswa kutengenezwa katika nchi tofauti, kwani usafirishaji kutoka nchi moja hadi nyingine huvifanya kuwa ghali sana kiasi kwamba maskini hawawezi kumudu bei yake. Kamwe haitakuwa faida kutegemea Marekani kusambaza ugavi wa vyakula vya afya kwa nchi nyingine. Ugumu mkubwa utakuwepo katika kushughulikia bidhaa zilizoagizwa kutoka nje ya nchi bila hasara ya kifedha-upotevu wa fedha. **[HFM 24.3]**

Wote wanaoshughulikia vyakula vya afya wanapaswa kufanya kazi bila ubinafsi ili kuleta manufaa kwa wanadamu wenzao. Watu wasipomruhusu Bwana aziongoze akili zao, matatizo yasiyoelezeka yatatokea wakati watu mbalimbali wakijishughulisha na kazi

hii. Wakati Bwana anampa mtu ujuzi na uelewa, na hebu mtu huyu akumbuke kwamba hii hekima haitolewi kwa faida yake mwenyewe tu, bali ili apate kuwasaidia wengine. **[HFM 25.1]**

Hakuna mwanadamu anayepaswa kufikiri kwamba yeye peke yake tu, ndiye mmiliki wa ujuzi wote kuhusu utayarishaji wa vyakula vya afya, au kwamba yeye mwenyewe tu ndiye kutumia hazina za Bwana za dunia na miti katika kazi hii. Hakuna mtu anayepaswa kujisikia huru kutumia maarifa aliyopewa na Mungu kadiri ya mapenzi yake mwenyewe kwenye somo hili. "Mmepokea bure, toeni bure." Mathayo 10:8. **[HFM 25.2]**

Ni hekima yetu kuandaa vyakula sahili, vya bei nafuu na vya afya. Watu wetu wengi ni maskini, na vyakula vyenye afya vinapaswa kutolewa kwao, ambavyo vinaweza kutolewa kwa bei ambayo hata maskini wanaweza kumudu kununua. Ni Mpango wa Bwana kwamba watu maskini zaidi katika kila mahali wapewe vyakula vya bei nafuu na vya afya. Katika maeneo mengi viwanda kwa ajili ya utengenezaji wa vyakula hivi vitaanzishwa. Kile ambacho ni mbaraka kwa kazi katika sehemu moja kitakuwa mbaraka mahali pengine ambapo pesa ni ngumu sana kupatikana. **[HFM 25.3]**

Mungu anafanya kazi kwa niaba ya watu Wake. Yeye hataki watu wawe bila rasilimali. Yeye Anawarudisha kwenye lishe aliyopewa hapo awali mwanadamu. Mlo wao ni pamoja na vyakula vilivyotengenezwa kutoka kwa nyenzo alizotoa Mungu. Nyenzo zinazotumiwa hata sasa katika vyakula hivi zitakuwa ni matunda na nafaka na kokwa, lakini mizizi mbalimbali pia itatumika (viazi, magimbi, mihogo nk). **[HFM 25.4]**

Faida za vyakula hivi zitakuja hasa kutoka ulimwenguni, badala ya kutoka kwa watu wa Bwana. Watu wa Mungu wanapaswa kutegemeza kazi ya Mungu; wanapaswa kuingia katika nyanja mpya na kuanzisha makanisa. Juu ya watendakazi umepumzika mzigo mzito wa shuguli nyingi za kimishenari. Hakuna mizigo isiyo ya lazima inayopaswa kuwekwa juu yao. Kwa watu Wake Mungu ni msaada unaopatikana kila wakati wa hitaji/haja. **[HFM 26.1]**

Uangalifu mkubwa unapaswa kutekelezwa na wale wanaoandaa mapishi kwa ajili yetu na majarida ya afya. Baadhi ya vyakula vilivyotayarishwa mahsusi sasa, vinavyotengenezwa kwenye makopo vitaboreshwa, na mipango yetu kuhusu matumizi itabidi ibadilishwe. Wengine wametumia maandalizi ya vyakula jamii ya karanga kwa uhuru sana. Wengi

wameniandikia: “Siwezi kutumia vyakula vya njugu; mimi nitatumia nini badala ya nyama?” usiku mmoja nilionekana nikisimama mbele ya kundi la watu, nikiwaambia kwamba karanga hutumiwa kwa uhuru sana katika utayarishaji wa vyakula; huo mfumo hauwezi kuzitunza zinapotumiwa katika baadhi ya mapishi yaliyotolewa; na kwamba, ikiwa itatumiwa kwa uangalifu zaidi, matokeo yangekuwa ya kuridhisha zaidi. **[HFM 26.2]**

Bwana anatamani wale wanaoishi katika nchi ambazo matunda ‘freshi’ yanaweza kupatikana kwa sehemu kubwa ya mwaka, waamke na kutumia baraka waliyo nayo katika kutumia matunda haya. Kadiri tunavyotegemea zaidi matunda yaliyotoka mitini tu, yaani freshi, yale yaliyotoka tu kuchomwa kutoka kwenye mti, ndivyo baraka ya lishe yake ndiyo itakuwa kubwa zaidi (Matunda na mboga huanza kupoteza virutubisho mara tu yanapochumwa, na mazao haya yanaweza kupoteza hadi nusu ya baadhi ya virutubisho ndani ya siku chache. Vitamini hasa, huathirika mara tu baada ya mazao kuchumwa.). **[HFM 26.3]**

Wengine, baada ya kufuata lishe ya mboga, hurudi kwenye matumizi ya nyakula vya nyama. Huu ni ujinga mkubwa na unaonyesha ukosefu wa ujuzi wa

jinsi ya kutoa chakula sahihi au kinachofaa kama mbadala wa nyama. **[HFM 26.4]**

Shule za upishi, zinazoendeshwa na wakufunzi wenye busara, zinapaswa kuanzishwa Marekani na kwenye maeneo mengine. Kila kitu ambacho tunaweza kufanya kinapaswa kufanywa ili kuwaonyesha watu thamani ya mlo wenye lishe ya matengenezo. **[HFM 26.5]**

Utengenezaji wa Vyakula vya Kiafya

St. Helena, California, Februari 16, 1901

Jana usiku nilionekana nikizungumza na watu wetu, nikiwaambia kwamba, kama Waadventista Wasabato, ni lazima tukuze upendo, subira, na heshima ya kweli. Yesu atawatia nguvu viongozi wa watu Wake ikiwa watajifunza Kwake. Watu wa Mungu wanapaswa kujitahidi kufikia kiwango cha juu zaidi cha ubora. Hasa wale ambao ni wamishenari wa tiba, wakidhihirisha katika roho na neno na tabia ya kuwa wanamfuata Kristo Yesu; kielelezo cha Mungu cha juhudi za umishenari wa tiba. **[HFM 27.1]**

Nina matamanio ya dhati na ari, kwamba kila mahali kazi itaendelezwa kwa mujibu wa amri Zake Bwana. Naona shida mbele iliyo kubwa kama milima kwa ajili ya watu wetu kwa jinsi mambo fulani yalivyo sasa na

yanavyofanyika, na hasa kuhusiana na biashara ya chakula cha afya. Sisi itabidi tukabiliane na matatizo magumu sana ya ubunifu wa mwanadamu, ambayo yataleta mfadhaiko mwingi. Kupanga njama huelekea kwenye kukosa uaminifu. **[HFM 27.2]**

Kwa ustadi mkubwa, na kwa juhudi kubwa, Dk. Kellogg na washirika wake wameandaa aina maalum za vyakula vya afya. Nia yao kuu imekuwa katika kuwanufaisha wanadamu, na baraka za Mungu zimekaa juu ya juhudi zao. Ikiwa wanafuata shauri la Mungu, ikiwa wanatembea katika mfano wa Kristo, wataendelea kusonga mbele; kwa maana Mungu atatoa ujuzi na ufahamu kwa wale wanaomtafuta Yeye bila ubinafsi. Katika mambo mengi maboresho yanaweza kufanywa katika vyakula vya afya vinavyotoka kwenye viwanda vyetu na kufikia wateja. Bwana atawafundisha watumishi Wake jinsi ya kufanya maandalizi ya chakula ambayo ni rahisi zaidi na ya gharama kidogo (chakula chenye afya, ladha, bei nzuri na kinachopatikana watu walipo kwa urahisi). Kuna wengi ambao Bwana atawafundisha mambo haya kuhusu chakula chenye afya, ikiwa tutakwenda katika shauri Lake, na kupatana na ndugu. **[HFM 27.3]**

Kwa Ndugu Zetu Nchi Yote

Bwana ameniagiza niseme kwamba hajaifungia nuru yote iliyopo, na inayopasa kupokelewa kuhusiana na maandalizi bora zaidi ya vyakula vya afya kwa watu wachache tu. Yeye Atatoa akili nyingi tofauti na kuweka busara na ujuzi utakaowawezesha kuandaa vyakula vya afya vinavyofaa kwa nchi wanazoishi. **[HFM 28.1]**

Mungu Ndiye Mwanzilishi wa hekima yote, akili zote, na talanta zote. Yeye Atafanya hivyo ili kulitukuza Jina Lake kwa kuzipa akili nyingi za watu, hekima katika maandalizi ya vyakula vya afya. Na anapofanya hivi, hebu utengenezaji wa vyakula hivi vipya isionekane kama ni ukiukwaji wa haki za wale ambao tayari wamekuwa wakizalisha vyakula vya afya viwandani mwao, ingawa kwa njia fulani vyakula vinavyotengenezwa viwandani na hata na watu binafsi majumbani mwao, vinaweza kuwa sawa, yaani kufanana-fanana. Mungu atachukua watu wa kawaida na atawapa stadi, ujuzi na ufahamu katika kutumia matunda ya ardhi (mimea). Yeye Anashughulika na wafanyakazi Wake bila upendeleo au ubaguzi. Hakuna hata mmoja anayesahaulika na Yeye. Yeye Atawavutia wafanyabiashara ambao ni washika Sabato kuanzisha viwanda vitakavyotoa

ajira kwa watu Wake. Yeye Atawafundisha watumishi Wake kuandaa vyakula vya afya vya bei nafuu, ambavyo vinaweza kununuliwa na maskini. **[HFM 28.2]**

Katika mipango yetu yote tunapaswa kukumbuka kuwa kazi ya chakula cha afya ni mali ya Mungu na kwamba isifanywe kuwa fursa ya kifedha kwa faida binafsi. Hii ni zawadi ya Mungu kwa watu Wake, na faida hizi, zinapaswa kutumika kwa manufaa ya wanadamu wanaoteseka kila mahali.

Hasa katika Majimbo ya Kusini katika Amerika ya Kaskazini mambo mengi yatabuniwa na miundombiu, vifaa, na majengo vitasimikwa, ambayo maskini na wahitaji wanaweza kujiendeleza kwenye tasnia ya chakula cha afya. Chini ya walimu ambao ni wafanya kazi kwa ajili ya wokovu wa roho zao, watafundishwa jinsi ya kulima na kuandaa vyakula vile vinavyostawi kwa urahisi zaidi katika maeneo yao (hali ya hewa, hali ya kifedha kama umwagiliaji, elimu ya watu nk). **[HFM 28.4]**

Kazi ya Uovu/Dhambi

Baadhi ya ndugu zetu wamefanya kazi ambayo imeleta madhara makubwa kwenye kazi. Ujuzi wa njia za utengenezaji wa vyakula vya afya ambao

Mungu aliwapa watu Wake kama njia ya kutegemeza kazi Yake, watu hawa wamezifichua siri hizi kwa wafanyabiashara wa kidunia, ambao wanazitumia kwa manufaa yao binafsi. Wameuza mali za Bwana kwa faida yao wenyewe. Wale ambao wamefichua siri katika milki yao kuhusiana na utayarishaji wa vyakula vya afya wametumia vibaya amana waliyopewa na Mungu. Watakapokuwa wanatazama matokeo ya usaliti huu wa amana takatifu, wengine watajuta na kupata maumivu sana kwamba walishindwa kushika mashauri yao wenyewe na wakashindwa kumngoja Bwana awaongoze watumishi Wake na kuacha afanye mipango Yake. Wengine wanaopata siri hizi watafanya njama ya kufunga njia za kazi yetu ya Sanitarium ya chakula cha afya, na kwa kupotosha kwa kuiwakilisha isivyo, watawadanganya wale wanaowadhulumu. **[HFM 29.1]**

Biashara ya chakula cha afya haipaswi kukopwa au kuibiwa kutoka kwa wale ambao, kwa usimamizi wake, wanajitahidi kujenga na kuendeleza kazi. Dk. Kellogg, kwa msaada wa wengine, ana matumizi makubwa ya fedha, alisoma michakato ya utayarishaji wa vyakula fulani maalum, na ametoa vifaa vya gharama kubwa kwa utengenezaji wake. Kazi hii imechukua muda mwingi wa thamani, kwa

kufanya utafiti/majaribio ,mengi yamelazimika kufanywa. Na ni haki kwamba wale ambao wamefanya kazi na kuwekeza mali zao waruhusiwe kuvuna matunda ya kazi zao. Kama wakili wa Bwana, hebu Dk. Kellogg aruhusiwe kudhibiti mapato ya kuridhisha kutoka kwenye bidhaa maalum ambazo yeye, kwa baraka za Mungu, amewezeshwa kuzalisha, ili apate njia na fedha za kufanya maendeleo ya kazi ya Mungu kama fursa itakavyoruhusu. Asiwepo mtu aliyejifunza siri za uzalishaji huu wa maandalizi ya vyakula hivi maalum na kuuza bidhaa hizi kwa faida yake binafsi. Mtu asitoe hisia kwamba yeye walifanya kazi kwa kupatana na wale ambao hapo kwanza walitayarisha vyakula vya kuuzwa, wakati havipo. Hakuna mtu aliye na haki haki ya kushiriki katika utengenezaji wa vyakula hivi kwa njia yoyote yenye ubinafsi au uchoyo. Hebu sote tuje karibu na Bwana na kwa mioyo minyenyekevu tutafute kumtukuza Yeye katika kila tendo.**[HFM 29.2]**

Nina onyo kwa wale ambao wana ujuzi na mbinu za kutengeneza vyakula maalum vya afya vinavyozalishwa katika viwanda vyetu. Hawa hawapasi kutumia ujuzi wao kwa malengo yao binafsi au kwa njia ambayo itafanya kazi ya Bwana kuwakilisha isivyo. Watu hawapaswi kuweka maarifa

haya hadharani. Hebu makanisa yashike jambo hili na kuwaonyesha hawa ndugu kwamba jambo kama hilo bila shaka ni usaliti wa uaminifu kwa amana waliyokabidhiwa na kwamba litaleta lawama juu ya kazi hiyo. **[HFM 30.1]**

Hebu wale ambao waliwahi kuajiriwa huko nyuma, na wameajiriwa sasa katika kazi ya kutengeneza vyakula vya afya, vilivyotayarishwa kwanza na Dk. Kellogg, au na mwanzilishi mwingine yeyote kazi hii, wasifichue kwa wengine siri za utengenezaji wa vyakula maalum; kwani kwa kufanya hivyo, wanaikosea kazi ya Mungu kwa kile kinachopaswa kutumika kwa ajili ya maendeleo ya kazi Yake. Nawasihi, ndugu zangu, mnyoshe mapito ya njia zenu ili miguu yenu ipite kwa usalama, ili viwete wasije wakapotoshwa njiani: Usiweke habari mikononi mwa wale ambao, kwa kukosa kujali afya kwa matengenezo ya uangalifu, wanaweza kuweka bidhaa chafu kwenye soko kama vyakula vya afya. **[HFM 30.2]**

Simama upande wa haki katika shughuli zako zote; halafu wewe hautaonekana kupata hasara mbele za Mungu au mwanadamu. Usiingie katika mazoea yoyote ya kukosa uaminifu. Wale wanaochukua utengenezaji wa vyakula vya afya kwa faida yao

binafsi wanachukua uhuru ambao hawana haki nao. Hivyo wanasababisha mkanganyiko mkubwa. Baadhi ya viwanda vinavyouza sasa bidhaa hizo za vyakula na kudai kuwa ni vyakula vya afya, lakini vyenye viambata-upishi visivyofaa (bad ingredients na maelekezo ya upishi yaani recipes zisizofaa). Tena, vyakula hivyo mara nyingi vina viwango duni hivi kwamba madhara mengi hufanyika kwa kazi ya Mungu kwaajili ya mauzo yake, wale wanaonunua wanadhani kwamba vyakula vyote vya afya vinafanana.**[HFM 30.3]**

Hakuna mtu ana haki ya kuchukua faida ya mipango ya biashara ambayo imefanywa kuhusiana na vyakula vya afya vya Sanitarium. Wale ambao wanashughulikia vyakula vilivyobuniwa na kutengenezwa na Dk. Kellogg kwa gharama kubwa, kwanza wapate kuafikiana naye, au wale wengine wanaofanya kazi kwa mapatano pamoja naye, wajifunze mbinu bora za kushughulikia vyakula hivi. Yeye ambaye anaingia katika kazi hii kwa ubinafsi, wakati huo huo akiwapa wateja wake hisia kwamba faida kwenye bidhaa anazouza hutumika kusaidia watu wenye shida, na shuguli nyingine za ukarimu kwa watu, wakati katika hali halisi bidhaa hizi zinatumika kwa ajili ya maslahi yake binafsi, mtu huyo yupo chini ya ghadhabu ya Mungu. Mwishowe

biashara yake itashindwa, na atapata mambo katika mtafaruku kiasi kwamba ndugu zake watalazimika kununua biashara yake ili kuokoa kazi hiyo kutoka kwa aibu. **[HFM 31.1]**

Bwana huchukizwa sana, wakati huduma Yake inapovunjiwa heshima kwa ubinafsi wa wale wanaohusika nayo. Yeye Anataka kila sehemu ya kazi Yake ifanywe kwa kupatana na kila sehemu nyingine, iwe kiungo kinachounganishwa na kiungo kingine. **[HFM 31.1]**

Bwana anataka watu Wake wasimame juu zaidi na masilahi yao binafsi. Yeye anataka washinde majaribu wanayokutana nayo. Yeye Anawaita watu kwenye ushirika wa watakatifu. Anatamani watenda kazi Wake wasimame chini ya usimamizi Wake. Yeye Atapanga na kung'arisha malighafi za kujenga hekalu Lake, na kuandaa kila nyenzo kama vile tofali, viingie na kukaa vizuri kabisa katika mahali pake kimoja kwa kingine (fit), ili jengo liwe kamili na kamilifu, bila mapungufu yoyote.**[HFM 31.3]**

Mbingu zinaanza katika dunia hii. Wakati watu wa Bwana wanapojaa upole na unyenyekevu, watatambua kwamba bendera Yake iliyo juu yao ni upendo (anatutunza katika milki Yake ya upendo- Wimbo ulio bora 2:4) , na matunda yake yatakuwa

matamu kwao. Watafanya mbingu hapa chini duniani, ambayo itawasaidia kujiandaa kwa ajili ya kwenda mbinguni ya juu. **[HFM 31.4]**

Waelimishe Watu

St. Helena, California, Agosti 20, 1902. **[HFM 32.1]**

Popote ambapo Ukweli unatangazwa, mafundisho yanapaswa kutolewa kuhusu utayarishaji wa vyakula vyenye afya. Mungu anataka kwamba katika kila mahali watu wafundishwe kutumia kwa busara bidhaa zinazoweza kupatikana kwa urahisi (mazao ya mashambani). Walimu stadi wanapaswa kuwaonyesha watu jinsi ya kutumia vizuri zaidi na kunufaika na bidhaa ambazo wanaweza kuzilima au kuzipata katika sehemu yao ya nchi. Hivyo maskini, pamoja na wale walio katika hali bora zaidi, wanaweza kujifunza kuishi kwa afya.**[HFM 32.2]**

Tangu mwanzo wa kazi ya matengenezo ya afya, tumeona umuhimu wa kuelimisha, kuelimisha, kuelimisha. Mungu anatamani tuendeleze kazi ya kuelimisha watu. Hatupaswi kuipuuza kwa sababu ya athari tunazoweza kuhofia kuwa nazo kwenye mauzo ya vyakula vya afya vilivyotayarishwa katika viwanda vyetu. Hilo si jambo

muhimu zaidi. Kazi yetu

ni kuwaonyesha watu jinsi wanavyoweza kukipata na kukiandaa chakula kilicho bora zaidi , jinsi wanavyoweza kushirikiana na Mungu katika kurudisha sura Yake ya maadili ndani Yao wenyewe. **[HFM 32.3]**

Wafanyakazi wetu wanapaswa kutumia ubunifu na umahiri wa stadi katika maandalizi ya vyakula vyenye afya, na hii italeta ufanisi hata wa gharama zake. Hakuna wa kuchunguza-chunguza siri za jinsi ambazo Dk. Kellogg anatengenezea vyakula vyake, lakini mara zote wanapaswa kuelewa kwamba Bwana anazifundisha akili nyingi mahali pengi kutengeneza vyakula vyenye afya (Kellog alibuni mapishi ya vyakula mbali mbali kama vile aina upishi/recipes za nafaka ziitwazo cornflakes, siagi ya karanga yaani peanut butter, biskuti za granose na mengineyo). Kuna bidhaa nyingi ambazo, ikiwa zingetayarishwa na kuunganishwa vyema, zinaweza kufanywa kuwa vyakula ambavyo vitakuwa baraka kwa wale ambao hawana uwezo wa kununua vyakula ghali zaidi, haswa vyakula vya afya vilivyoandaliwa. Yeye ambaye katika ujenzi wa Patakatifu na hema la kukutania alitoa ujuzi na ufahamu wa kila namna ya kazi ya ustadi (Kutoka 25), atatoa ujuzi na ufahamu kwa watu Wake katika kuchanganya bidhaa za asili za

chakula, hivyo kuwaonyesha jinsi ya kupata mlo wenye afya.**[HFM 32.4]**

Ujuzi kuhusu utayarishaji wa vyakula vyenye afya ni mali ya Mungu na ameuwasilisha kwa mwanadamu ili waweze kuwasiliana na wanadamu wenzake. Kwa kusema hivi, mimi sizungumzii maandalizi maalum ambayo Dk. Kellogg na wengine wamefanya kwa kusoma na kufanya utafiti wa muda mrefu na kwa gharama nyingi ili kuboresha na kukamilisha zoezi hili. Hapa ninarejelea maandalizi rahisi ya chakula cha afya ambayo watu wote wanaweza kujitengenezea wenyewe, maelekezo kuhusu yale ambayo yanapaswa kutolewa bure kwa wale wanaotaka kuishi kwa afya, na hasa kwa wale walio maskini. **[HFM 33.1]**

Ni mpango wa Bwana kila mahali kwamba wanaume na wanawake watahamasishwa kukuza vipaji vyao kwa kuandaa vyakula vyenye afya kutoka kwenye bidhaa za asili, yaani mazao ya mashambani, ambayo yanapatikana kwenye sehemu za nchi zao wenyewe. Ikiwa wanamtazama Mungu, wakitumia ujuzi wao na chini ya uongozi wa Roho Wake, wao watajifunza stadi na ubunifu mahiri wa kutayarisha vyakula,na kuandaa bidhaa asilia/natural kuwa vyakula vyenye afya (mazao aliyoyaumba Mungu). Hivyo watu hawa wataweza kuwafundisha maskini jinsi ya kujipatia

vyakula hivyo vitavyokuwa mbadala wa nyama na samaki, na mayai (flesh). Wale waliosaidiwa kwa namna hiyo, wanaweza kuwafundisha watu wengine. Kazi kama hiyo bado itafanywa kwa bidii na nguvu iliyowekwa wakfu. Kama kazi hii ilikuwa imefanywa hapo awali, leo kungekuwa na watu wengi zaidi wanaotii Ukweli huu na wengine wengi ambao wangeweza kutoa mafundisho na kuwaelekeza wengine. Hebu tujifunze wajibu wetu, na kisha tuufanye. Hatupaswi kuwa tegemezi na wanyonge, tukingojea watu wengine wafanye kazi ambayo Mungu ametukabidhi sisi kuifanya.**[HFM 33.2]**

Katika matumizi ya vyakula tunapaswa kutumia hekima na akili za kuzaliwa kwa kuangalia mambo yalivyo. Tunapogundua kwamba chakula fulani hakitukubali, au hakiendani nasi, hatuhitaji kuandika barua za uchunguzi ili kujua sababu ya usumbufu mara tu tunapokula chakula hicho. Wewe badilisha tu lishe au chakula chako; jaribu kutumia kwa uchache baadhi ya vyakula; jaribu mapishi au utayarishaji wa aina nyingine wa chakula, au chakula tofauti. Hivi karibuni tutajua athari ambayo mseto au michanganyiko fulani huleta kwetu. Kama wanadamu tuliopewa utashi na Mungu, hebu kila mmoja wetu ajifunze peke yake kanuni za afya na utumiaji wa chakula na kisha uzoefu binafsi

tunaopitia na vyakula hivyo, na kisha kufanya maamuzi kwa kuamua ni vyakula gani ni bora na hivyo vinafaa zaidi kwetu. **[HFM 33.3]**

Vyakula vinavyotumika viendane na kazi tunayofanya na hali ya hewa tunayoishi. Baadhi ya vyakula vinavyofaa kwenye nchi moja havitafaa katika nchi nyingine. **[HFM 34.1]**

Kuna wengine ambao wangefaidika zaidi kwa kuacha kabisa kula kwa siku moja au mbili kila wiki kuliko kwa kiasi chochote cha matibabu au ushauri wa matabibu na fani zingine za afya na tiba. Kufunga siku moja kwa juma kungekuwa na faida isiyohesabika kwao.**[HFM 34.2]**

Nimeagizwa kuwa vyakula vya njugu au jamii ya karanga, mara nyingi hutumiwa bila busara, watu wengi hula kiasi kikubwa cha jamii ya karanga, na kwamba baadhi ya karanga si hazina ubora sana wa lishe kama zingine, yaani ubora wa viwango vyake vya lishe hutofuatiana. Lozi ni bora kuliko karanga; lakini karanga, katika kiasi kidogo, inaweza kutumika kuchanganya na nafaka kufanya lishe na chakula kinachoweza kusagwa (Almond au lozi hazilimwi kwetu ila kuna aina za lozi ambazo zinaweza kulimwa milimani na mahali penye baridi ila tuna jamii ya karanga na mbegu za kutosha-

korosho, nazi, makadamia, njugu mawe, ufuta, alzeti, chia na vingine, jamii hii ya chakula tunapaswa kula tu kiganja cha mkono kisichojaa na siyo zaidi). **[HFM 34.3]**

Mizeituni inaweza kutayarishwa kiasi kwamba inaweza kuliwa na kuleta matokeo mazuri ya kwenye kila mlo. Faida zinazotafutwa kwa kutumia siagi zinaweza kupatikana kwa ulaji wa matunda ya mizeituni yaliyoandaliwa vizuri. Mafuta katika mizeituni hupunguza kufunga choo; na kwa watu wenye shida ya kifua kikuu, na kwa uvimbaji wa tishu za mwili, na matumbo yanayoudhika kirahisi (IBS), matunda haya ni bora kuliko dawa yoyote. Mafuta yake ni bora kwa matumizi kuliko mafuta yoyote yanayotoka kwa wanyama. **[HFM 34.4]**

Ingekuwa vyema kwetu kupunguza kupikapika na kula matunda zaidi katika hali yake ya asili (Bila kuyapika au kuyakausha, au kuyasindika kwenye makopo, labda yawe mengi na tunatamani tuyahifadhi wakati wa hitaji). Tuwafundishe watu kula zabibu mbichi kwa uhuru, apo/tufaha, peaches (wanyakyusa huita mafyogisi), mapea, maberi* na aina nyingine zote za matunda ambazo wanaweza kuzipata (Angalia picha kwenye tovuti maberi au berries kama vile maforosadi na mengine kwenye

mimea midogo midogo). Hebu matunda haya yatayarishwe kwa matumizi ya majira ya baridi kwa kusindikwa kwa kutumia chupa au glasi kwa kadri iwezekanavyo, badala ya bati au makopo (wakopo yanalika na kuweka chuma kwenye chakula).**[HFM 34.5]**

Kuhusu nyakula vya nyama, tunapaswa kuwaelimisha watu waviache kabisa. Matumizi yake yapo kinyume na maendeleo mazuri ya kimwili, kiakili na nguvu za maadili. Na tunapaswa kutoa ushahidi wa wazi dhidi ya matumizi ya chai na kahawa. Pia ni vizuri kukataa desserts tajiri, yaani vyakula vya sukari ambavyo hutumiwa kama vitafunwa kwenye nchi nyingi (keki, vitumbua, maandazi, peremende, pies, biskuti, chokoleti, ice- cream, donut, kashata, vitumbua nk). Maziwa, mayai na siagi havipaswi kuwekwa kwenye kundi moja na vyakula vya nyama. Katika baadhi ya kesi, matumizi haya huleta manufaa. Wakati haujafika kusema kwamba matumizi ya maziwa na mayai yanapaswa kuachwa kabisa. Kuna familia maskini ambazo mlo wao unajumuisha kwa kiasi kikubwa mikate na maziwa. Hawa wana matunda kidogo na pia hawawezi kumudu kununua vyakula vya karanga. Katika kufundisha matengenezo ya afya, kama katika kazi nyingine za injili, tunapaswa kukutana na watu

pale walipo. Mpaka pale tutakapoweza kuwafundisha watu jinsi ya kuandaa vyakula vya matengenezo ya afya ambavyo vina ladha, na lishe, na bado ni vinakuwa na bei nafuu, sisi hatuko huru kuwasilisha kwa watu mapendekezo ya hali ya juu zaidi, kuhusu lishe ya matengenezo ya afya. **[HFM 34.6]**

Hebu matengenezo ya chakula yawe endelevu. Watu wafundishwe jinsi ya kuandaa chakula bila matumizi ya maziwa au siagi. Waambie kwamba wakati utakuja hivi karibuni ambapo haitakuwa salama kwa watu kutumia mayai, maziwa, krimu, au siagi, kwa sababu magonjwa katika wanyama yanaongezeka sambamba na uovu miongoni mwa wanadamu, unavyozidi kuongezeka. Wakati umekaribia ambapo, kwa sababu ya uovu wa jamii ya mwanadamu iliyoanguka, viumbe vyote vya jamii ya wanyama vitaugua chini ya magonjwa yanayoilaani dunia yetu. **[HFM 35.1]**

Mungu atawapa watu Wake uwezo na busara ili kuandaa chakula kizuri bila mambo haya. Hebu watu wetu watupilie mbali mapishi yote yasiyofaa (*yasiyosaidia afya, na kuachana na vyakula vilivyokobolewa na kusindikwa kama vile mkate mweupe, wali mweupe, pilipili manga, siki, baking soda, sukari nyeupe ya miwa, nafaka zilizokobolewa,*

na vingine vinavyokera ukuta wa tumbo na kuufanya uvimbe, vyakula vya asili visivyofanyiwa mambo mengi. Mafuta ya aina chache yatumiwe kwa udogo sana, na kuepuka kukaanga chakula). Hebu watu wajifunze jinsi ya kuishi kwa afya njema, wakiwafundisha wengine yale waliyokwisha kujifunza. Hebu watoe ujuzi huu kama watoavyo mafunzo na maagizo ya Biblia. Wafundishe watu kuhifadhi afya na kuongeza nguvu kwa kuepuka kwa kiasi kikubwa kupika-pika, jambo ambalo limeijaza dunia hii ulemavu wa kudumu (Vyakula hai kama vile matunda na mboga-mboga ni vya afya kuliko vilivyopikwa). Kwa amri na mfano, weka wazi kwamba chakula ambacho Mungu alimpa Adamu katika hali yake ya kutokuwa na dhambi ndicho bora zaidi kwa matumizi ya mwanadamu kama yeye anatafuta kupata tena hali hiyo ya kutokuwa na dhambi (Mwanzo 1:29).**[HFM 35.2]**

Wale wanaofundisha kanuni za matengenezo ya afya wanapaswa kuwa na akili kuhusiana na ugonjwa na sababu zake, kuelewa kwamba kila tendo la mwanadamu linapaswa kupatana kikamilifu na sheria za uhai/afya. Nuru ambayo Mungu ametoa juu ya matengenezo ya afya ni kwa ajili ya wokovu wetu na wokovu wa Dunia. Wanaume na wanawake wanapaswa kufahamishwa kuhusiana na makao ya

binadamu, yaliyowekwa na Muumba wetu kama makao yake, na ambayo juu yake , Yeye Anatamani tuwe mawakili waaminifu. “Kwa maana sisi tu hekalu la Mungu aliye hai; kama Mungu alivyosema, ya kwamba, Nitakaa ndani yao, na kati yao nitatembea, Nami nitakuwa Mungu wao, nao watakuwa watu Wangu. ” 2 Wakorintho 6:16. **[HFM 36.1]**

Shikilia kanuni za matengenezo ya afya, na hebu Bwana awaongoze watu walio waaminifu moyoni. Wasilisha kanuni za kiasi katika mfumo wa kuvutia. Sambaza vitabu vinavyotoa maelekezo kuhusiana na kuishi kwa afya na hivi vizunguke kote. **[HFM 36.2]**

Watu wana uhitaji wa kuhuzunisha, hitaji la nuru inayoangaza kutoka kwenye kurasa za vitabu vyetu vya afya na majarida. Mungu anatamani kutumia vitabu na majarida haya kama njia ambazo miali ya mwanga itavutia umakini wa watu na kuwafanya wazingatie onyo la ujumbe wa malaika wa tatu. Majarida yetu ya afya ni nyenzo za kufanya kazi maalum katika kusambaza nuru ambayo wakazi wa ulimwengu huu, lazima wawe nayo katika siku hii ya maandalizi ya Mungu. Machapisho haya, yana ushawishi ambao hauwezi kusemwa vya kutosha kuhusiana na maslahi ya afya na kiasi na matengenezo ya usafi wa kijamii, na kutimiza

mapenzi mema makubwa katika kuwasilisha masomo haya kwa njia ifaayo na katika nuru yake Kweli kwa watu. **[HFM 36.3]**

Bwana amekuwa akitutumia mstari juu ya mstari, na ikiwa tutakataa kanuni hizi sisi hatutakuwa tu tumemkataa mjumbe anayezifundisha, bali Yule Mmoja ambaye ametupa kanuni hizo. **[HFM 36.4]**

Matengenezo, matengenezo ya daima, matengenezo endelevu, lazima yawekwe mbele ya watu, na kwa mfano wetu lazima tutie nguvu kwenye mafundisho yetu. Dini ya kweli na sheria za afya zinakwenda sambamba. Haiwezekani kufanya kazi kwa ajili ya wokovu wa wanaume na wanawake bila kuwasilisha kwao haja ya kujitenga kutoka kwenye kuifurahia dhambi, jambo ambalo huharibu afya, hudhalilisha roho, na kuzuia Ukweli wa Mungu usivutie akilini mwa mtu. Wanaume na wanawake lazima wafundishwe kuchukua mtazamo makini wa kila tabia, mazoea na kila tendo, na mara moja tuondoe vitu hivyo vinavyosababisha hali mbaya ya afya ya mwili na hivyo kuleta kivuli cha giza juu ya akili. Mungu anatamani wabeba nuru Wake waweke kiwango cha juu mbele yao daima. Kwa kanuni na mfano lazima washikilie kiwango chao kikamilifu juu ya kiwango cha uongo cha Shetani, ambacho,

kikifuatwa, kitasababisha taabu, huzuni, uharibifu, magonjwa, na kifo kwa mwili na roho. Hebu wale ambao wamepata elimu ya jinsi kula na kunywa na kuvaa ili kuhifadhi afya, wawape wengine ujuzi huu. Hebu maskini wahubiriwe injili ya afya kutoka kwenye mtazamo wa vitendo na siyo nadharia tu, ili waweze kujua jinsi ya kutunza mwili ambao ni hekalu la Roho Mtakatifu, kwa jinsi ipasavyo. **[HFM 37.1]**

SEHEMU YA PILI-KAZI YA CHAKULA CHA AFYA

Utangulizi wa Mkusanyiko wa1934 (Nukuu zilizowekwa pamoja na kunakiliwa na mashine ya Mimeograph mwaka wa 1934. A Mimeographed Compilation Made in 1934)

Mambo ya kuzingatia yalikuwa yakitolewa mwaka wa 1934 kuhusiana na mustakabali wa Kiwanda cha Chakula cha Loma Linda (*Loma Linda Food Factory*), maofisa wa Union Konferensi ya Pasifiki waliomba taasisi ya *Ellen White Estate* kukusanya na kutengeneza vitini ambavyo vitaweza kuwafikia watu na kusaidia huduma wakati wanapanga mustakabali wa taasisi hiyo siku za usoni.

Mkusanyiko wa nukuu, barua au miswada iliyopatikana wakati huo inajumuisha sehemu hii. Katika muundo wa mimeograph kazi hii imefika mikononi mwa wengi. Inafaa kwa wakati wa sasa, kazi hii iweze kuunganishwa na machapisho ya chakula cha afya yaliyochapishwa katika Shuhuda namba saba kwa ajili ya Kanisa na maandishi mengi machache kutoka kitabu cha Mashauri kuhusu Lishe na Chakula (*Counsels on Diet and Foods*) ambayo hayajawakilishwa kwingine ili kutengeneza hati moja ya marejeleo. **[HFM 38.2]**

-A. L. White

Maeneo na maslahi ya ujenzi wa shule yetu, najua hilo ni kusudi la Mungu kwamba taasisi hii ianzishwe mbali kutoka katika mji ambao umejaa majaribu na mitego, ya burudani na sikukuu zisizofaa kwa usafi wa moyo na ucha-Mungu, ibada. Mungu Amepanga kwamba tutaunganisha kazi ya mikono na uboreshaji wa nguvu za akili. **[HFM 38.4]**

Nimeonyeshwa kuwa somo la kilimo ndiyo A. B. na C. ya kazi ya elimu kwenye shule yetu. Taasisi hii haipaswi kutegemea mazao kutoka nje ya nchi, kutegemea matunda muhimu sana ya afya, na nafaka na mboga za nchi zingine. Hii ndiyo kazi ya kwanza kabisa ambayo lazima tuanze kuifanya. Kisha tunapoendelea na kuongeza majengo, miundombinu na vifaa vyetu, tutasonga mbele kwa masomo ya viwango vya juu na mifano na utendaji vitaingizwa. Hatupaswi kuondoa kile ambacho tayari kimechukuliwa kama tawi la elimu... **[HFM 39.1]**

Tena, vijana wetu, wanaume na wanawake, wanapaswa kufundishwa jinsi ya kupika kwa kuokoa matumizi na afya, na kuachana na kila kitu katika kilicho cha nyama (nyama na samaki). Hili ni jambo zito sana kwa ulimwengu. Maelfu ya wanadamu ambao wanaishi Kwa kula nyama ya wanyama

waliokufa, wanateseka na kufa kutokana na sababu ambazo hawazijui. Kwa juhudi kubwa wanaweza kufundishwa kutofautisha kati ya lishe bora na matumizi ya nyakula vya nyama. Hatupaswi kuwatia moyo kwa vijana, kwa mafunzo ya kuandaa chakula cha aina yoyote ambacho kina nyama au samaki; kwa kufanya hili kunaashiria giza na ujinga wa Misri badala ya usafi wa matengenezo ya afya. Wafundishe wanafunzi kutayarisha vinywaji vyenye afya kutoka kwenye nafaka, ili viwe tayari kuchukua nafasi ya chai nyeusi ya uchina (ambayo tunailima Afrika Mashariki). Kinywaji hiki cha chai nyeusi, hakina afya ndani yake hata kama maandalizi yake yamefanywa kwa usafi; nacho kimechafuliwa sana, kwa kuchanganywa na viamba-upishi au viungo vingine ambayo vinafanana na chai, na kufanya kinywaji hiki kuwa cha hatari ....**[HFM 39.1]**

Swali limeulizwa, Je, una nuru yoyote kwa ajili yetu? Ikiwa ipo, itoe kwetu. Mara kwa mara, mambo mengi mambo yamefunuliwa mbele yangu, na mara nyingi nuru imekuja kabla tu matatizo hayajitokeza. Ndivyo ilivyokuwa nilipokuwa Stanmore wiki chache zilizopita. Usiku kucha, katika ndoto zangu, tulikuwa tukifanya mabadiliko. Baadhi walikuwa wanafungasha virago, na kuhamia maeneo mengine. Wakati uchunguzi ulipokuwa ukifanywa kwa

madhumuni ya kila mmoja, kulikuwa na mengi yaliyosemwa. Wengine walisema walikuwa njiani kuelekea Cooranbong, ambapo walinuia kupata uhusiano wa karibu na shule. Walisema walikusudia kufanya kazi watakayoipata huko, haijalishi ni ya aina gani. Kama hawakuweza kuchukua masomo yote, wangechukua machache waliyoweza na kujifunza jinsi ya kufanya kazi. Hii, walisema, yatawafaa kwa maisha ya vitendo na kwa kazi watakayofanya katika nyanja za kimishenari. Walisema wanaweza kuona kwamba mabadiliko makubwa lazima yafanyike katika akili zao wenyewe katika sera ya maisha yao, kabla ya kuwa tayari kuelimisha akili zingine.**[HFM 39.3]**

Mawazo mazuri yaliletwa kuhusiana na kiasi katika kula na kunywa. Wakasema, Ni lazima tujifunze wenyewe kwanza; kisha tutatoka kufanya kazi ya umishenari kwa ajili ya wengine, tunaweza kuwapa uzoefu wetu wenyewe. Katika Cooranbong, tutakuwa na fursa nzuri zaidi, sio tu kupata ujuzi wa vitendo wa jinsi ya kufanya kazi, lakini pia tutajifunza jinsi ya kusoma na kujifunza Biblia zetu. Ndipo tutajua katika uzoefu wetu wenyewe maneno ya Daudi katika Zaburi ya 119: 9-11 " Jinsi gani kijana aisafishe njia yake? Kwa kutii, akilifuata Neno Lako. Kwa moyo wangu wote nimekutafuta, Usiniache nipotee mbali

na maagizo Yako. Moyoni mwangu nimeliweka Neno Lako, Nisije nikakutenda dhambi.”**[HFM 40.1]**

Idadi kubwa kabisa ya wanaume na wanawake walipata uamsho kwa kusudi fulani. Kisha maswali yaliulizwa kuhusu ushauri wa kuwaelimisha wengine kuacha nyama na chai na kahawa na kuweka mbadala wa lishe bora zaidi. Je, tuwajulishe wengine mbinu zetu, na hivyo kukata kutoka kwetu sisi wenyewe manufaa tunayoweza kupata katika kuanzisha biashara katika makoloni ya vyakula hivi vya afya? Je, tunapaswa kutoa kwa wengine sayansi hii, ya jinsi ya kutengeneza vyakula vyenye afya? Je, tuwafundishe watu maskini jinsi wanavyoweza kuishi bila kutumia nyama ya wanyama waliokufa? Je, tuwafundishe watu maskini wanaoingia katika kweli jinsi ya kupanda na kukuza jamii ya njugu, na jinsi ya kuzalisha wao wenyewe vitu hivyo ambavyo vingewagharimu sana ikiwa wangevinunua vile vilivyo tayari, na ambavyo vimetayarishwa na mikono ya wengine? Je, tuwafundishe jinsi ya kuandaa vyakula kwa ajili yao wenyewe? **[HFM 40.2]**

Haya yalionekana kuwa maswali muhimu, na magumu kuyatatua. Kisha sauti ya hekima ilisikika: somo la matengenezo ya afya ni Somo kubwa, somo muhimu, na kazi hii ya umishenari inapaswa

kufanywa kwenye barabara kuu na vichochoro vya maisha. Ujumbe wa malaika wa tatu ni Ukweli wa Leo kwa 1898, na suala la afya linahusiana kwa karibu na ujumbe huu kama mkono ulivyo pamoja na mwili. Kwa hivyo nuru lazima itoe mbinu bora za kuanzisha matengenezo ya afya. Nyama ndiyo mzalishaji mkubwa wa magonjwa yanayoingizwa katika mfumo wa binadamu. Lakini huwezi kufundisha matengenezo ya afya isipokuwa uwasilishe njia za maisha yenye gharama nafuu zaidi ili kuwawezesha watu kuishi. Adui hapaswi kupata faida kwa namna yoyote. Bwana anaweza tu kuwabariki wale wanaoshika kila agizo alilotoa kuhusiana na maisha haya.........**[HFM 41.1]**

Ninaona kazi ya kufanya ambayo inaweza kuonekana kana kwamba inafanya kazi dhidi ya maslahi yetu binafsi ya kifedha. Hii ni kuwapa wengine habari ambayo tungetaka wengine watupatie. Wafundishe wale tunaotaka kuwarejesha na iliwafanyie matengenezo za afya, jinsi ya kujiandalia wao wenyewe vyakula vya karanga vilivyo sahili. Watu hao ni maskini sana kuweza kuvipata vyakula hivi ikiwa hawatengenezi wao wenyewe.**[HFM 41.2]**

Kuna kazi ya kufanywa kwenye makanisa yetu ambayo wachache wana fikra ya jinsi ya kuifanya.

“Nilikuwa na njaa,” Kristo alisema, “mkanipa chakula; nalikuwa na kiu, nanyi mlinipa maji ya kunywa: nalikuwa mgeni, mkanikaribisha; nikiwa uchi, mkanivika; nalikuwa mgonjwa, nanyi mkaja kunitazama; nalikuwa kifungoni, mkaja kuniona.” Mathayo 25:35, 36. Tutalazimika kutoa mali zetu kusaidia vibarua katika shamba la mavuno ya Bwana, nasi tutashangilia kwa miganda iliyokusanywa. Wakati jambo hili litakuwa sawa, kuna kazi ambayo bado haijaguswa, ambayo ni lazima ifanywe. Utume wa Kristo ulikuwa kuponya wagonjwa, kuwatia moyo wasio na tumaini, kuwatia nguvu waliovunjika moyo. Kazi hii ya urejeshwaji, inapaswa kuendelezwa miongoni mwa wahitaji wanaoteseka hapa duniani.**[HFM 41.3]**

Mungu anakuita si tu kwa ajili ya ukarimu wa mali yako, lakini pia uchamfu unaoonekana kwenye uso wako, maneno yako ya matumaini, na mkono wako ili kushika mikono ya wahitaji. Kuwapa unafuu watu wa Mungu wanaoteseka. Wengine ni wagonjwa, na wengine tumaini limetoweka. Rudisha nuru ya jua la haki kwao. Kuna roho ambazo zimepoteza ujasiri: zungumza nao. Waombee. Kuna wanaohitaji mkate wa uzima. Soma kutoka kwenye Neno la Mungu. Kuna wenye ugonjwa wa kiroho ambao hakuna zeri inayoweza kuwafikia, watu hawa wanana dawa ya

kuwaponya. Waombee hawa, na uwalete kwa Yesu Kristo. Na katika kazi yako yote, Kristo atakuwepo kuleta hisia za faraja kwenye mioyo ya wanadamu hao. **[HFM 42.1]**

Hii ndiyo aina ya kazi ya umishenari wa tiba inayopaswa kufanywa. Leta nuru ya Jua la haki ndani ya vyumba vya wagonjwa na wale wanaoteseka. Wafundishe masikini walio majumbani mwao jinsi ya kupika. "Atalisha Kundi Lake kama mchungaji," akiwa na chakula cha kimwili na cha kiroho. Kristo anakualika wewe, "Jitie nira Yangu, jifunze kwangu; kwa maana Mimi ni mpole na mnyenyekevu wa moyo; nanyi mtapata raha nafsini mwenu. Kwa maana nira Yangu ni laini, na Mzigo Wangu ni mwepesi." Mathayo 11:28-30. Nakala ya 105, 1898 (iliyoandikwa Agosti

26, 1898). **[HFM 42.2]**

TABIA YA WAFANYAKAZI

Tumeelezea faida za ardhi ya shule huko Cooranbong, Australia. Tumeonyesha kwamba Biblia ndio mwongozo wetu na mwalimu katika kuanzisha shule mahali hapa. Mpango wa hivi karibuni ni kuwa na biashara ya kutengeneza chakula cha afya hapa. Hii ina maana ya kuhusika na majukumu makubwa. Hii inawataka watu wanaomcha Mungu, kutambua kuwa Yeye Yupo katika shughuli na miamala yao

yote, watu ambao ni wakweli, wenye heshima, waungwana, wenye adabu katika kila nafasi, wanaoipenda kazi hii, walio na sifa za kuongoza na kuwaelekeza wengine. Wanapaswa kuwa waungwana, watu wasio wakali, Wakristo wastarabu. Kristo Ndiye awe nguvu zao na uadilifu wao.**[HFM 42.3]**

Vijana wanaoungana nao wanataka kuona ndani ya tabia zenye harufu nzuri ya tabia na matendo mema. Wanapaswa kusikia kutoka kwenye midomo yao maneno ya amani ambayo hayachochei ugomvi. Wanapaswa kuona ndani yao watu wanaoatazama wanadamu wote kama ununuzi wa damu ya Mwana wa Mungu, ambaye anazungumza nao kwa upendo, huruma na kujali.**[HFM 43.1]**

Kwa wale walioshika nafasi kama wakurugenzi, ningesema, Kama mawakili wa Kristo, mnapaswa kutenda kama wachungaji kwa wale mnaowaongoza. Ongea kwa upole, kwa uungwana. Usiruhusu neno moja la kuamrisha au kushurutisha litoroke midomo yako. Bwana haukandamizi urithi wa Mungu. Ifanye kazi ya wale unaowaongoza iwe ya kupendeza na yenye furaha. Wawekee mfano wa kuwafundisha wengine kuheshimu wanafunzi wao. wewe binafsi fanya hivi, Mungu atakubariki sana. **[HFM 43.2]**

Ikiwa vijana wanahisi kwamba wana ushirika na mahusiano mazuri na wale wanaowaongoza, watawapa imani na upendo wao. Kunapaswa kusiwepo kauli kali za kuamuru au kushurutisha. Kumfundisha mtu kuwa na tabia njema, ni sehemu ya elimu inayotolewa shuleni . Vijana wote wa kiume na wa kike wana majaribu na mitihani yao. Udikteta haushauriwi, maneno yanayoonyesha kwamba yule anayefanya mambo ya namna hiyo ni mtumishi wa Kristo, hutunza roho ya mashtaka, husababisha chachu ya uovu kuanza kazi yake. Roho ya ugomvi, ukali, na malumbano huja ndani na Kristo anavunjiwa heshima. Jina Lake halikutukuzwa. Muswada 159, 1898 (iliyoandikwa Desemba 8, 1898).

[HFM 43.3]

Shamba kubwa

Vyakula vya afya vinapaswa kutengenezwa Cooranbong, Australia na vinapaswa kusambazwa kila mahali ambapo kiwango cha ile Kweli vinainuliwa. Magazeti ya kidunia yanashughulika na suala la nyama ya ng'ombe ambao wanaletaw wakiwa na magonjwa kwenye soko. Kati ya ng'ombe ishirini, ni ng'ombe mmoja au wawili tu ndio wanaotambulika kuwa salama kwa matumizi ya chakula cha mwanadamu. Hii inaamsha akili ya kufikiria,

inayochambua mambo kwa hekima. Nini kifanyike ili kuchukua mahali pa nyama ya ng'ombe, watu wanauliza. Huu ni wakati wetu wa kufanya kazi kwa katika mistari ifaayo, ili kwenda katika roho ya Eliya, na kuitengeneza njia ya Mungu Bwana. Barua 14, 1899 (iliyoandikwa Januari, 1899). **[HFM 44.1]**

Mpango wa Mungu katika Mbadala wa Vyakula Visivyo na Afya

[Katika kujibu swali lililoulizwa kuhusu uhusiano wa afya biashara ya chakula na shule, Dada White alitoa jibu lifuatalo wakati wa hotuba ya Sabato alasiri, Julai 22, 1899.] **[HFM 44.2]**

Nuru niliyopewa ni kwamba haitachukua muda mrefu kabla ya watu kuacha kutumia chakula chochote cha wanyama. Hata maziwa italazimika kuyaacha. Magonjwa yanakuja haraka na yanajilimbikiza. Laana ya Mungu iko juu ya nchi, kwa sababu mwanadamu mwenyewe ameilaani. Mazoea na desturi ya wanadamu yameleta duniani hali ambayo chakula kingine zaidi ya chakula cha wanyama lazima kibadilishwe, na hiki kitakuwa ndiyo mbadala wa nyama kwa ajili ya familia ya wanadamu. Hatuhitaji chakula cha nyama na samaki hata kidogo. Mungu anaweza kutupa kitu kingine. **[HFM 44.3]**

Tulipokuwa tunazungumza juu ya ardhi hii ya Coranboong, ilisemwa kuwa ni mbaya sana, "Hakuna kinachoweza kukuzwa hapa." "Hata hivyo," nikasema, "Bwana anaweza kuandaa meza nyikani." Chini ya uongozi wake chakula kitaenda kitakidhi mahitaji ya watu kwa kwenda mbali. Tunapokuwa sisi wenyewe katika uhusiano mzuri na Bwana, Yeye atatusaidia, na chakula tunachokula kwa utiifu Kwake, kitatutosheleza, nasi tutaridhika. Tunaweza kuishi kwa chakula kidogo sana kuliko tunavyofikiri kwamba inawezekana, ikiwa tu, baraka za Mungu ziko kwenye chakula; na ikiwa ni kwa ajili ya utukufu Wake, Yeye anaweza kukizidisha, kukiongeza. **[HFM 44.4]**

Tunahitaji kuelewa kwamba Mungu Yuko katika harakati za kurekebisha afya zetu, kuzifanyia matengenezo. Tunapomweka Kristo ndani yetu, ni sahihi kwetu kufahamu kila uwezekano na njia pana ya mibaraka Yake. **[HFM 45.1]**

Biashara ya chakula cha afya inapaswa kuunganishwa na shule yetu, na sisi tunapaswa kuweka mipango kwa ajili yake. Tunajenga majengo kwa ajili ya utunzaji wa wagonjwa, na chakula kitahitajika kwa ajili ya wagonjwa. Popote penye shauku au ari, watu wanapaswa kufundishwa

kanuni za matengenezo ya afya. Kama nyanja hii ya kazi ikiletwa, itatubidi kuingia kwenye kazi hiyo ya kuwasilisha Ukweli. Biashara ya chakula cha afya inapaswa kuanzishwa hapa. Inapaswa kuwa moja ya tasnia na kazi inayounganishwa na shule. Mungu ameniagiza kwamba wazazi wanaweza kupata kazi katika sekta hii, na kutuma watoto wao shuleni. Lakini kila kitu kinachofanywa kinapaswa kufanywa na unyenyekevu na usahili mkubwa zaidi. Kusiwe na ubadhirifu au ufujaji katika jambo lolote. kazi Imara inapaswa kufanywa, kwa sababu, isipofanywa kwa nguvu, italeta uzoefu na matokeo ya kazi iliyoborongwa, isiyo na mpangilio na umakini. Tunahitaji wafanyakazi imara, walioendelezwa vyema katika kila mstari. Kazi lazima iwe imara. Mara tu wasaidizi katika kazi wanapotawaliwa na Roho Mtakatifu, Bwana atawapa hekima, stadi, ujuzi na akili katika utengenezaji wa vyakula, kama vile alivyowapa wafanyakazi ufahamu na uwezo wa kutengeneza hekalu, lile hema la kukutania na Patakatifu (Kutoka 25). Yeye Atawawezesha kufanya kazi ya haki katika kulijenga hekalu la mwili. Australasia Rekodi ya Mkutano wa Konferensi, Julai 28, 1899.**[HFM 45.2]**

Mashirikisho ya Kibinadamu

Mungu anatuita tusogee mbele kwa uangalifu. Yeye Anatuonya dhidi ya kushirikiana na watu wasioamini. Hatutakiwi tujifunge nao katika mahusiano ya kibiashara. Hakuna atanayepewa anayesamehewa kuwa hana hatia au kupewa udhuru kwa kufanya hivi. **[HFM 45.3]**

Wale ambao Bwana amewateua kufanya kazi yake hawapaswi kujifunga wenyewe kwa vikwazo fulani kuhusu uuzaji wa vyakula vya afya. Mtu anayefanya hivi hajavaa nira ya Kristo, bali nira iliyobuniwa, na kutengenezwa na kuvishwa na mwanadamu. Bwana Ndiye mwenye vitu vyote, na maagizo niliyopewa ni kwamba tunapaswa kuacha yale ambayo hayawezi kushughulikiwa bila kufuata makatazo au vikwazo fulani. Bwana Yupo, Naye Ndiye Msimamizi wa mali Yake Mwenyewe, Naye anatoa amri za kuondoa vikwazo vyote vinavyowafunga waja Wake. Lazima watumishi Wake wawe huru, wafanye kazi kulingana na mahitaji ya mazingira. **[HFM 46.1]**

Mungu anajua vitu vyote ambavyo Yeye anataka tushugulike navyo katika huduma Yake. Yeye Anaona yanayoendelea humu duniani, na anasoma nia zinazowaongoza wanadamu kuwawekea vikwazo wale watenda kazi pamoja na Mungu. Watu huweka

vikwazo juu ya wafanyakazi wenzao ili wapate kufikia malengo au hatima fulani; lakini kwa kuwalazimisha watu wengine waje kwenye masharti yao tu, watu hawa wanafunga kazi ambayo Mungu ametangaza lazima isonge mbele. Wanatamani kupata kitu fulani, na hata wao wenyewe hutumia mbinu na talanta waliyopewa na Mungu. Barua 51, 1900 (iliyoandikwa Machi 29, 1900). **[HFM 46.2]**

HAKUNA KUTAWALA SOKO LOTE KWENYE KAZI YA CHAKULA CHA AFYA

(No Monopoly in health food business)

Wakati kunawasilishwa mbele ya kanisa lolote au mbele ya waumini katika nchi yoyote pendekezo la kuwafunga wale wanaoshughulikia vyakula vya afya kwa mkataba wa kuweka vikwazo fulani ambavyo mwanadamu wanavibuni na kuviweka, jibu daima ni kuwa, Hakuna. Kazi ya Mungu haijafungwa kamba au kuwekewa mipaka (Na vikwazo vya mtu au ubinafsishaji wake kwaajili ya uroho wa pesa). **[HFM 46.3]**

Ikiwa Mungu amempa Dk. Kellogg hekima kutoka kwenye chemchemi Yake yenye ugavi mkubwa ikiwemo vifaa au miundombinu, ikiwa amempa mali, njia na maarifa ya kisayansi ili kukabiliana na

dharura za wakati huu, je, utoaji huu unampa haki ya hati miliki ya kuzuia au kuifungia kwa kufuli, zawadi hii aliyopewa ili kuonyesha kwamba Mungu hajawasahau watu Wake? Hakika zawadi hii si ya Dk. Kellogg, haijatoka kwake, ila imetoka kwenye Nguvu kubwa zaidi. Dk. Kellogg amesahau kwamba yeye ni mtu anayepaswa kufunzwa, kuzoezwa na kuelimishwa kama watu wengine. Mungu amemheshimu sana, na ataendelea kumheshimu maadamu yeye anaivaa nira ya Kristo na kujifunza katika shule ya Kristo upole Wake na unyenyekevu. Lakini Dk. Kellogg hakujiumba mwenyewe. Sio yeye pekee ambaye anaweza kunywa kutoka kwenye chemchemi ya maarifa. Bwana ana watu wengine ambao atawafundisha na watapata ujuzi. Dk Kellogg hakupewa ujuzi wake kutoka kwa Mungu ili aweze kujimilikisha kama bidhaa ya ubunifu na utengenezaji wake mwenyewe. **[HFM 46.4]**

Ikiwa kwa njia ya busara, ujuzi huu umetolewa na Mungu kwa ajili ya manufaa ya watu Wake, na hivyo Dk. Kellogg amegundua kitu kuhusiana na vyakula vya afya, kwa nini basi anahisi kwamba mafunuo haya ni yake mwenyewe? Ni sehemu ya Kazi ya Mungu, na iko mbali sana na kuwa kamilifu, na bado yoyote anayeunganishwa kwa Bwana yuko huru kubuni na kupanga na kufanya majaribio kutoka

kwenye hekima aliyopewa na Bwana katika ukarimu Wake. Mungu atatoa maarifa kuhusiana na namna ya kuandaa chakula kwa ubora na afya, kisichokobolewa au kusindikwa (wholesome), na Mola anamkataza mtu yeyote katika watu Wake kuandika hata herufi moja na kusaini mkataba wakisema wao wamefanya hivi au vile kuhusiana na uuzaji wa vyakula hivi. **[HFM 47.1]**

Maboresho makubwa yatafanywa katika suala la vyakula vya afya. Baadhi vyakula vitaonekana kuwa havijatayarishwa kwa ubora na kwa namna inayokidhi afya nzuri (vimekobolewa na kusindikwa, havina virutubisho vifaavyo nk). Bwana anawaita wanaume na wanawake ambao hawatasimama pale walipo (hawataweka nukta), Bali watafanya kazi chini ya uongozi wa mbingu, bidhaa hizi zilizozalishwa zinaweza kuwa kamilifu zaidi kuliko zilivyo sasa. Hebu akili zenye ustadi zichukue suala la uboreshaji. Bwana atatupa hekima. Lakini kumbuka kwamba wakati unapoanza kufikiri kwamba hekima yako ni ya ujuzi wako mwenyewe, na kwamba wewe una haki ya kufunga uzalishaji uliotoka kwa hekima hii, wewe upo nje ya miliki ya Kristo. Unatengeneza njia zilizopindapinda, zilizopoka kwa miguu yako, na wengi walio vilema watapotoshwa. **[HFM 47.2]**

Mungu anawaita watu ambao watapokea na kutoa. Kazi ya Bwana haifanyiki kwenye kona. Mashahidi wasio na ubaguzi na wasio na ubinafsi wanapaswa kuwatolea wengine yale ambayo Bwana amewapa, kwa kutoa ushuhuda papo hapo, bila kusita. Mafanikio makubwa katika matengenezo huongoza kutoka hatua Moja hadi nyingine. Matunda haya yataonekana ikiwa watenda kazi wa Mungu wanajifunza katika shule ya Kristo. Kisha watatambua kwamba hawatakiwi kujihusisha na biashara zao wenyewe zenye chembe za ubinafsi. Mungu anasema, “Ninyi ni nuru ya Dunia." Tunapaswa kuonyesha katika mipaka yetu maboresho yote ambayo busara na ujuzi tuliopewa na Mungu umetuwezesha kufanya. Kila kitu ambacho kinabeba athari za kivitendo katika uboreshaji wa kazi sio mali ya mtu mmoja; kwa maana hutoka kwa Baba wa mbinguni, ambaye alitoa mana kutoka mbinguni kwa kambi yote ya Israeli. Kile ambacho wanadamu hupata kupitia hekima ambayo Mungu amewapa hakipaswi kutumika tu kuendeleza kazi ya mtu binafsi, lakini kitatumika kukuza kazi ya Mungu kwa ujumla. Nakala ya 30, 1898 (iliyoandikwa Juni 18, 1900). **[HFM 48.1]**

Sehemu katika Huduma ya Mungu

Nina kitu cha kukuambia. Bwana amefungua mahali kwa ajili Yako katika kiwanda cha chakula. Yeye Amekubariki na amekupa busara na uelewa wa kazi. Mpaka utakapokuwa na ushahidi chanya kwamba ni wajibu wako wa kubadili msimamo wako, wewe unapaswa kubakia hapo ulipo. Umebarikiwa kuliko vijana wengi; maana una mahusiano mazuri na mama yako, wakati watu wengi wamelazimika kutengwa na mvuto wa nyumbani. **[HFM 48.2]**

Nimevutiwa na Bwana kukuambia, ndugu yangu kijana, kwamba ni lazima mtu fulani afanye kazi unayofanya. Katika nafasi ambayo wewe umewekwa umepata uzoefu bora zaidi ambao kijana wa kiume anapaswa kuwa nao. Bwana anatamani kuwa na watu, wanaohusiana na taasisi hii, wanaume na wanawake wanaompenda na kumcha. Wale wanaojishughulisha na kazi hiyo ya kuandaa vyakula vya afya ni sawa tu na watumishi wa Mungu walio katika tiba ya meno (dentistry) au katika kazi ya umishenari wa tiba. Unapokuwa unasaidia kuandaa vyakula vya afya, wewe unafanya huduma ya Mungu.... **[HFM 49.1]**

Unapokuwa umebobea vyema ufundi na biashara yako ya sasa, utaweza kufanya huduma nzuri katika

kufundisha watu jinsi ya kuandaa chakula cha afya. Suala hili la kazi ni muhimu kama kazi yoyote ambayo unaweza kuifanya. Ni elimu muhimu zaidi kwa vijana wa kiume na wa kike; kwa siku za usoni nyanja hii ya kazi itapata kibali pale ambapo aina nyingine nyingi za kazi hazitakubalika. Barua 151, 1900 (iliyoandikwa Novemba 20, 1900). **[HFM 49.2]**

Uteuzi wa Kazi ya Mungu

Hakuna mtu anayepaswa kukazana kuwa mtengenezaji mkuu wa vyakula vya afya, au kuanzisha ukiritimba katika biashara hii. Mtu asijaribu kudhibiti biashara ya chakula. Kila mtu na afanye kazi yake aliyoweka Mungu katika kuchanganya bidhaa asilia na kutengeneza vyakula vyenye afya. **[HFM 49.3]**

Kazi ya kuchanganya matunda, mbegu, nafaka, na mizizi katika njia ya afya, ni kazi ya Bwana. Katika kila mahali ambapo kanisa limekuwa imara, hebu washiriki wa kanisa watembee kwa unyenyekevu mbele za Mungu. Hebu watu waelimishwe kuhusu kanuni za matengenezo ya afya. ***Nakala ya 79, 1900 (iliyoandikwa Desemba 23, 1900).*** **[HFM 49.4]**

Uwiano Katika matengenezo Matengenezo makubwa yanapaswa kufanywa. Mabadiliko mengi tutakapoweka juhudi katika kuendeleza kazi ya matengenezo. Lakini matengenezo ambayo ni ya wakati ujao hayapaswi kuletwa kwa sasa. Tunapaswa kusonga mbele hatua kwa hatua. Matengenezo hayapaswi kuletwa kama uvumbuzi mpya, bali kama matokeo ya asili. Kisha yatakuwa mibaraka mikubwa. **[HFM 50.1]**

Katika kuwasilisha kanuni za matengenezo ya afya, kuna hatari kwamba baadhi watataka kuleta mabadiliko ambayo yatakuwa na athari mbaya katika afya zao kuliko kuboresha mambo. Matengenezo ya afya lazima yasisitizwe kwa njia iliyo sahihi, si kwa kupitiliza au kuwa tofauti sana na kile watu walikuwa wamezoea kabla ya hapo. Kama hali ilivyo sasa, hatuwezi kusema kwamba maziwa na mayai na siagi lazima viachwe kabisa sasa. Lazima tuwe waangalifu ili tusilete mavumbuzi mapya, kwa sababu ya ushawishi wa mafundisho yaliyokithiri, kuna nafsi zenye dhamiri kali, ambazo hakika zitavuka mipaka na kupitiliza. Muonekano wao wa kimwili utadhuru kazi matengenezo ya afya; kwa wachache wanaojua vizuri matokeo hali waliyonayo wataachana na matengenezo. **[HFM 50.2]**

Bwana anatutaka tuwe na hekima ili kuyapinga mabaya na kuyatambua yaliyo mema. Mungu amekuwa akinipa maelekezo ambayo atawapa wanadamu katika nchi mbalimbali duniani uwezo wa kuzalisha vyakula vya afya, ili mashine ya mwili wa mwanadamu ili iweze kuwekwa katika mpangilio mzuri bila matumizi ya chakula chochote chenye viungo vinavyohatarisha afya. Kwa Roho Wake Mtakatifu, Bwana atawaongoza watenda kazi wake katika utayarishaji wa vyakula. Na faida kutoka kwenye vyakula hivi haitatumika kwa manufaa ya huduma za Sanitarium peke yake. Mungu hajengi kuta zinazotenganisha huduma. Faida hizi zinapaswa kutumika kwa manufaa ya kuondoa mateso ya binadamu kila mahali. **[HFM 50.3]**

Katika eneo ambao unafanya kazi [Australia], kuna mengi ya kufanya kujifunza kuhusu utayarishaji wa vyakula vyenye afya. Vyakula ambavyo ni vya afya kabisa na bado ni vya gharama nafuu, vinapaswa kutengenezwa. injili ya afya inapaswa kuhubiriwa kwa wale walio masikini. Katika utengenezaji wa vyakula hivi, njia zitafunguliwa ambapo wale wanaokubali Ukweli, wanapopoteza kazi zao kwaajili ya imani yao, wataweza kujikimu kimaisha. Mazao ambayo Mungu hutoa yanapaswa kutengenezwa kuwa vyakula bora, ambavyo watu wanaweza

kuvitumia. Kisha tunaweza kuwasilisha kanuni ipasayo ya matengenezo ya afya na wale wanaosikia watashawishika juu ya uthabiti wa kanuni hizi, na watazikubali. Lakini mpaka tuwasilishe matengenezo ya vyakula vya afya ambavyo vina ladha nzuri, lishe, na bado viwe na bei nafuu na hilo litafanyika Wakati wa awamu ya juu zaidi za matengenezo ya afya katika lishe. ***Barua 98, 1901 (iliyoandikwa Juni 19,***

1901). **[HFM 50.4]**

Maswali ya Haki

Shetani atawajaribu wale ambao wamefundishwa na Mungu kutengeneza vyakula vya afya kwa kusema kwamba wakati wengine wanatumiamazao ya ardhi na miti katika kutengeneza vyakula ambavyo labda vinafanana kwa kiasi fulani na vyetu, basi hata wao wana haki ya kutumia ujuzi huo kwa faida binafsi. Lakini Mungu hakuwahi kupanga kwamba wanaume wachache wahodhi faida yote ya maslahi ya chakula, kwa kuwalazimisha wengine, ambao wanahitaji faida sawa, kujifunga wenyewe kwa kusaini mkataba fulani, ili kutimiza masharti fulani. ***Muswada 159, 1902 (iliyoandikwa Desemba 15, 1902).*** **[HFM**

51.1]

****

Vyakula vya afya sasa vinachukuliwa kuwa vimeanzishwa na mwanadamu, na ikiwa upo uzalishaji mwingine unafanyika, mawazo hutokea. “Je, hawakiuki haki zetu?” Lakini vyakula vya afya vimetoka kwa Mungu, kama baraka kwa watu Wake. Hivi havipaswi kufungwa na kuwekwa chini ya udhibiti wa nguvu za Battle Creek kama mali yao wenyewe. Biashara hii ni mali ya Mungu, Naye atatoa nuru kwa mawakala wengine wa kibinadamu kwaajili ya maendeleo yake. “Ninyi si mali yenu wenyewe; kwa maana ninyi mlinunuliwa kwa thamani; basi, mtukuzeni Mungu katika miili yenu na katika roho zenu. ambazo ni za Mungu.” 1 Wakorintho 6:19, 20. Hatupaswi kufuata kanuni ya watu matajiri wa kidunia,--za kununua na kuhifadhi ugavi wote wa chakula fulani, na kisha kuwaambia watu walipe gharama kubwa kwa ajili yake (kulangua); maana jambo hili linasababisha maskini kuteseka. **[HFM 51.2]**

Katika sehemu zote za ulimwengu wetu majaribio yatafanywa, michakato itabuniwa na mbinu zitagunduliwa katika utayarishaji na utengenezaji wa bidhaa zenye vyakula vya afya vinavyoweza kutumika kwa manufaa ya watu wote. Mungu Mwenye hekima yote, ambaye ametoa nuru na hekima kwa kundi moja, hataizuia nuru Yake na

hekima kwenda kwa wengine ambao wamejitolea vile vile kwa masilahi ya taasisi zetu za Sanitarium (afya) na masuala yote ya kazi ya umishenari wa tiba. Tunapaswa kuwa na viwanda vipya vya chakula. Vyakula ambavyo ni vya afya kabisa na bado ni vilivyo na bei nafuu vinapaswa kutengenezwa, na hivyo njia itafunguliwa kwa wale waliokuwa na kazi ambao, kwa kuukubali Ukweli, wamefukuzwa kazi. Mungu wa mbinguni atatoa ufahamu kwa mawakala Wake wa kibinadamu. ***Barua ya 192, 1901 (iliyoandikwa***

Julai 3, 1901). [HFM 52.1]

Vyakula Rahisi na Visivyo Ghali

Bwana atawapa akili watu wengi, katika sehemu mbalimbali, kuhusiana na vyakula vya afya. Yeye Anaweza kutandaza meza nyikani. Vyakula vya afya vinapaswa kutayarishwa na makanisa yetu ambayo yanajaribu kutekeleza kanuni za matengenezo ya afya. Lakini kwa hakika wanapoanza kutengeneza vyakula hivi, watu wengine watasema wanadhulumiwa haki zao (kwa vile wanaona kwamba hii biashara ni yao, na mtu yoyote yule asiingilie). Lakini ni nani aliyewapa watu hawa wanaodai haki ya kutengeneza vyakula hivi peke yao, hekima ya kuandaa vyakula hivi?- Mungu wa mbinguni.

Mungu huyo huyo atatoa hekima kwa watu wake katika nchi

mbalimbali kutumia uzalishaji wa nchi hizi katika kuandaa vyakula vya afya. Kwa njia rahisi, zisizo na gharama, watu wetu wanapaswa kufanya majaribio ya kutengeneza vyakula vya afya kwa kutumia matunda na nafaka na mizizi katika nchi wanazoishi. Katika nchi tofauti, vyakula vya afya vya bei nafuu vitengenezwe kwa manufaa ya maskini.**[HFM 52.2]**

Ujumbe ambao Mungu amenipa ni kwamba watu Wake katika nchi za nje ya Marekani, wasitegemee ugavi wa vyakula vya afya kutoka nje ya nchi, na hasa Marekani. Usafirishaji wa meli, malori, treni au ndege na shuguli nyingi inayohusika na kazi hii, hufanya gharama ya vyakula hivi kuwa ya juu sana hata maskini walio wa thamani mbele za Mungu kama matajiri walivyo na thamani, hawawezi kuvimudu. **[HFM 53.1]**

Sehemu za Umisionari

Vyakula vya afya ni mazao ya Mungu, na Yeye atawafundisha watu Wake kwenye maeneo ya kimishenari ili kuchanganya mazao haya ya mashambani kwa usahili, kwa gharama ndogo, vyakula ambavyo vina afya, visivyokobolewa au kusindikwa, na hivo vyenye bei nafuu vitapatikana na kutolewa kwa watu. Ikiwa watatafuta hekima kutoka kwa Mungu, Yeye atawafundisha jinsi ya kupanga na

kubuni. Nimeagizwa kusema, "Usiwakataze." [HFM 53.2]

Ujumbe unapowafikia wale ambao hawajasikia Ukweli wa wakati huu, wataona kwamba ni lazima matengenezo makubwa yafanyike kwenye lishe yao. Wanaona kwamba ni lazima waweke mbali chakula cha nyama, kwa sababu inajenga hamu ya pombe, na kujaza mfumo wa mwili kwa magonjwa. Kwa kula nyama, nguvu za kimwili, kiakili, na kimaadili zinadhoofika. Mwanadamu anajengwa kutokana na kile anachokula. Tamaa na hulka za wanyama huwa na nguvu kama matokeo ya ulaji wa nyama, uvutaji wa tumbaku na unywaji pombe. Bwana atatoa kwa watu Wake hekima ya kutayarisha chakula ambacho kinatokana na yale mazao ambayo ardhi hutoa, vyakula vile vitachukua mahali pa nyakula vya nyama. Mchanganyiko rahisi wa karanga na nafaka na matunda, yaliyotengenezwa kwa ladha na ustadi, utajiuza wenyewe kwa wale kwa wasioamini, na watu hawa watanunua. Lakini kama jambo la kawaida, karanga nyingi kuliko inavyohitajika, hutumiwa katika michanganyiko inayotengenezwa. *Nakala ya 156, 1900 (iliyoandikwa Novemba 27, 1901).* **[HFM 53.3]**

Nuru Inayoendelea au Endelevu Katika kufanya kufanya utengenezaji wa hivi vyakula vya afya, mmejichukulia tu mamlaka yenu wenyewe katika kufanya shuguli hii, hamjazingatia kwamba ni mali ya nani nyingi mnashughulikia . Wala ninyi si mali yenu wenyewe. Mungu amewapa watu wote kila busara na talanta inayowezekana mwanadamu kupewa, hakuna hata mtu mmoja aliyeachwa, mtu mmoja hapa amepata na mwingine kule pia amepata, busara na uwezo (Kingereza anasema ameweka kila kidoti kinachopaswa kuwekwa juu ya herufi i na kila mkato au mstari uliowekwa kwenye herufi t, -God has dotted every i and crossed every t); na ingawa ninyi mmezirekebisha na kutaka kuzitawala karama hizi, ili muanzishe bishara kubwa za chakula, Je, watu wengine pia, hawapaswi kupata upendeleo wa kutumia hekima waliyopewa na Mungu katika kubuni vyakula vya afya, pamoja na ninyi, na je, hawa hawana haki ya kutumia uwezo huo katika kazi ambayo itafaidisha kazi ya Mungu, na kukidhi mahitaji yaliyopo na ambayo yataendelea kuwepo daima? Kwa nini vizuizi vikali vijengwe kwa namna hii? **[HFM 54.1]**

Nuru niliyopewa ni kwamba hakuna mtu ambaye amejaliwa uwezo huu wa kutayarisha vyakula vya afya kwa faida yake mwenyewe, uwezo wa namna ya

kubainisha viambata vinavyohitajika na namna kuviunganisha pamoja ili kutayarisha chakula (ingredients and recipe). Uwezo wa mapishiyaani maelekezo na viambata tayari umetolewa (recipes and ingredients), na katika kufanya hivi akili zingine zitaamshwa, na zitaendelea kuwa mahiri chini ya mafunzo ya Mungu. Hampaswi kuhisi kwamba mlango umefungwa, kwamba hakuna utafiti zaidi unaoweza kufanywa; kwa sababu kuna mengi zaidi ya kubuni na kupanga kwenye akili za wanadamu, na hakuna mtu anayepaswa kukataza jambo hili. Kazi hii itakabidhiwa kwa mawakala wa kibinadamu. **[HFM 54.2]**

Mungu hakupanga kwamba kazi hii ifanywe na wachache, na familia zingine za wanadamu duniani wabaki gizani kuhusu maandalizi ya vyakula vya afya. Bwana atakuwa na watu katika sehemu zote za ulimwengu wenye akili mahiri katika kutumia mazao kutoka ardhini, mwa kila eneo duniani. Bidhaa za kila eneo zinapaswa kuchunguzwa na kujifunzwa kwa uangalifu, ili kuona ikiwa zinawezekana kuunganishwa kwa njia inayorahisisha uzalishaji wa vyakula vya afya, na kupunguza gharama za utengenezaji na usafirishaji nje ya eneo husika. Hebu wote wafanye yote wawezayo chini ya usimamizi wa Bwana ili kutimiza hili. Kuna vyakula vingi vya bei

ghali ambavyo akili mahiri za mwanadamu zinaweza kuchanganya; na bado kusiwe na sababu ya kutumia viambata au mazao ya gharama kubwa zaidi. **[HFM 54.3]**

Miaka mitatu iliyopita barua ilinijia ikisema, “Siwezi kula vyakula vya jamii ya karanga (karanga, korosho, nazi, makadamia, ufuta, alzeti, njugu mawe, mbegu za maboga, lozi/almond, walnuts, brazil nuts, chestnuts, pecan, pistachio na zingine nyingi, kila mahali wana zao) ; tumbo langu haliwezi kustahimili.” Kisha mapishi kadhaa, ya aina mbalimbali, yaliywasilishwa mbele yangu; mojawapo la pishi hilo (recipe) ilikuwa kwamba ni lazima kuwe na viungo vingine vitakavyochanganywa na karanga, ambavyo vingepatana na tumbo la mtu, na vingetumia kiasi kikubwa cha karanga. Sehemu ya kumi (1/10) hadi moja ya sita ya karanga inatosha (1/6) inatosha kwenye upishi huu, kunakuwa mchanganyiko tofauti-tofauti wa kimahesabu kwenye huu mchanganyiko. Tulijaribu hili, na mafanikio yalionekana. Mambo mengine yalitajwa mbele yetu. Jambo moja lililozungumzwa lilikuwa aina ya chips za unga wa ngano zenye sukari (sweetened crakers) au biskuti. Zinatengenezwa kwa sababu mtu fulani anazipenda na kisha wengi wanazinunua ambao hawapaswi kuzila. Kuna maboresho mengi

yanapaswa kufanywa, na Mungu atafanya kazi pamoja na wote watakaofanya kazi Naye. Barua 188, 1901 (iliyoandikwa Desemba 30, 1901). **[HFM 55.1]**

Taasisi halali ya Konferensi

Maeneo ya Kusini mwa Marekani yanapaswa yawe na taasisi/majengo ya kutengeneza vyakula vya afya kwa gharama nafuu, vyakula muhimu vya afya. Sera ya kidunia haitakiwi kuletwa kwenye kazi hii. Kristo alisema, "Ufalme Wangu si wa ulimwengu huu." Kazi hii haikuanzishwa na nguvu za kibinadamu, na nguvu za kibinadamu haziwezi kuiangusha. **[HFM 55.2]**

Karama zote za Mungu huja kwetu kupitia Yesu Kristo. Katika kumtoa Mwanawe kwa ulimwengu wetu, Mungu alitoa mbingu zote. Na katika kila kitu kinachohusiana na biashara ya chakula cha afya, Mungu Ndiye Yule anayepaswa kuheshimiwa na kutukuzwa. Bwana Yesu anatamani wote waelewe tamko Lake, "Nimepewa mamlaka yote mbinguni na duniani." Mathayo 28:18. **[HFM 55.3]**

Kuhusu utengenezaji na uuzaji wa vyakula vya afya katika maeneo ya Kusini, ningesema, Ikiwa Konferensi ya Kusini itachagua watu wenye uwezo wa uchumi ulio makini (strict economy), katika

kusimamia kazi hii kwa faida ya kazi huko Kusini mwa marekani, ni jambo zuri. Lakini hekima kubwa na fedha itabidi vitumike ili kuifanya kazi hii ifanikiwe. Ikiwa watu sahihi watapatikana kuchukua kazi hii, basi hebu Union Konferensi nzima ifanye kwa nia isiyo na ubinafsi na kazi yao itafanikiwa. Katika harakati hizi naona kuwa viwanda vinaweza kuanzishwa ambavyo vitasaidia kazi katika eneo la Kusini mwa Marekani. Na vituo vya mvuto vinaweza kuanzishwa katika maeneo mengi kwa kufungua maduka na migahawa ya vyakula. Yote ambayo wanadamu kama wamishenari kwa ajili ya Mungu wanaweza kufanya kwa ajili ya eneo la Kusini, yanapaswa kufanyika. **[HFM 55.4]**

Nuru niliyopewa ni kwamba, katika kila juhudi zinazofanywa ili kutengeneza vyakula vya afya katika eneo la Kusini mwa Marekani, biashara ifanywe, ila si kwa manufaa binafsi, bali kama biashara ambayo Mungu amepanga ambayo mlango wa tumaini unaweza kufunguliwa kwa watu.... **[HFM 56.1]**

Roho ya ukiritimba wa ubinafsi haipaswi kuingia katika kazi hii (no monopoly), bali iwepo roho ya kusaidia watu kupata vyakula bora kwa uhuru na kwa bei ya wastani. Kazi hii lazima isiendelezwe Kusini kama ilivyo Kaskazini. Biashara ya Chakula

cha Afya inapaswa kuzingatiwa kama zawadi ya Mungu kwa watu Wake. **[HFM 56.2]**

Kuhusiana na vyakula vya kawaida ambavyo vinaweza kutengenezwa huko Kusini, unaweza kufanya mkakati wa kushughulika na vyakula maalum vilivyotengenezwa na watu wetu huko Battle Creek. **[HFM 56.3]**

Katika kazi zetu zote tunapaswa kukumbuka kwamba Yesu ni Yule Yule aliyelisha umati wa watu kwa mikate mitano na samaki wawili wadogo, Naye anaweza kutupatia leo matunda ya kazi yetu. Yule aliyewaambia wavuvi wa Galilaya, Washushe chini nyavu na kuvua samaki, na ambao walipotii, walijaza nyavu zao hata zikakatika; Yeye anataka watu Wake waone katika haya ushahidi wa yale atakayowafanyia leo. **[HFM 56.4]**

Mungu Yule Yule aliyewapa wana wa Israeli mana kutoka mbinguni, anaishi na kutawala, Yeye atatoa ujuzi na ufahamu katika maandalizi ya vyakula vya afya. Atawaongoza watu Wake katika maandalizi ya vyakula vya afya. Yeye Atawaongoza watu Wake katika kuandaa chakula kisichosindikwa na kukobolewa (wholesome food and not junkfood). Yeye Anatamani waone nini wanaweza kufanya katika utayarishaji wa chakula kama hicho, si tu kwa familia

zao wenyewe, ambalo ni jukumu lao la kwanza, bali kwa ajili ya msaada kwa maskini. Watu wanapaswa kuonyesha ukarimu kama wa Kristo, wakitambua kwamba wao wanamwakilisha Mungu, na kwamba walicho nacho ni majaliwa na riziki kutoka Kwake. Barua 25, 1902 (iliyoandikwa Februari 5, 1902). **[**

HFM 57.1]

Vyakula vya bei nafuu

Biashara ya chakula, ikiwa inafanywa kwa kwango kikubwa, italeta fadhaa na utata zaidi na kisha kuhuzunisha nafsi. Wale wanaoingia katika kazi kwa umakini mkubwa, kwenye talanta yoyote Bwana anayowapa, watakutana na mashaka mengi.... nimeagizwa kwamba utengenezaji wa vyakula vya afya ni shauri la Bwana Mwenyewe, na halipaswi kuchukuliwa kama mali binafsi au maalum ya mtu yeyote. Lakini hakuna mtu anayepaswa kuchukulia kile ninachosema kana kwamba ni kutoa uhuru wa kukiuka haki miliki ya Dk. Kellogg au hati miliki za bidhaa za mtu yeyote. **[HFM 57.1]**

Hakika Bwana atazigusa akili kila mahali ili watu wabuni njia za kudumisha masilahi ambayo yatasaidia kulisha wenye njaa, kuwavika walio uchi, na kuwafundisha

wajinga, mkiwaelimisha kwa masuala rahisi ya kujifunza masomo yaliyo vitabuni

na kilimo. Yeye Atawapa watu hekima kutengeneza vyakula muhimu, vizuri, ambavyo vitahitajika zaidi kwenye majimbo ya Kusini kuliko sehemu nyingine yoyote ya Marekani. Yeye anayelisha kunguru na kuwatunza wanyama-mwitu atatoa hekima na ujuzi, talanta na ubunifu mahiri, kwa ajili ya uzalishaji wa vyakula bora, ambavyo vitauzwa kwa maskini kwa gharama ya bei ya kwa kadri iwezekanavyo. **[HFM 57.3]**

Busara na uchumi

Kuna mengi yaliyo hatarini katika kazi hii. Mazao mazuri kutoka kwenye ardhi au mashambani, lazima yafanyiwe jitihada za utafiti ili kutengeneza vyakula vyenye afya vya bei nafuu (vyakula visivyokobolewa au kusindikwa). **[HFM 58.1]**

Biashara ya chakula inapaswa kufanywa kwa maombi ya dhati na bidii. Hebu watu wamwombe Mungu hekima ya kuandaa vyakula vyenye afya, visivyosindikwa au kukobolewa (wholesome). Yeye Aliyewalisha watu elfu tano kwa mikate mitano na samaki wawili wadogo, atatosheleza mahitaji ya watoto Wake leo. Baada ya Kristo kufanya muujiza huu wa ajabu, Alitoa somo kuhusu uchumi. Baada ya njaa ya watu kuondoka kwa kupewa chakula, Yesu alisema, “Kusanyeni vipande vilivyosalia,

kisipotee chochote." “Wakaokota vipande vilivyosalia, wakajaza vikapu kumi na viwili kamili.” Barua 27, 1902 (iliyoandikwa Februari 26, 1902). **[HFM 58.2]**

Kama Mana

Ni lazima sasa niwape ndugu zangu maagizo ambayo Bwana ameyatoa kwangu kuhusiana na suala la chakula cha afya. Kwa wengi vyakula vya afya vinatazamwa kama ubunifu wa mawazo ya mwanadamu, lakini mawazo haya yametoka kwa Mungu, kama baraka kwa watu Wake. Kazi ya chakula cha afya ni mali ya Mungu, na haipaswi kufanywa kama suala la utengenezaji wa fedha kwa faida ya mtu binafsi. Nuru hiyo Mungu ameitoa Naye ataendelea kuitoa kuhusiana na suala la chakula leo, kama ilivyokuwa Mana kwa Watu Wake wa Israeli. Mana ilianguka kutoka mbinguni, na watu waliambiwa kuikusanya, na kuitayarisha kwa ajili ya chakula. Ndivyo itakavyokuwa katika nchi tofauti za ulimwengu, nuru itatolewa kwa watu wa Bwana, na vyakula vya afya vinavyofaa kwenye nchi hizi vitatayarishwa. **[HFM 58.3]**

Washiriki wa kila kanisa wanapaswa kuwa na busara na akili zenye ubunifu mahiri, wakiamini kuwa Mungu atawapa. Mungu ana ujuzi na ufahamu kwa wote ambao watatumia uwezo wao katika kujitahidi

kujifunza jinsi ya kuchanganya mazao ya dunia hii ili kutengeneza vyakula vyenye afya kwa usahili na urahisi, vyakula ambavyo vitachukua mahali pa nyakula vya nyama (mbadala), ili watu wasiwe na udhuru wa kula nyakula vya nyama. **[HFM 58.4]**

Wale wanaopewa elimu ya jinsi ya kuandaa vyakula hivyo lazima watumie maarifa yao bila ubinafsi. Hawa wanapaswa kuwasaidia ndugu zao maskini. Wanapaswa kuwa wazalishaji na watumiaji wa vyakula hivyo. **[HFM 59.1]**

Ni kusudi la Mungu kwamba vyakula vya afya vitatengenezwa kwa wingi katika maeneo yote. Wale wanaoukubali Ukweli wanapaswa kujifunza jinsi ya kutayarisha vyakula rahisi. Sio mpango wa Bwana kwamba maskini wateseke kwa mahitaji ya maisha. Bwana anawaita watu Wake katika nchi tofauti kumwomba Yeye hekima, na kisha kuitumia hekima hiyo Bwana anayotoa, kwa jinsi ipasavyo. Hatupaswi kutulia kwa kukata tamaa na kuvunjika moyo. Sisi tufanya tuwezavyo kuwaelimisha wengine. Manuscript 78, 1902 (iliyoandikwa Juni 16, 1902). **[**

HFM 59.2]

Sio kazi ya Huduma

Wachungaji wetu walioteuliwa kusimama kama walinzi juu ya kuta za Sayuni, lazima wasijitwishe wenyewe mzigo wa kutengeneza chakula cha afya au kuanzisha maduka ya vyakula vya afya. Wala hawapaswi kujifunga wenyewe kwenye makampuni mengine ya biashara. Hiki ni kikwazo katika maendeleo ya kazi ambayo Mungu anasema wanapaswa kuifanya. Nakala ya 105, 1902

(iliyoandikwa Julai 16, 1902). **[HFM 59.3]**

Matumizi ya vyakula vya Jamii ya karanga (nuts foods)

Tahadhari makini inapaswa kutolewa kwa matumizi sahihi ya vyakula vya karanga. Baadhi ya aina ya karanga sio nzuri sana kama zingine. Usifanye menu yako ya chakula iwe na viungo/viambata vichache vya jamii ya karanga tu. Vyakula hivi havipaswi kutumiwa sana. Kama vyakula hivi vya jamii ya karanga, vingekuwa vikitumiwa kwa uchache zaidi, matokeo yangekuwa ya kuridhisha zaidi. Kwani vyakula hivi vya jamii ya karanga vinapojumuishwa au kuweka kwenye mapishi kwa idadi kubwa ya vyakula vingine kwenye baadhi ya maelekezo yanayotolewa kwenye upishi (recipe), hufanya chakula kuwa tajiri mno kwa nishati/kalori nyingi

sana kiasi kwamba mfumo wa mwili hauwezi kumeng'enya na kukitumia vizuri. Barua 135, 1902 (iliyoandikwa Agosti 28, 1902). **[HFM 59.4]**

MSIMAMIZI WA CHAKULA CHA AFYA-Meneja wa Chakula cha afya

Mtu Anayewekwa kusimamia biashara ya chakula awe mtu makini, mchumi, ambaye atasonga mbele kwa uendelevu, kwa uthabiti na uangalifu, akizifunga kingo*, na kuhakikisha kuwa biashara hiyo inazalisha na bidhaa zake zinatumiwa na watu. Barua 158, 1902 (iliyoandikwa Oktoba 8, 1902) (*asiache kazi inaning'inia huku na kule, azifunge kingo za kazi). **[HFM 60.1]**

Kuunganishwa na taasisi zetu za Afya Bwana anatutaka tuwe na busara na kufikiri kutoka chanzo hadi athari. Mahali popote pale, Sanitarium

itakapoanzishwa kazi hii, vifaa na majengo vitolewe,

kwa kiasi kikubwa au kidogo, kutokana na hitaji, kwa ajili ya maandalizi ya vyakula vya afya. Katika siku zijazo haitawezekana kusafirisha vyakula vya afya kutoka Marekani. Na kwa sababu zingine, itakuwa ni bora kutengeneza vyakula hivi mahali husika/mahalia, kwa kadri inavyowezekana. **[HFM 60.2]**

Tunaishi katika hatari za siku za mwisho, na Bwana anatamani watu Wake kuanzisha viwanda katika nchi mbalimbali. Viwanda lazima vianzishwe kwa kuhusiana na taasisi ya Afya ya Wahroonga, Australia, lakini katika wakati wa sasa haiwezekani kufafanua sehemu maalumu taasisi hii inapopaswa kujengwa. Hii itafunguka mbele yako unapoendelea na kazi yako. Barua ya 201, 1902 (iliyoandikwa Desemba 15, 1902) (Kampuni hizi za Australia zimeendelea mpaka leo kutengeneza vyakula mashuhuri, unaweza kuziona bidhaa zao mtandaoni, kama vile weet-bix na cornflakes nk).**[HFM 60.3]**

HATARI KATIKA BIASHARA YA VYAKULA VYA AFYA

Usiku wa Aprili 26, tukio baada ya tukio lilitipishwa mbele yangu. Nilikuwa nikizungumza na watu wetu hapo Battle Creek, na kuwaonya kwa dhati na bidii sana kuhusu hatari ambazo zingetujia. **[HFM 61.1]**

Usiku uliofuata nilikutana tena na ndugu zangu, kwenye mkutano na nilifanya kazi kwa dhati na bidii zaidi tena. Mmoja wa wenye mamlaka alikuwa miongoni mwetu, Naye akasema, "Ninyi furahini kwa kuwa mmepata ushindi mkubwa. Lakini hakika kutakuwepo na migogoro mizito." **[HFM 61.2]**

Nilifikiri kwamba mapendekezo yalikuwa yakitolewa na ndugu zetu wa Battle Creek kuhusu kuanzisha maduka ya vyakula katika maeneo mengi. Niliagizwa hapo kuwa Kuna hatari kubwa katika suala hili na makosa mazito yatafanywa hapo. Hapo Kuna hatari kwamba kazi hii itachukuliwa kama biashara nyingine, na pia itachukuliwa kwa njia ya kupitiliza. Kuna hatari kwamba watu wenye uhitaji mkubwa sana pale walipo, watapata kitia moyo kuingia katika biashara hii kwa sababu ya mishahara inayotolewa. **[HFM 61.3]**

Mwisho wa mambo yote umekaribia. Bwana anaangalia mipango inayofanywa, Naye anasema, " Jihadharini watu wasije wakashawishiwa kuingia katika makampuni ya biashara ambao wanapaswa kuwa wakimhudumia Mwalimu na Bwana wetu, kama wainjilisti, wauza vitabu vya injili na wachungaji." **[HFM 61.4]**

Mipango ya kidunia iliyofanywa zamani kuhusiana na biashara ya chakula inaweza kubadilika kwa kiasi fulani, lakini kuna hatari kwamba katika hali nyingi, mambo mengi yatakuwa yale yale, miti ileile, nyasi zilezile, na makapi yaleyale vitarundikwa juu ya msingi, na kwamba kazi ile ya chakula ambayo Kristo aliamuru ifanywe, itaachwa bila kufanywa kwa kuwa

watu watahamia kwenye kazi yenye maslahi ya kifedha zaidi.**[HFM 61.5]**

Ndugu zangu, kesheni katika maombi. Watu ambao wamepata uzoefu unaowawezesha kufanya kazi kwa mafanikio kwa ajili ya Mwalimu, na Bwana na wanaofanya mema, wanapaswa kufanya kazi katika nyadhifa zao mbalimbali za uaminifu, hawa wasihamasishwe kuondoka katika kazi zao za sasa na kuingia katika kazi nyingine. Ikiwa wanapaswa kufuata sera ambayo itatetewa na baadhi, na kuacha mahali wanapofanya kazi sasa, na kuingia katika kazi ya chakula cha afya, kusudi la kazi ya Bwana, mwisho wa mwaka, litakuwa nyuma sana kuliko pale linapopaswa kuwa. **[HFM 61.6]**

Mkufunzi wetu alihutubia viongozi katika kazi ya chakula cha afya kule Battle Creek, akiwaambia kwamba lazima watengeneze njia zilizonyooka kwaajili ya miguu yao. Endapo mipango ya maduka ya vyakula vya afya na migahawa ya afya na usafi itaendeshwa kama ilivyoainishwa, nafsi nyingi zingeanguka katika mitego na mashimo. Kuna wale ambao wanaangalia uanzishwaji huo wa maduka ya vyakula vya afya na migahawa kwa kupendezwa na kuona kwamba ni fursa nzuri. Lakini wanapaswa kuelewa kama zilivyo aina nyingine za kazi, suala hili

pia, linaweza kufyonza akili ya watu na kuchukua umakini wote kabisa. Watu wanaweza kuletwa kwenye biashara nyingi sana na kuwa na kanuni ndogo za maadili na uendeshaji. Kwa hivyo kazi ambayo, ingeshughulikiwa kwa jinsi ipasavyo, na kuwa mbaraka, inakuwa laana. **[HFM 62.1]**

Uangalifu mkubwa lazima uonyeshwe kuhusiana na upanuzi wa kazi ya chakula. Nimeagizwa kuwa, pasipo mipango sahihi kuwekwa na tahadhari kuchukuliwa, mipango hii itakuwa ni mtego. Kuna hatari kwamba mipango ya biashara za kidunia italetwa katika kazi ya chakula, na kwamba mawazo ya wafanyakazi yatafyonzwa kwenye masumbufu ya biashara na mambo ya kidini/kiroho yatakufa. **[HFM 62.2]**

Rushwa kwa njia ya mishahara mikubwa, haipaswi kutolewa kwa watu ili waziache nafasi zao za kazi, ambazo wamekuwa wakizifanya kwa mafanikio na ufanisi kwa Bwana, ili kuingia katika kazi ya chakula. **[HFM 62.3]**

Watu ambao tayari wamebeba majukumu mazito hawapaswi kuhimizwa kukubali majukumu mazito zaidi kuliko wanayoweza kubeba, na bado wakaweza kuhifadhi mambo ya kiroho. Mipango haipaswi kuwekwa kuhusiana na jambo hili litakaloleta fadhaa

na ugumu. Huu ni mtego ambao adui angefurahishwa kuona umewekwa, na kuifunga- funga miguu yetu. **[HFM 62.4]**

Kuna wale ambao wanaweza kufanikiwa kubeba kiasi fulani cha kazi, lakini wamechoka kupita kiasi, wanaudhika kirahisi, na kugombana-gombana na watu, kisha hukosa subira wakati wanaporundikiwa kiasi kikubwa cha kazi kuliko nguvu zao za kimwili na kiakili zinavyoweza kutenda. Wanapoteza upendo wa Mungu moyoni mwao, na kisha wanapoteza ujasiri na imani, na kisha baraka za Mungu hazipo pamoja nao tena. Kuna madaktari ambao wamepoteza nguvu zao za kiroho kwa sababu wamefanya kazi maradufu ambayo hawakupaswa kuifanya. Wakati watu wanapoombwa au kujaribiwa kuchukua kazi zaidi ya wanavyoweza kufanya, hebu na waseme kwa uimara, mimi siwezi kukubali kufanya kazi hii. Siwezi kufanya zaidi ya ninavyoweza kwa usalama. **[HFM 63.1]**

Biashara ya chakula haipaswi kusimamiwa kiasi kiasi kwamba itameza talanta nyingine inayohitajika mahali pengine. Hakuna mipango inayopaswa kufuatwa ambayo inaelekea kufanya kazi kubwa kupindukia ya kazi ya chakula, na hivyo kuyanyima matawi mengine watu wanapohitajika kwa kazi ya

Mungu kama watenda kazi Wake. Wanaume na wanawake hawapaswi kuongozwa kujihusisha na kazi ya biashara, ambayo haitawasaidia kukamilisha tabia ya Mkristo. **[HFM 63.2]**

Tunahitaji wahubiri kwa njia ya vitabu, wainjilisti, na wachungaji, ambao wamepokea Roho Mtakatifu, na ambao ni washirika wa tabia ya Mungu. Tunahitaji watendakazi ambao wanaweza kuzungumza na Mungu, kisha kuzungumza na watu. Nina wasiwasi sana hasa ninapotazama vizuizi vinavyoingizwa ili kuwapotosha watu kutoka katika kazi ya uinjilisti, na hivyo kuzuia kazi ya Mungu kuendelea. Kama migahawa yetu ilivyowasilishwa kwangu, watu hawafanyi kazi ambayo walipaswa kufanya ili kuleta roho katika Ukweli. Ninawaonya wale ambao wanapaswa kuwa katika kazi ya uinjilisti wa vitabu, na hivyo kusambaza vitabu vinavyohitajika sana kila mahali, kuwa waangalifu wasiache kazi ambayo Bwana amewaitia kuifanya. Hebu wasiache kufanya kazi ya Mungu aliyewaita kufanya kazi ya injili na kujifunga-funga katika fadhaa za biashara. Hebu waweke roho zao katika angahewa zuri zaidi kiroho. Wasijiweke mahali ambapo watapata majaribu mengi, na kuingizwa katika matatizo yatayowaongoza kutofanya maandalizi muhimu kwa ajili ya mahakama ya juu. Mungu anataka kila mtendakazi

anayedai kuuamini Ukweli wa sasa ajiweke wakfu, mwili, nafsi na roho, kwa kazi ya kutafuta na kuokoa roho zinazoangamia ambazo zinamzunguka. **[HFM 63.3]**

Nimepewa wasilisho la jinsi kazi ya chakula itakavyokuwa endapo itaendeshwa kama biashara, itasambaa na kuwa kitu hatari katika kazi zetu. Nimeagizwa kuwaambia wanaume na wanawake, ziwekeni dhamiri zenu bila hatia au mawaa mbele za Mungu. Usijiweke mahali ambapo utajaribiwa na kujiweka katika mitego kwa yale unayoyaona kwa macho yako na kusikia kwa masikio yako, ili tu upoteze msimamo wako wa kiroho wa maana halisi ya kuwa Mkristo wa kweli. Shikilia viwango thabiti, na kiinue kiwango hiko juu. Usiruhusu mtu yeyote aongelee kuhusu kujihusisha katika kazi ambayo itakuzuia kufanya maandalizi ambayo ni lazimayafanywe, ili kukutana na Kristo kwa amani. **[HFM 64.1]**

Mambo mengi yatakuja ili kugeuza mawazo ya watu wa Mungu kutoka katika kazi kubwa wanayoitiwa. Bwana awasaidie watu wafanye kazi kwa namna ambayo wataipata taji ya uzima wa milele. “Jihadharini, Ndugu zangu, asiwepo mmoja wenu Mwenye moyo mbovu wa kutokuamini kwa kujitenga

kutoka kwa Mungu aliye hai. Lakini mwonyane kila siku, maadamu iitwapo Leo; ili mmoja wenu asifanywe kuwa mgumu kwa udanganyifu wa dhambi. Kwani sisi tumefanywa kuwa washirika wa Kristo, ikiwa tunashikilia imani yetu ya mwanzo kwa thabiti hadi mwisho; wakati inaposemwa, leo, kama mtaisikia sauti Yake, msifanye mioyo yenu kuwa migumu, kama wakati wa hasira." Waebrania 3:12- 15.**[HFM 64.2]**

"Basi na tuogope, ikiwa imebaki ahadi ya kuingia Katika Pumziko Lake, yeyote kati yenu asionekane kupungukiwa na hilo. Kwa maana kwetu sisi Injili inahubiriwa, Na kwa wao pia; lakini Neno lililohubiriwa halikuwafaidia kitu, Kwa sababu lilipokelewa pasipo kuchanganywa na imani kwa hao waliosikia." Waebrania 4:1, 2. **[HFM 64.3]**

Kuna kazi kubwa na maalum ya kufanywa katika siku hizi za mwisho, na kazi hii inapaswa kufanywa katika mistari sahihi. Bwana anataka tufahamu kwamba akili ambazo hazijaangazwa kila siku na Roho Mtakatifu hazina hekima hata katika kuendeleza mbele biashara ya makampuni ya utengenezaji chakula, ambayo yakisimamiwa vizuri yangeleta maendeleo kwa kazi ya Mungu. Katika siku hizi za hatari ni lazima tuepuke chochote ambacho

kina tabia ya kugeuza akili zetu kutoka kwenye kazi kubwa inayopaswa kufanywa. Ili kupata njia kwa ajili ya kukamilisha matokeo fulani, tunaweza kufanya mipango hiyo kuonekana kuwa ya hekima na haki na busara, lakini mipango hii ikitekelezwa wakati ujao itaonyesha kwamba imetimiza kidogo au hakuna ilichofanya kwa ajili ya kuokoa roho. **[HFM 65.1]**

Bwana hajatoa amri kwamba biashara ya chakula ikuzwe kwa hali ya juu. Itachukua kitu zaidi ya maduka ya chakula na viwanda, pamoja na fadhaa zake za uuzaji na ununuzi wa bidhaa zake nyingi katika kuendesha biashara, na kutengeneza mguso utakaoongoa roho. Isipokuwa kiwango cha kumcha Mungu kinainuliwa, isipokuwa kanuni za mbinguni zinadhihirika katika shughuli zote, roho nyingi zitapotea kwa kuunganishwa na maduka haya ya vyakula kuliko kuokolewa katika kazi ya maduka haya. **[HFM 65.2]**

Wakati kiwanda kikubwa cha chakula kilipojengwa huko Los Angeles, swali aliulizwa na Mmoja Yule ambaye anajua mwisho tangu mwanzo, “Nani atatoa nyenzo na vifaa muhimu kwa ajili ya uendeshaji wa biashara katika jengo hili kubwa? Ziko wapi talanta zinazohitajika zitapatikana ili kuendesha mradi kama huo? Ziko wapi talanta zinazohitajika ili kuendeleza

kazi za kiroho kama zinavyopaswa kufanywa ili kusogeza mbele na kuleta matokeo bora? Kuna hatari kwamba ikiwa kazi hii itafanywa kama ilivyopangwa, wafanyakazi, vijana kwa wazee wataitwa na watashindwa kudumisha hali yao ya kiroho. Kwa mtazamo ulio hafifu kwa sasa kwa haki, njia iko wazi kuwa na udhalimu na ubinafsi kwenye hii kazi, na hilo litachochea ghadhabu ya Mungu."**[HFM 65.3]**

Haitakuwa busara kujenga viwanda vikubwa vya chakula popote pale. Endapo hili litafanyika, kungekuwa na hatari kwamba wengi wangeangamizwa kwa kutekeleza mipango ya Shetani, isipokuwa kama kuna utiifu wa mambo ya Mungu kwenye mipango hii. Nimepata nuru juu ya suala la viwanda vikubwa vya chakula, na mtazamo tulio nao haufai. Ikiwa kazi ya chakula itafanywa kuwa kipaumbele kama wengi wanavyopanga, matokeo ya mwisho yatakuwa ya uharibifu wa mali na uharibifu wa roho. Nakala ya 44, 1903 (iliyoandikwa Aprili 28, 1903). **[HFM 66.1]**

Kutoa Mawasiliano Yaliyoahidiwa

Ninabeba mzigo mzito kwa ajili ya kazi ya Mungu. Ninapoona ukosefu wa kanuni unaonekana wazi, na

imani hafifu inavyoonyeshwa katika ujumbe ambao una maana kubwa sana kwetu, ninajawa na hofu. mimi nawajibika kuandika baadhi ya mambo kuhusiana na hatari ya kuendesha biashara ya chakula cha afya na migahawa kufanya kazi kwa njia ya kupitiliza. Nimeandika kwamba migahawa ianzishwe kama njia ya kuwaleta wale ambao wataujua Ukweli katika kuwasiliana na watu wa dunia, na kutoa fursa za kuwafikia watu hawa kwa ujumbe wa Ukweli wa sasa. Endapo wale wanaohudhuria kwenye migahawa hii watabadili tabia zao za kula, wangekuwa wametayarishwa vyema zaidi kusikiliza hoja zinazounga mkono Ukweli. **[HFM 66.2]**

Lakini ikiwa kazi ya mgahawa haiamshi watu kwa kina na kuwapa shauku hai kwa mambo yenye umuhimu wa milele, ni nini kinachopatikana kwenye kazi hii basi? Ni nini faida yake basi? Kristo ana njaa ya roho, ana njaa ya kuwaona wale aliojitoa kwa ajili yao na maisha yao wakipokea baraka zilizowekwa ndani ya uwezo wao. Je, Yeye alikufa kwa ajili yao bure? Shetani atatumia kila fursa kuwapotosha wanadamu kwenye uadilifu wao kwa Mungu. Yeye na malaika walioanguka pamoja naye watatokea duniani kama wanadamu, wakitafuta kudanganya watu. Malaika wa Mungu, pia, watatokea kama watu, na

watatumia kila njia katika uwezo wao kushinda madhumuni ya adui. Sisi pia tuna sehemu ya kutenda. Hakika sisi tutashindwa, isipokuwa tu kama tunapigana kwa uhodari vita, upande wa Bwana Mwenye nguvu. **[HFM 66.3]**

Ili wale wanaompenda Mungu na kuzishika amri Zake wasiweze kuwa na vikwazo hata vile vidogo, kwa kadri iwezekanavyo katika maendeleo yao ya njia ya mbinguni, wanaonywa wasiishi katika miji. Ikiwa roho za watenda kazi wetu kwenye migahawa haziukubali Ukweli, ni faida gani basi inayopatikana, kwa kuingia kwa kiasi kikubwa katika kazi hii, ambayo lazima ifanywe katika miji? Je, matokeo yatahalalisha juhudi zilizowekwa? Je, italipa kwa vijana wetu kutumia muda na nguvu zao katika kutoa chakula na kushugulika na huduma ya chakula kwa walimwengu, wakati wakiwa hawafanyi jitihada zozote za kuokoa roho zao wenyewe, hakuna juhudi za kuwaongoza wao kuona nuru ya Ukweli wa sasa? Barua 83, 1903 (iliyoandikwa Mei 13, 1903). **[**

HFM 67.1]

Kifanye Chakula Cha Afya kuwa Baraka

Kwa wote wanaojishughulisha na biashara ya chakula cha afya nina maneno ya kushauri. Nimesema kwamba

maduka ya chakula na migahawa

ya usafi inapaswa kuimarishwa katika miji, na kwamba kwa kufanywa hivi njia itaandaliwa ya kuwafikia watu na ujumbe wa injili wa wakati huu. Migahawa yetu yote inapaswa kuendeshwa pasipo mrundiko wa madeni. Pale madeni yanapolimbikizwa, ijapokuwa wateja wanaokuja kula ni wengi ikionyesha wanapendelea huduma hii, kuna haja ya kuwa na uchunguzi makini na wa kinagaubaga wa biashara, na mabadiliko gani yanabidi yafanywe ili iwe biashara yenye kulipa. Mgahawa haupaswi kudumishwa ikiwa kuna mfululizo wa hasara za kifedha. **[HFM 67.2]**

Hivi majuzi Wakati wa usiku tulionekana tuko kwenye mkutano wa baraza. Mmoja, Yule Mwenye e mamlaka alisimama kati yetu, akawauliza wale wafanyakazi waliokuwa wanaobeba majukumu ya kazi ya chakula. Aliuliza , " Je! Mmeifanya kazi hii kuwa ya biashara tu? Je, maagizo hayakutolewa kwamba migahawa ianzishwe ili kuwafundisha watu jinsi ya kuandaa chakula chenye afya, na kuwaleta kwenye ujuzi wa Ukweli wa leo? Kwa wale ambao mnakutana nao siku hadi siku, je, tunazungumza nao juu ya Tumaini la Mkristo? Je, mikutano rasmi imewekwa kwenye ratiba na kufanywa, na hotuba zimetolewa kuhusu masomo ya Biblia?"**[HFM 68.1]**

Wafanyakazi katika migahawa yetu, wanapaswa kuwinda, kuzisaka na kuvua roho za watu. Mikutano inapaswa kuwekwa mahali fulani panapofaa, na taarifa ya hii mikutano inapaswa kutolewa kwa wale wanaokuja kwenye mgahawa wa chakula chako. Wengine watahudhuria, na hivyo wataongozwa kujifunza Biblia, na kuuliza maswali kuhusu Ukweli ambao wameusikia. **[HFM 68.2]**

Mtafute Bwana katika maombi, ukimwomba akuonyeshe njia iliyo bora zaidi ambayo unaweza kuwafikia watu unaowasiliana nao. Kumbuka Maneno ya Mwokozi, "Sikuja kuwaita wenye haki, bali wenye dhambi ili watubu." Kumbuka kwamba njia tofauti lazima zitumike kushughulika na watu tofauti. Kwa wengine unaweza kuwapa vijuzuu. Kwa wengine, unaweza kuuliza maswali, " Je, wewe unampenda Bwana Yesu?" Katika mikutano inayofanyika, zungumza kwa njia ambayo itawavutia, na watapendezwa. Shughulikia mada ambayo utaizungumza kwa njia rahisi na ya kivitendo kwamba wanaweza kuelewa kwa urahisi. Kuna wengi wasiojua maneno yanayotumiwa na wale wanaozungumza mambo ya kiroho ambao hawaelewi kile wanachosikia. Wengi wanaosikia wanapendezwa kidogo sana na mambo ya kiroho, Juhudi nyingi

inayofanywa kuwapa mafundisho ya kidini ni sawa na kupiga hewa. **[HFM 68.3]**

Ikiwa katika mgahawa wako unaofanya kazi hufanyi maendeleo yoyote katika mambo ya kidini, umepata faida gani? Kila siku unakutana na wengi ambao pengine maisha yao yote wameendelea katika dhambi. Baadhi ya njia za kushika umakini wao lazima zibuniwe. Lazima waonywe dhidi ya hatari inayowakabili. Ikiwa kazi hii haitafanywa katika migahawa yetu, ebu na ikome; kwanini tutumie njia na talanta katika kazi ambayo haina faida katika uzalishaji? Kuna manufaa gani kwa wafanyakazi kutumia wakati wao wa kuandaa chakula cha muda kwa wanaume na wanawake, huku wakipuuza kuwapa mkate wa uzima na maji ya wokovu? Kutoa tu chakula cha muda sio kutoa harufu ya maisha ya uzima. **[HFM 69.1]**

Watumishi wa Mungu wanapaswa kuchunga roho kama vile ambavyo watalazimika kutoa Hesabu zao. Ikiwa katika mgahawa kazi haijafanywa zaidi ili kuendeleza kazi ya kuokoa roho kama ilivyofanyika hapo awali, wafanyakazi katika migahawa wangetumia vyema vipaji vyao katika suala la kazi ambayo itaelekeza roho kwa Kristo. Maslahi ya ufalme wa Kristo ni ya muhimu kwa watu wote.

Hatupaswi kugeuza nguvu zetu kwa uanzishwaji wa maduka ya chakula na viwanda vya chakula ili tu kuwagawia watu chakula cha muda na kutengeneza pesa. Maelfu wanaangamia katika dhambi, na nguvu za watu wa Mungu zinapaswa kuwekwa ili kuziamsha roho ili kuhisia hatari inayowakabili. **[HFM 69.2]**

Hatuwezi kumudu kuwaleta vijana wetu wa kiume na wa kike kufanya kazi ambayo ni kuwasilisha masuala ya kidunia, badala ya kutoa ushawishi ambao utaleta roho kwa Kristo, kwa kufanya hivyo wanatia chachu ulimwenguni. Katika kila kazi ambayo watu wa Mungu wanatia mikono yao, kuokoa roho inapaswa kufanywa kuwa jambo la kwanza. Wasihi wale wanaohusika katika kazi ya chakula wafikiri kwamba jitihada zao hazina kibali cha Mungu isipokuwa wafanye yote wawezayo kuwafikishikia Kweli wale ambao wanawapa chakula cha muda. **[HFM 69.3]**

Onyo Lililoamuliwa

Onyo lililoamuliwa zaidi lilitolewa na Mwalimu wetu. Yeye Alirudia maneno yafuatayo, ambayo yanapatikana katika sura ya nane ya Isaya: HFM 70.1

*****

“.”I [12]Msiseme, Ni fitina, katika habari za mambo yote ambayo watu hawa watasema, Ni fitina; msihofu kwa hofu yao, wala msiogope.[13]Bwana wa majeshi ndiye mtakayemtakasa; na awe yeye hofu yenu, na awe yeye utisho wenu.

[14]Naye atakuwa ni mahali patakatifu; bali ni jiwe la kujikwaza na mwamba wa kujikwaa kwa nyumba za Israeli zote mbili, na mtego na tanzi kwa wenyeji wa Yerusalemu.[15]Na wengi watajikwaa juu yake, na kuanguka na kuvunjika, na kunaswa na kukamatwa.. HFM 70.2

Mkufunzi wetu alisema, “Biashara ya chakula inaweza kufanywa na ikaleta madhara, badala ya kuwa baraka kwa watu wa Mungu. Nyanja hii ya kazi ni lazima ilindwe kwa wivu, vinginevyo tutajikuta kwenye kushindwa badala ya upande wa kupata manufaa. Wafanyakazi lazima walindwe. Vizuizi nilivyoviweka baina yao na dunia visiondolewe, wasije wakatiwa chachu namambo ya kidunia. Kusipokuwa na uangalifu mkubwa, wengine wataanguka katika mitego ya Shetani, wakiongozwa na roho ya ulimwengu, na kupotoshwa na njia zao...” 70.3

Katika biashara ya chakula kuna mtego kwa wote

wanaojihusisha nayo, hata bila ya waokutambua hatari yao. Bwana hafurahishwi na jinsi ambavyo

biashara hii imekuwa ikiendeshwa. Biashara yoyote ile ambayo inailemea hii, isiletwe ndani yake. Wale wanaohusishwa na kazi hii wanahitaji kutii mwaliko wa kuja kwa Kristo, na kujifunza kutoka Kwake upole na unyenyekevu Wake..... HFM 70.4

Kuna kazi kubwa inayopaswa kufanywa ulimwenguni, na watumishi wa Bwana hawatakiwi kuanzisha shuguli yenye tabia ya kibiashara, ambayo itanyonya uwezo na busara na stadi ambazo Mungu anazitaka katika kazi nyinginezo. Mara tu watu wa Mungu wanajitwika mizigo ambayo Yeye ameiweka juu yao, na kupata vazi la haki ya Kristo; mara tu wanapoanza kujibu maombi ya Kristo, na kumtumikia Bwana kwa unyenyekevu wote, Maneno ya sura ya kumi na mbili ya Isaya yatatimizwa kwao.Hati ya 45, 1903 (iliyoandikwa Mei 17, 1903). HFM 71.1

Wafanyakazi Hawapaswi Kutolewa kutoka kwenye nyanja au Mistari Mingine. Vipawa vya watu wa Mungu vinapaswa kutumika katika kutoa ujumbe wa mwisho wa rehema kwa ulimwengu. Bwana anawaita wale waliounganishwa na nyumba zetu za Sanitarium, zinzohudumia watu kwa tiba rahisi/sahili, nyumba za uchapishaji na taasisi nyinginezo, kuwafundisha vijana kufanya kazi ya uinjilisti. Wakati wetu haupaswi

kutumiwa kwa kiasi kikubwakatika kuanzisha nyumba zaSanitarium, viwanda vya chakula, maduka ya vyakula, na migahawa, kwani kazi zingine zitapuuzwa. Vijana wa kiume na wa kike wanaopaswa kushiriki katika huduma, katika kazi ya Biblia, na katika kazi ya kuhubiri, hawapaswi kuhusishwa tu na kazi za kawaida za kila siku, zisizohushisha uinjilisti, zisizo na jotojoto kwa watu, alimradi wanafuta ratiba au desturi fulani.Barua ya 113, 1903 (iliyoandikwa Mei, 1903). HFM 71.2

*****

Kazi ya utengenezaji na uuzaji wa chakula inapaswa kupewa nafasi yenye matokeo kidogo katika kazi yetu. Kuna wale ambao wamejitolea kwa kazi hii ambao wanapaswa sasa kujiweka wakfu kwa kufanya kazi ya juu zaidi, - kazi ya kuokoa roho. Je, wale ambao wameingia katika biashara ya kutengeneza vyakula hawatajiuliza ikiwa hakuna wale ambao wangeweza kuwalisha kwa mkate wa uzima, wale ambao wanahitaji chakula cha kiroho?Barua ya 84, 1910 (iliyoandikwa Julai 26, 1910). HFM 71.3

*****

Biashara ya chakula isichukue wakati wa wanaume na wanawake ambao wanatenda kazi ya kuleta roho kwa

Bwana kwa ufanisi. Hawa hawawezi kutoa uwezo wao kwa uzalishaji wa chakula cha muda, wakati sauti zao zinapaswa kusikika Mashariki na Magharibi, Kaskazini, na Kusini, zikisema, “Tubuni; kwa maana ufalme wa mbinguni umekaribia.”Hati ya 59, 1912 (iliyoandikwa tarehe 13 Agosti 1912). HFM 72.1

Kuelimisha kwa Makutano

Kuna kazi kubwa ya kufanya katika kuleta kanuni za mageuzi ya afya kwa wananchi. Mikutano ya hadhara ifanyike ili kutambulisha somo hilo, na shule zifanyike ambapo wale wanaopendezwa wanaweza kuelezwa zaidi hasa kuhusu vyakula vyetu vya afya na jinsi mlo bora, wenye lishe na wenye kufurahisha unavyoweza kutolewa bila kutumia nyama, chai, au kahawa. HFM 72.2

Hivi ndivyo tulivyofanya katika historia ya awali ya kazi yetu. Tuliwafundisha watu kwa kwa vitendo, kwa kuwaonyesha kwamba tunaweza kutegemea kwa usalama riziki yetu maisha kutokana na mazao ambayo Mungu aliwapa wazazi wetu wa kwanza katika Bustani ya Edeni. Hebu

wanaume washiriki katika kazi hii ambapo wanaweza kuzungumza juu ya kanuni

za matengenezo ya afya.Barua 343, 1904 (iliyoandikwa tarehe 27 Desemba 1904). HFM 72.3

Maneno ya Ushauri Kuhusu Kazi ya Chakula cha Afya

Miaka mingi iliyopita Bwana alitupa nuru kuhusu matengenezo ya afya. Nuru hii iliundwa ili iwe baraka kwa wale wanaohitaji msaada wa kimwili, na kufungua milango kwa ajili ya kutangaza Ukweli. Nuru juu ya matengenezo ya afya inapaswa kueleweka vyema. Nuru zaidi, inapofunuliwa kwa watu wa Mungu, wao wanapaswa kuwasilisha Ukweli huu wanaoupata, kwa wengine. HFM 72.4

Nimeagizwa kusema kwamba kazi ya chakula cha afya kama ambavyo inafanywa sasa, haifanywi sana ili kuendeleza kazi ya Mungu. Bwana amewasilisha

mbele yangu hatari nyingi zinazotishia usimamizi wa biashara hii. Bwana hakuwahi kupanga kwamba utengenezaji na uuzaji wa vyakula vya afya iwe [biashara] ya kibiashara kama ilivyo sasa. Huduma hii isiwe biashara ya kubahatisha, ambayo wachache watapata faida binafsi kubwa. Mungu amezipa akili nyingi hekima ya kufanya maandalizi ya chakula chenye afya. HFM 73.1

Bwana anayo maarifa ya matengenezo ya lishe yaliyotolewa kwa watu wa Mungu. Ni sehemu muhimu ya elimu inayotolewa katika shule zetu. Ukweli unapoonyeshwa katika maeneo mapya, masomo yanapaswa kutolewa katika upishi wa afya na usafi. Wafundishe watu jinsi wanavyoweza kuishi bila kutumia nyama. Wafundishe urahisi wa kuishi. HFM 73.2

Bwana amekuwa akifanya kazi, na bado anaendelea kufanya kazi ya kuwaongoza watu kuandaa kutoka kwa matunda na nafaka, vyakula rahisi zaidi na vya bei ya chini kuliko ule uwingi unaoweza kupatikana kwa sasa. Wengi hawawezi kupata maandalizi hayo ya vyakula ikiwa yatakuwa na bei ghali, lakini si lazima waishi kwa kutumia lishe duni. Mungu Yule-Yule aliyewalisha mkate kutoka mbinguni maelfu jangwan, Yeye atawapa watu wake leo ujuzi wa jinsi ya kuandaa chakula kwa njia rahisi. HFM 73.3

Nina ushuhuda wa kutoa kuhusu kazi ya migahawa yetu. Taasisi hizi zimechukua talanta nyingi ambazo zingeweza kutumika katika kazi ya Uinjilisti. Wengi wameajiriwa katika biashara hii, wakiwa na Biblia mkononi mwao, na watu hawa wanapaswa kufundisha katika maeneo mapya, wakimulika nuru ya Ukweli kwenye ukungu na giza la makosa, upotofu na

udanganyifu wa Maandiko. Hivyo vipaji vingi na uwezo, vinaingizwa katika kazi ambayo, kama inavyofanywa sasa, imefunua matunda madogo sana katika wokovu wa roho roho za watu. Migahawa hii imebeba mzigo ambao Mungu hakuiweka juu yao. Maandalizi ya chakula ni ghali sana kiasi kwamba tabaka la watu maskini zaidi hawawezi kuvitumia. Hebu kuwe na usahili na unyenyekevu mkubwa zaidi katika utayarishaji wa vyakula. HFM 73.4

Kama watu tunasimama kukemewa na Mungu kwa sababu talanta nyingi sana zimemezwa katika masilahi ya kibiashara tu, na huku kazi kuu ya kuokoa roho imeachwa kudhoofika tu. Nguvu kama hiyo ya juhudi haipaswi kutolewa katika utengenezaji na uuzaji wa bidhaa za chakula, wakati roho za watu zinaachwa na njaa ya mkate wa uzima. Mungu hajawahi kupanga kwamba utengenezaji wa vyakula uwe mtego kwa watu Wake, kama vile ambavyo imekuwa sasa. Bwana alitoa kazi hii ili iwe mbaraka kwa watu Wake, lakini ubinafsi na uchoyo na ukosefu wa uaminifu umeifanya kuwa na matokeo ya maovu makubwa. Kile ambacho Mungu alipanga kuwa baraka kimefyonza na kugeuzwa kutoka kwa kazi Yake, talanta za thamani. HFM 74.1

Kazi ya chakula cha afya haipaswi kufanywa kama ukiritimba wa ubinafsi, katika mkao ambao watu wachache tu watajikusanyia faida kubwa wenyewe, wakati wengine, wenye uwezo sawa, wanatengwa kama wale wasio na haki ya kushiriki na kunufaika katika kazi hii. Bwana amekataza mtu yeyote kuwashurutisha ndugu zake kutia saini mikataba ambayo kwayo anaweza kujipatia manufaa ya elimu ambayo imetoka katika akili nyinginezo. HFM 74.2

Kama watu wa kipekee wa Mungu, ni lazima tuwe huru kutokana na kila shughuli ya ulaghai. Usiruhusu hata uzi mmoja wa ubinafsi kuvutwa kwenye kitambaa cha kazi ya Mungu. Visiwepo viungo au viamba upishi vya bei nafuu na vyenye madhara, visivyo vya afya au visivyofaa vinavyopaswa kuweka kwenye vyakula ambavyo vitawekwa mbele ya umma. Hakuna kitu kinachopaswa kuwakilishwa kama safi na cha daraja la kwanza wakati ni cha ubora duni (Hii imekuwa changamoto kubwa siku hizi, vyakula vya afya katika nchi nyingi vimekuwa si vya afya tena, kwa vile viungo vyake vina kemikali nyingi ili kuvitunza, na si chumvi na sukari tu kama zamani kwenye kusindika au kuweka kwenye makopo. Vyakula hivi vinaweza kuwa na ladha inayopendeza watu kwa vile vina sukari nyingi au kufanana na nyama, na hata kuitwa majina ya nyama, mfano vegeterian chicken, vegeterian pork,

vegeterian shrimps, vegeterian beef nk. Pengine vyakula hivi ni msaada wa muda mfupi kama daraja la mtu anayetoka kuacha nyama na kuanza kula vyakula vya mboga-mboga. Chakula cha afya zaidi ni kile ambacho ni freshi, kwa matunda au mboga, ila nafaka, jamii ya maharage na jamii ya karanga, zikikaushwa vizuri ni vyema ila visikae miaka mingi kabla havijatumiwa. Changamoto hii imekuwa ya magharibi zaidi na kwa vijana ambao hapa kwetu Afrika wanaangalia kwenye mitandao na wanataka kuwaigiza watu wa nchi hizi wakifikiria kwamba kwa kutofanya hivi basi wameacha na basi au kupitwa katika vitu vya kisasa au kimaendeleo). HFM 74.3

Ni lazima tuwe waangalifu ili tusije tukawasiliana na watu wasio waaminifu, na kuwapa ujuzi ambao utawawezesha kuutumia kama chanzo cha mapato kwao wenyewe, nuru ambayo Mungu ametoa kwetu sisi, ili kuwa baraka kwa watu Wake. Katika utengenezaji wa vyakula vinavyoitwa vya afya, watu wasio na kanuni wangeanza kugushi vyakula, na kuwa wadanganyifu, jambo ambalo lingekuwa la kuumiza. HFM 74.4

Kila biashara ifanyike kwa haki, tukikumbuka kwamba imetupasa sisi sote kusimama mbele ya kiti cha hukumu cha Kristo, “Kwa maana imeandikwa,

Kama niishivyo, asema Bwana, kila goti litapigwa mbele Zangu, na kila ulimi utakiri mbele za Mungu. . ...Hivyo basi, kila mtu miongoni mwetu atatoa habari zake mwenyewe mbele za Mungu. Basi tusizidi kuhukumiana; bali afadhali toeni hukumu hii, mtu asitie kitu cha kumkwaza ndugu au cha kumwangusha. .... Basi, wema wenu usitajwe kwa ubaya; Maana ufalme wa Mungu si wa kula na kunywa; bali haki, na amani, na furaha katika Roho Mtakatifu." Warumi 14:11-17. HFM 75.1

Tunahitaji kukata maisha yetu kwenye kila kitu ambacho kingeweza kunyonya akili zetu na kufifisha hisia zetu katika mtazamo wa utajiri wa milele wa utukufu ujao. Tunapaswa kuleta tu katika uzoefu wetu wa kila siku mambo yale ambayo yatatuwezesha kuimarisha na kukamilisha tabia zetu, ili tuweze kuangazia kwa wengine nuru ya mambo ya mbinguni. HFM 75.2

Kuna ulimwengu wa kuonywa. Sisi tunakaribia mwisho wa wakati. Roho wa Mungu anaondolewa duniani. Bwana anatuita tutoke usingizini. Tumepoteza fursa nyingi za thamani, lakini sasa tusipoteze muda tena. Nuru ya jua ya Ukweli itaangazia ulimwengu. Tupilia mbali kazi za giza na

kutoaminika, au kutokuwa thabiti .Nakala ya 96, 1905 (iliyoandikwa Septemba 7, 1905). HFM 75.3

Matengenezo Yanahitajika

Wiki iliyopita tulikuwa na kusanyiko muhimu hapa kwenye Sanitariamu. Nilikuwa nikizungumza na watendakazi wetu wa chakula cha afya, hapa kwenye Sanitarium. Nilizungumza nao siku ya Sabato, na Jumapili niliwahutubia kwa takriban saa moja juu ya mada ya kazi yetu ya mgahawa wa afya na usafi. Niliwaambia kwamba lazima kuwe na matengenezo/mageuzi ya kina katika biashara ya chakula cha afya. Shuguli hii haipaswi kuzingatiwa sana katika mkao wa taasisi au shuguli ya kibiashara, yaani iilyokita katika kuleta pesa tu. Kinachoonekana kwa sasa kina matunda madogo sana kutuongoza kupendekeza kuanzishwa kwa huduma kama hii kwenye maeneo mengine zaidi na kuwaambia watu kwenye maeneo hayo kuendesha mambo biashara na huduma hii kama ambavyo sisi tumeifanya huko nyuma. Ni wachache tu ndiyo ambao wameongolewa na kazi hii huko Los Angeles na huko San Francisco. Wengi wa watendakazi wamepoteza sayansi ya kuokoa roho. HFM 76.1

Tafadhali soma kwa makini kile kilichochapishwa katika Shuhuda kwa Kanisa, gombo la 7, kuhusu kazi

ya chakula cha afya na kazi ya Uinjilisti. Ninahisi kuvutiwa zaidi na zaidi kwamba ni lazima tujitahidi sana kuwasilisha ile Kweli. Sihitaji sasa kuandika mengi kuhusu mistari hii ya kazi, kwa maana mwanga imekuwa kwenye machapisho kwa muda saa. Lakini tangu shuhuda hizi zilipochapishwa kumetokea hali zinazofichua ulazima wa maonyo ambayo yametolewa. Matengenezo ya afya yanahitaji marekebisho kabla ya kusimama jinsi Mungu anavyopanga yawe. Tunahitaji kuishi kwa kutenda utauwa wa Kweli katika kila jambo. Katika migahawa yote katika miji yetu kuna hatari kwamba mchanganyiko wa vyakula kwenye milo yetu, iliyo katika masahani, itafanywa kwa kupitiliza sana. Mwishowe tumbo huteseka wakati aina nyingi za chakula zinawekwa ndani yake katika mlo mmoja. Usahili ni sehemu ya matengenezo ya afya. Kuna hatari kwamba kazi yetu itakosa kabisa kustahili jina ambalo limebeba, yaani vyakula vya afya. HFM 76.2

Ikiwa tutafanya kazi kwa ajili ya kurejesha afya, ni muhimu kuzuia hamu ya kula, kula polepole, na aina chache tu za vyakula kwa wakati mmoja. Agizo hili linahitaji kurudiwa mara kwa mara. Haipatani na kanuni za matengenezo ya afya, kuwa na vyakula vingi tofauti katika mlo mmoja. Hatupaswi kamwe kusahau kwamba ni sehemu ya kidini ya kazi, kazi ya kutoa

chakula kwa ajili ya roho, ambayo ni muhimu zaidi kuliko kitu kingine chochote. HFM 76.3

Vijana wetu wa kiume na wa kike wanapaswa kuhimizwa kuhudhuria shule zilizo mbali na miji, ili chini ya walimu wenye akili, wapate mafunzo ambayo yatawafaa kusimama kwenye uwanja wa juu zaidi. Ni kwa jinsi gani vijana wetu wanaweza kuendelea kukua kiroho, wakati wakifanya kazi kama watumishi ili tu kuandaa chakula kwa ajili ya walimwengu na kuwahudumia peke yake. Mara nyingi hufanya kazi isiyo ya lazima katika utayarishaji wa vyakula ambavyo havifai hata kidogo kwa afya. Je, vijana wetu wahamasishwe na kupumzika, wakibweteka na kuridhika na elimu hiyo? HFM 77.1

Bwana hajabuni kwamba watu Wake ambao wanalifanyia kazi kanisa, watatumia nguvu zao kuendeleza migahawa kwa njia ambayo inaendeshwa sasa. Miseto mingi na yenye utata katika chakula ambayo siyo mizuri, ina tabia ya kuifanya kazi ya matengenezo ya afya kuwa, kazi ya ubomoaji wa afya na hivyo kuleta ulemavu wa afya (health reform, becomes health deform).Barua 271, 1905

(iliyoandikwa Septemba 27, 1905). HFM 77.2

Uokaji Mikate wa Loma Linda

Ndugu Mzigo:

Bwana ameniagiza kuwa itakuwa ni makosa kwetu kupanga uzalishaji wa vyakula vingi vya afya huko Loma Linda, na kisha kusambaza kupitia njia za kibiashara. Loma Linda ni mahali palipowekwa maalum na Mungu ili kuweka hisia nzuri katika akili za wengi ambao hawajapata nuru ya Ukweli wa sasa. Kila awamu ya kazi mahali hapa, kila vuguvugu linalotendwa hapa, linapaswa kupatana kikamilifu na tabia takatifu ya Ukweli wa sasa hivi, ili kuunda hisia ya kina ya kiroho. HFM 77.3

Kila kitu kinachohusiana na taasisi ya Loma Linda kwa kadri iwezekanavyo, kinapaswa, kuwa huru na roho ya biashara. Hakuna kitu kinachopaswa kuruhusiwa kuingia ambacho kwa njia yoyote kinaweza kupunguza maoni mazuri ambayo sisi tunajitahidi kutoa. Tukidhihirisha imani ya Kweli katika mambo halisi ya milele, hilo litakuwa na matokeo makubwa katika akili za wengine. Hatupaswi kuruhusu chochote kuzuia juhudi zetu za kuokoa roho. Mungu anatutaka tuache hisia ambazo zitasaidia kuwaamsha wale wasioamini kuelewa wajibu wao. Hebu tutumie sauti na kalamu zetu katika

kuwasaidia wale wanaohitaji utambuzi wa wazi. HFM 77.4

Wengi sasa wanauliza, “Nifanye nini ili niurithi uzima wa milele?” Sisi hatuwezi kulijibu swali hili kwa njia ya kuwaridhisha watu tunapounganisha taasisi zetu za Sanitarium na uzalishaji wa vyakula vya afya kwa faida za kibiashara. Kwa kielelezo chetu tunapaswa kuacha akilini mwa wagonjwa wetu hisia kwamba tunaimarishwa na kuongozwa na neema ya Mungu, na kwamba daima tunauweka utukufu wa Bwana mbele ya macho yetu. HFM 78.1

Si cheo, wala mali, wala elimu, wala uwezo, ndivyo vinavyotoa ushawishi kwa Mkristo; bali nia ya utayari, na moyo uliowekwa wakfu kwa kazi ya Kristo. Katika utumishi wa Mungu kuna nafasi kwa kila mtu; na Mungu hutukuzwa pale kila mmoja anapotosheka na kuridhika katika kuijaza nafasi aliyowekewa Naye. Yeye anawapa waja Wake neema ya kutosha kwa kila wajibu au jukumu. Ingawa nyanja yao ya huduma inaweza kuwa ya unyenyekevu, na sahili, wao wanaweza kwa neema Yake kudhihirisha kwamba wao ni mabwana wa Kikristo na mabibi wa Kikristo. HFM 78.2

Katika maono ya usiku, kanuni hizi ziliwasilishwa kwangu kuhusiana na pendekezo la kuanzishwa kwa

duka la mikate [Kumbuka: Wakati barua hii inaandikwa mipango ilikuwa ikiwekwa kwa ajili ya kuanzishwa kwa kiwanda cha chakula cha afya hatua chache kwenye jengo kuu la Sanitarium.] huko Loma Linda. Nilionyeshwa jengo kubwa ambalo vyakula vingi vilitengenezwa. Pia kulikuwa na majengo madogo karibu na duka la mikate. Nilipokuwa nimesimama, nilisikia sauti kubwa za mabishano kuhusu kazi iliyokuwa ikifanywa. Kulikuwa na ukosefu wa maelewano miongoni mwa watendakazi, na mkanganyiko ulikuwa umeingia. HFM 78.3

Kisha nikamwona Ndugu Burden akikaribia. Uso wake ulikuwa na mwonekano wa wasiwasi na mfadhaiko alipokuwa akijaribu kujadiliana na wafanyakazi, na kuwaleta katika maelewano. Tukio hilo lilirudiwa, na Ndugu Burden mara nyingi alivutwa mbali na kazi yake aliyopangiwa na Mungu kihalali, kama meneja wa Sanitarium, ili kutatua tofauti. Alikuwa amebeba mzigo mzito sana, na alionekana kuhangaika na kuchanganyikiwa. HFM 79.1

Kisha nikaona wagonjwa wamesimama kwenye uwanja mzuri wa Sanitarium. Walikuwa wamesikia mabishano yaliyokuwa yakiendelea kati ya wafanyakazi. Wagonjwa hawakuweza kuniona, lakini mimi niliweza kuwaona na kuwasikia, na maneno yao

yaliletwa masikioni mwangu. Walikuwa wakitoa maneno ya masikitiko kwamba kiwanda cha chakula kianzishwe katika maeneo hayo mazuri, karibu sana na taasisi ya kuhudumia wagonjwa. Wengine walichukizwa, na maoni yasiyofaa zaidi yaliyokuwa yakitolewa. Nilisikitishwa sana! Majengo hayo yote yalikuwa yamegharimu pesa ambazo zilipaswa kutumika katika kujenga bafu na vyoo, jambo ambalo lingehusisha gharama kubwa sana. HFM 79.2

Kisha Yule Mmoja akatokea kwenye eneo la tukio, na kusema: “Haya yote yamesababishwa kupita mbele yenu kama somo la mfano, ili mpate kuona matokeo ya kutekeleza mipango fulani. Sanitarium lazima zisaidie watu wanaokuja humo kwa kuwaelekeza kwa umakini kwenye Ukweli wa injili. Biashara lazima isichukue nafasi ya kazi muhimu inayopaswa kufanywa. Mahali hapa pazuri palikuja kwetu kwa majaliwa na mipango ya Mungu, na panapaswa kuwekwa kama mapumziko yenye utulivu, ya kutamanika, na yenye afya, mahali tunapoweza kuwaita wagonjwa waje, na ambapo watabarikiwa sana kimwili, na ndiyo pale watakapoweza kusikia ushahidi wa Ukweli uliopo na sababu za imani yetu.” HFM 79.3

Na tazama, ndipo, tukio zima lilibadilika. Jengo la duka la mikate halikuwa mahali tulipopanga sisi, lakini likawa kwenye umbali kutoka kwa majengo ya usafi, kwenye barabara ya kuelekea relini. Lilikuwa jengo la hali ya chini kwa gharama, na kazi ndogo ilifanywa huko. Wazo la kibiashara lilipotezwa, na, badala yake, ushawishi mkubwa wa kiroho ulienea mahali hapo. Ndugu Hansen alipewa msaidi anayefaa katika nyakati ambazo alihitaji msaada. Usimamizi wa kiwanda hiki kidogo cha mikate haukuleta jukumu zito kwa Ndugu na Dada Burden. Wagonjwa walivutiwa sana na walichokiona....... HFM 79.4

Loma Linda haipaswi kuwa sanitarium tu, lakini kituo cha elimu. Eneo hili linaambata na jukumu zito la kuifanya kazi ya taasisi kuwa na tabia ya elimu, kufundisha watu. Shule ambayo itaanzishwa huko Loma Linda inapaswa kusimama katika uhuru wa Ukweli. HFM 80.1

Tutakuwa na kazi ya kufanya huko Loma Linda katika kusambaza vyakula vya afya, kwa kiasi kidogo tu, kwenye miji inayotuzunguka; lakini imewasilishwa kwangu kwamba katika kuanzisha kiwanda kikubwa cha chakula, matarajio yetu yatakatishwa tamaa. Athari zinazohusiana na usimamizi wake hazingeleta hisia nzuri kwa watu. Bwana anaweza kufanya mguso

ufaao juu ya akili za wanadamu, tunaposhirikiana Naye na kufuata mipango ambayo Yeye anaieleza na kuiweka mbele yetu. HFM 80.2

Nuru niliyopewa ni kwamba katika shuguli ya chakula iliyo kubwa vya kutosha kiasi cha kusambaza ugavi wake Kusini mwa California, itakuwa na ugumu wa kuepuka biashara; na ikiwa maelezo yenye tatanishi/tashwishwi hayangeshughulikiwa kwa uangalifu zaidi, tungekumbwa na gharama zaidi kuliko mapato. Huwezi kumudu kutumia muda ambao ungehitajika kufanya biashara kufanikiwa bila kukutana na athari mbaya. HFM 80.3

Bwana anatuita sisi kupanda jukwaa la juu zaidi. Ni lazima mfano wetu uwe na ushawishi ulioamuliwa katika kupendelea mafundisho tunayodai tunayathamini. Tushikamane kwa karibu na mafundisho ya Neno la Mungu. Hebu tufanye Neno la Mungu kuwa mshauri wetu. Kweli za Neno la Mungu, zinazotekelezwa katika maisha yetu ya kila siku, zitaziweka roho zetu kuwa safi, zilizosafishwa, zenye heshima na zilizoinuliwa. Kwa kutembea katika nuru ya Ukweli, ubinafsi utafichwa katika upendo na hofu ya Mungu daima. Mbele ya macho ya ulimwengu, Ukweli ni lazima uwe mkuu na wenye kutukuka; kwa

maana humfunua Mungu katika Neno, katika roho, katika tabia. HFM 80.4

Maneno hayo yalisemwa na Mkufunzi wangu: "Ushawishi ambao hwa unazimika kila mara, ni ule unaotengenezwa na nuru inayong'aa kwa nguvu iliyo wazi, yenye kusadikisha kutoka kwa kila nafsi inayodai kuamini ukweli. Bwana angetaka uinue *Ukweli katika lugha, imani, katika vitendo.* Wale waliounganishwa nanyi hawataruhusiwa kwa njia yoyote kuwa wapungufu katika upole, tabia nyororo, katika rehema, katika usafishaji wa usemi. Moyo unatakiwa kuwa mtiifu kwa Mungu. Mng'ng'anie Msaidizi wako wa mbinguni."... HFM 81.1

Wengi sasa wanaangamia kwa kukosa maarifa. Je, sisi hatupaswi kutoa akili na nafsi na sauti kutangaza Ukweli ukweli kama ulivyo katika Kristo Yesu? Kwa kila mtenda kazi ningesema, Waonyeshe wasioamini kwamba kuna nguvu katika Mungu. Wasilisha mawazo yako kuhusiana na kile kinachohitajika, kwa maneno ya onyo, " Jitayarishe kukutana na Mungu wako!"Panda mbegu za Kweli kando ya maji yote. Waamshe walinzi, na, pamoja nao, kubeba ujumbe kwa maneno ya nguvu. "Paza sauti yako, usiache, paza sauti yako kama tarumbeta, uwahubiri watu Wangu kosa lao, na nyumba ya

Yakobo dhambi zao.” Ongezeko la uzoefu wako mwenyewe litalingana na imani yako binafsi na imani yako kwa Mungu. HFM 81.2

Kuna wengi, wengi watakaoongoka kwa kutumia wanaume ambao watachukuliwa kutoka kwenye jembe la kukokotwa na kutoka kwa miito ya kawaida ya maisha ili kushiriki katika kazi kubwa na kuu ya kutoa Ukweli wa kuokoa roho kwa watu. HFM 81.3

Kuna makundi ya aina zote za watu, ambayo yanapaswa kufikiwa. Wale ambao wameitwa kufanya kazi katika migahawa ya afya na usafi, mahali ambapo maelfu wanalishwa chakula lakini hawapewi mkate wa uzima, wanapaswa kuuliza, Je, Njia ya Bwana ni ipi? Kuna wengine ambao wanafanya kazi katika migahawa ya afya na usafi ambao wanapaswa kuachana na kujitolea kwa kazi kuu ya kupeleka ujumbe wa mwisho wa injili kwenye umati wa watu. Ni lazima wahakikishe kwamba Ukweli wa wakati huu umepandikizwa ndani ya mioyo yao wenyewe na Roho Mtakatifu wa Mungu. Kisha akili zao zikiwa zimesafishwa kutoka katika dhambi zote, wataweza kulisha kundi la Mungu kwa malisho safi, yaliyochujwa vizuri kabisa kutokana na udanganyifu wote wa kufirika na kufisha........ HFM 81.4

Kuna kazi kubwa ya kufanywa. Sanitarium zinapaswa kujengwa katika nchi nyingi duniani. Wakati vifaa vinaongezwa kwenye Sanitarium ambazo zimekuwa zikiendeshwa, hebu sehemu inayoongezwa ijengwe vizuri zaidi na kwa uimara; lakini kusiwe na matumizi makubwa ya fedha ili kujipatia kila faida mwanzoni...... HFM 82.1

Bwana anatuita sisi kufanya kazi katika sehemu nyingi. Tutakuwa na huduma za Sanitarium ambazo zinaweza kuendeshwa bila ya kuhusisha kazi yetu katika madeni makubwa. Neno hili kwa yule mwenye hekima latosha (ila mjinga atafanya vinginevyo na kujiumiza). Mtu yeyote asifikirie kwamba ni lazima awekeze katika matumizi ya gharama kubwa zaidi ili kufanya mambo kuwa rahisi kwake. Kuna njia rahisi na ya unyenyekevu zaidi ya kufanya kazi kwa mafanikio. Leteni kwanza vifaa rahisi vinavyohitajika kwa ajili ya tiba. Kwa sasa hatuhitaji kutumia gharama ya kujenga mabwawa ya kuogelea (swimming pools kwa hyrdotherapia) na vifaa vingine vya gharama kubwa.Barua ya 140, 1906 (iliyoandikwa Mei 6, 1906). HFM 82.2

Ofa inayoonekana nzuri ila pengine ina shida Fulani Tangu kulipokucha leo, nimeandika kurasa kumi na moja kuhusiana na utengenezaji na uuzaji wa vyakula

vya ‘flake’ kwenye Pwani ya Pasifiki (vyakula sahili vya afya kama vile nafaka zilizoitwa cornflakes nk). Dkt. Kellogg na kaka yake wamejitolea kuuza sehemu fulani ya haki za kutengeneza ‘flakes’ za mahindi kwa dola arobaini na tano elfu. Nuru niliyopewa ni kwamba hatupaswi kukubali ofa hii. Eneo hilo, na hata maarifa haya kuhusu vyakula vya afya si vya Dk. Kellogg. Hii ni talanta ya Bwana. Hajaikabidhiwa kwa mtu yeyote, kuishghulikia kama uvumbuzi na mali yake mwenyewe, na kukisia-kisia kwa faida yake mwenyewe. Mwanadamu yoyote yule hajapewa kibali cha kuwadhulumu wenzake. HFM 82.3

“Bwana wa majeshi amesema hivi, ya kwamba, Fanyeni hukumu za kweli, kila mtu na amwonee ndugu yake rehema na huruma; tena msimdhulumu mjane, wala yatima, wala mgeni, wala maskini; wala mtu awaye yote miongoni mwenu asiwaze mabaya juu ya ndugu yake moyoni mwake.” Zekaria 7:9-10.

HFM 83.1

Sura ya tatu na ya nne ya Malaki inafundisha mambo mengi muhimu. Sura hii imejaa sentensi nyingi zenye uzito. Tunapaswa kuzingatia sura hizi kwa uangalifu. Bwana anapima tabia. Kila sura ya kazi iliyoendelea huko Battle Creek imerekodiwa katika vitabu vya

mbinguni, kutoka kwenye hatua ya kwanza hadi ya mwisho. HFM 83.2

Watu wetu hawatakiwi kuwekeza kiasi kikubwa cha fedha katika uzalishaji wa vyakula vya afya. Imeelezwa wazi kwamba mwanga kuhusiana na vyakula vya afya haukutolewa kwa manufaa ya mtu mmoja peke yake. Nimepewa mwanga juu ya somo hili. Sisi hatupaswi kukubali ofa hii. Watu wetu wanaweza kutumia talanta ambayo Mungu amewapa kuandaa vyakula vya kutumia, ambavyo Yeye angependezwa wawatayarishie watu wa kawaida kwa matumizi yao. Bwana ametoa mwanga wa jua na mvua, na ameyafanya matunda yakue, na ardhi itoe chakula ambacho kinaweza kutayarishwa kwa ajili ya wanadamu. Yeye anaitaka familia Yake kulima ardhi kwa bidii, ili iweze kutoa vitu ambavyo vinaweza kutumika kama chakula. Wanapaswa kupanda mbegu, na kuitunza inapokua. Hii ndiyo riziki ambayo imewekwa kwa chakula cha mwanadamu. Yeye Amempa mwanadamu akili na busara, ili aweze kuandaa kutoka kwenye matunda ya ardhi aina nyingi za vyakula. Nafaka, mboga mboga na matunda yanapaswa kupandwa na kutunzwa vizuri. Ardhi iwekewe mbolea vizuri na kufanyiwa kazi, na ardhi itatoa hazina yake.... HFM 83.3

Wanaume na wanawake wanapaswa kufundishwa jinsi ya kuandaa chakula kwa ajili ya watu wa kawaida. Tawi hili la elimu linapaswa kupewa nafasi katika kila shule iliyoanzishwa. Wanafunzi wanapaswa kufundishwa kwa subira jinsi ya kupika, na pia jinsi ya kusoma. Njia bora zaidi zinapaswa kutumika katika kufundisha tasnia muhimu kwa maisha ya kila siku. Maagizo kamili yanapaswa kutolewa kwa njia rahisi za kutibu wagonjwa. HFM 84.1

Bwana ametupa sisi kama watu ujuzi mkubwa juu ya matengenezo ya afya. Kazi inapaswa kwenda mbele. Lakini Mungu atusaidie na kupishilia mbali kwamba biashara ya chakula iendelee kuchukua nafasi kubwa kama ilivyochukua. Uwezo na vipaji vya wafanyakazi wenye thamani havipaswi kutegemea tu uzalishaji wa vyakula, huku mambo ya kiroho yakifuatiwa na mambo mengine. Hili ni jambo ambalo lazima lishughulikiwe kwa misingi ifaayo, vinginevyo litakuwa kizuizi kikubwa kwetu katika kazi yetu ya kuokoa roho.Barua ya 354, 1906 (iliyoandikwa Septemba 19,

1906). HFM 84.2

*****

Mstari wowote wa kazi ambao umeachwa nje kiini cha huduma ya Kweli unaweza kugeuzwa kwa ulimwengu.

katika mistari ya kazi ambayo watu wanaweza kuwa watenda kazi pamoja Naye. Mapenzi ya Kristo yanapaswa kuwa mapenzi yetu. Muungano na Yeye, unamaanisha uhuru wa kutenda. Inamaanisha shughuli katika kazi kwa ajili ya kukamilisha kazi Yake, ambayo Yeye Alitoa maisha Yake, kwaajili ya hiyo. Kitu chochote kinachoingilia kati yetu na kazi hii kinapaswa kutupwa kwani ni kizuizi cha maendeleo ya kweli.Hati ya 119, 1902 (iliyoandikwa Oktoba 8, 1902).

HFM 84.3

Tahadhari dhidi ya Uwekezaji Mkubwa kwenye Utengenezaji wa Chakula

Katika msimu wa usiku uwakilishi ulitolewa kwangu, na maagizo fulani kuhusu kazi ya chakula cha afya. Wanaume wachache walikuwa wakichunguza baadhi ya mimea yenye mizizi mingi iliyofungana-fungana. Baadhi ya mimea ilikuwa na mizizi mirefu sana. Mimea mingine ilikuwa na mizizi mifupi. Ile iliyokuwa na mizizi mirefu ilionekana kuwa yenye afya nzuri na yenye kuahidi matokeo mazuri, na watu walikuwa wakifurahia matarajio ya matunda mengi kutoka kwenye mimea hii. Kila mmoja alionekana kuwa na shauku ya kupataile mimea iliyoonekana kuahidi matokeo mazuri zaidi, na kisha kukawa na ugomvi na mabishano juu yao. HFM 85.1

Mmoja Mwenye mamlaka akatokea katikati yao na kusema, “Hamuhitaji hii mimea yenye mizizi mirefu.

HFM 85.2

"Kwa nini hatuihitaji?" wengine waliuliza. HFM 85.3

“Kwa sababu Bwana anaheshimiwa tu na mimea ile ambayo imeunganishwa na matawi yenye kuzaa matunda. Umekosea sana kudhani kwamba hii mizizi mirefu itazaa matunda kama unavyotamani. Matumizi makubwa ya fedha ili kuimiliki hii mizizi mirefu itasababisha shida na ambayo kwa sasa huitambui.

HFM 85.4

“Mimea yenye mizizi mifupi ndiyo unapaswa kuichagua; kwa maana kilimo chake hakitachukua kiasi kikubwa cha fedha, na ndani ya muda mfupi itazaa matunda kwa utukufu wa Mungu.” HFM 85.5

Nilionyeshwa kwamba mimea yenye mizizi mirefu, iliyojifunga-funga inawakilisha biashara fulani za chakula, ambazo zinaonekana kwa nje kuwa zina matumaini sana, lakini ambazo zingetoa faida ndogo sana katika kutangaza upendo wa Mungu wenye ukombozi kwa mwanadamu. Biashara hizi zinawakilisha matumizi makubwa ya fedha, lakini hazipatani na njia ya Bwana ya kuendeleza kazi Yake,

na zitasababisha kujifunga-funga, na kutoweza kuwa huru. HFM 85.6

Mimea yenye mizizi mifupi inawakilisha biashara ambazo hazitahitaji matumizi makubwa ya njia, lakini ambazo zitaleta faida ya haraka katika kuendeleza injili, na kusababisha wokovu wa roho nyingi. HFM 86.1

Kwetu sisi kama watu wa imani, Mungu ametupa kazi ya kuhubiri katika sehemu zote za ulimwengu, injili ya ufalme. Fedha na vipaji vyetu havipaswi kufungwa katika uzalishaji wa vyakula vya bei ghali. Kazi yetu ni kutangaza ile Kweli, kwamba "Mungu aliupenda ulimwengu hata akamtoa Mwanawe pekee ili kila mtu amwaminiye asipotee, bali awe na uzima wa milele." HFM 86.2

Elimu-Kazi Yetu ya Msingi

Nimeagizwa kusema kwamba hatupaswi kwa kiasi kikubwa kuunganisha vipaji katika makampuni ya biashara za chakula. Maduka yetu ya vyakula na migahawa yetu havijakuwa miti ambayo imezaa mazao mengi ya matunda. Sasa kunahitajika nguvu ya

kubadilisha miongoni mwa watendakazi wetu. Katika

kazi yetu ya chakula tunapaswa kujifunza usahili wa matengenezo ya afya. Matokeo bora yataonekana iwapo tutajitolea kwa kiasi kikubwa nguvu zetu katika kazi ya kuwaelimisha wananchi jinsi ya kuandaa vyakula rahisi na vyenye afya bora majumbani mwao badala ya kutumia muda wetu wote katika utengenezaji na uuzaji wa vyakula ambavyo vinahusisha uwekezaji mkubwa wa fedha. Watu wengi hawawezi kununua vyakula vya afya vilivyotengenezwa. Kwa kuwafundisha watu hawa jinsi ya kutumia vyakula sahili vya ardhi kwa njia yenye afya, sisi tutafunua roho ya ukarimu wa kweli wa Kikristo. HFM 86.3

Wakati wa usiku uliopita, nilipokea agizo hili kwa ndugu zetu: Weka pesa zako, na jishughulishe na vyakula ambavyo ni ya unafuu sana, na ambavyo, vimetayarishwa katika njia ya lishe nzuri na hivi vitajibu kila kusudi. Nawaita watu wetu: Msidanganyike; usidanganywe; wala usiwe na kinyongo kwa vyama vinavyobashiri faida zake za ajabu vinapouzwa . Bwana ananiamuru nipaze sauti yangu katika kuonya. Jihadhari jinsi unavyowekeza pesa za Bwana katika vitu ambavyo vinaweza kuishi bila ya kuwa nayo. Jitahidi kutayarisha chakula cha nafaka na matunda kwa bei nafuu. Haya yote tumepewa bure na Mungu ili kutupatia mahitaji yetu.

Afya haipatikani kwa matumizi ya maandalizi ya chakula cha gharama kubwa (kununua chakula cha gharama siyo bima kwamba unapata chakula kizuri). Tunaweza kuwa na afya nzuri tunapotumia chakula kilichotayarishwa kwa usahili kutoka kwenye mazao ya matunda, nafaka, na mboga-mboga .... HFM 86.4

Kila kipengele cha ujumbe wa malaika wa tatu kinapaswa kutangazwa katika sehemu zote za ulimwengu. Hii ni kazi kubwa kuliko wengi wanavyoifahamu. Shuguli zetu za kimishenari ndio kitu kikuu kinachohitaji umakini wetu usiogawanyika kwa wakati huu. “Enendeni ulimwenguni mwote, mkaihubiri Injili kwa kila kiumbe.” Marko 16:15. Katika kazi hii tunapaswa kujifunza usahili. HFM 87.1

Ujumbe huu ni ujumbe wa majaribio. Ukipokelewa katika mioyo ya uaminifu, utathibitisha kuwa ni dawa ya dhambi na huzuni zote za ulimwengu. Hakuna hali ya hewa yoyote, umaskini, ujinga, au ubaguzi inayoweza kuzuia ufanisi wake, au kupunguza uwezo wake wa kurekebishwa kulingana na mahitaji ya wanadamu. HFM 87.2

Tangazo la ujumbe mkuu wa injili ni kazi ya wanafunzi wa Kristo. Wengine watafanya kazi kwa hili kwa njia moja, na wengine watabeba tawi lingine la kazi, kwa jinsi ambavyo Bwana aawaita na kuwaelekeza binafsi.

Wote hawana mstari sawa wa kazi, lakini wote wanaweza kuungana katika juhudi zao. HFM 87.3

Neno la Mungu aliye hai linapaswa kutangazwa ulimwenguni kote. Injili inapaswa kwenda mbele kwa nguvu kuu, ikiwa na alama ya maonyesho ya matendo ya Roho wa Mungu. Wafanyakazi wetu wanapaswa kuwa wakala hai wa kufichua kusudi la Mungu katika kuwaita wao kwa kazi Yake. Neno la injili tukufu linapaswa kuhubiriwa kwa kuhusisha kila nyanja ya ufahamu wake wa Kiungu. Kwa sauti iliyo hai, na kwa wema, na matendo ya huruma, sisi tunapaswa kuwa mfano wa kanuni za injili. Mbinu rahisi na zinazofaa za kufundisha Ukweli zinawakilishwa na mizizi mifupi. HFM 87.4

Ukweli unaweza kuendelezwa kwa matendo ya hisani, kwa kuwasaidia wajinga yaani watu wasiojua, wagonjwa, wenye njaa, na wasiojiweza. Lakini kazi yetu haipaswi kufungiwa kwa watu waliotengwa peke yake. Barabara kuu na vichochoro vinapaswa kufanyiwa kazi kikamilifu.Hati ya 75, 1906

(iliyoandikwa Septemba 1906). HFM 88.1

Madhumuni ya Kazi ya Chakula cha Afya Kulikuwa na haja ya kuanzishwa kwa kazi ya chakula cha afya na migahawa ya afya na usafi, na haya

yametimiza mema. Lakini shuguli hizi hazipaswi kuwa taasisi za tu. Zinapaswa kuwa somo la mfano, likielekeza kwenye lengo la misheni yetu. HFM 88.2

Katika kulisha watu elfu tano, Kristo alipitisha chakula kutoka kwenye mikono Yake hadi kwenye mikono ya wanafunzi. Kuhusu jambo hili tunasoma, " Yesu akasema, Waketisheni watu. Na mahali pale palikuwa na majani tele. Basi watu waume wakaketi, wapata elfu tano jumla yao. Basi Yesu akaitwaa ile mikate, akashukuru, akawagawia walioketi; na kadhalika katika wale samaki kwa kadiri walivyotaka.."Yohana 6:10, 11. HFM 88.3

Neno la Mungu linawakilishwa hapa. Kulisha watu elfu tano kwa chakula kutoka kwenye mikono ya wanafunzi kulitayarisha njia ya utoaji wa ujumbe wa injili. Jambo hili lilifanyika kwa shukrani. Kulisha makutano, kunawakilisha kulisha roho zenye njaa kwa mkate wa uzima. HFM 88.4

Baada ya njaa ya watu kuondoka, Neno likatolewa, "Kusanyeni vipande vilivyobaki, kisipotee cho chote.."Yohana 6:12. HFM 88.5

Kisha inafuata historia ya Kristo, akitoa Neno la uzima. Ingawa Kristo angeweza kutoa chakula cha muda mara kwa mara kwa jinsi alivyotaka, mara nyingi

hakufanya muujiza kama huo. Wakati watu walipoona muujiza huu, walisema, “Hakika Huyu ni nabii Yule ajaye ulimwenguni..”Yohana 6:14. Je! watakula mkate wa uzima kwa utayari, kile chakula cha Neno la Mungu, kama walivyokula chakula cha muda? Akili zao, zikiwa zimepotoshwa na mafundisho ya uongo, hazingepokea kwa urahisi Neno la uzima wa milele.... HFM 88.6

Nina maneno ya dhati ya kuongea na wale ambao wanashugulika na biashara ya chakula cha afya. Kutakuwa na kipengele tofauti kabisa kitakacholetwa kwenye kazi ya maduka yetu ya chakula, migahawa, na katika kila mstari ambapo uzalishaji wetu wa chakula unashughulikiwa. Kazi hii lazima iendelezwe kama njia ya nuru ya injili kwa wale ambao hawajajitoa wenyewe kwa Bwana. Wale wanaoshughulikia vyakula hivi wanahitaji kila siku shauri la Yule Mmoja aliyeumba chakula cha watu elfu tano wenye njaa. Kazi ya maduka yetu ya chakula na migahawa lazima iendeshwe kwa njia ambayo hakutakuwa na hasara ya kifedha. Hatupaswi kusahau kwamba mstari huu wa kazi unahitaji kuwa hai. Lakini athari zote za uharibifu lazima ziondolewe humo. HFM 89.1

Lazima tuendelee kuwa katika upande wa mafanikio na faida. Lakini Je, kuna faida gani kuendelea na kazi hii ikiwa tunapaswa kudhabihu kanuni za haki, rehema, na upendo wa Mungu? Kuna manufaa gani ya kuiendeleza ikiwa kupitia mvuto wake, hakuna nafsi zinazopata nuru na kutayarishwa kulishika Neno la Mungu ambalo ni chakula chao cha kiroho? Wale wanaohusika na kazi hii, wanapasa kuhimizwa ulazima wa kuita usikivu wa watu ambao wanakutana nao [katika] zile Kweli za asili ya mbinguni. HFM 89.2

Watu walio na sifa zinazostahili, wanapasa wateuliwe kwa kazi ya chakula cha afya, kunea maneno yanayostahili wakati ufaao na usiofaa, na ambao wanaweza kuangaza akili za wanaume na wanawake kuhusu Ukweli. Hekima ya pekee inahitajika ili kuelewa wakati wa kuzungumza, na wakati wa kunyamaza. Hebu kila mfanyakazi aombe sana kwa ajili ya ufahamu wa kiroho. HFM 89.3

Faida za kifedha zinapaswa kufanywa kuwa na kipaumbele cha pili . Hebu akili iwe ya kiroho. Kesheni kwa maombi. Ni vigumu kwa wengine kukiri au kukubali kwamba, kwa kiasi kikubwa, ubinafsi hudhibiti matendo yao. Biashara ya chakula ni mlango ambao tunapaswa kuruhusu nuru yetu iangaze. Yesu anatazama, na Yuko tayari kusaidia kila mtu

anayetamani msaada Wake. Ndugu zangu, nyenyekeeni chini ya mkono wa Mungu ulio hodari. Kesha na uombe, na ufanye kazi ya kujibu maombi yako kwa kuzidaka fursa za thamani za huduma zinapokuja. HFM 89.4

Kuna njia ya kweli, yenye busara ya kusema maneno ya imani na kutia moyo. Paulo, ambaye alikuwa amebarikiwa sana na Mungu, alileta dini yake katika warsha yake ya kutengeneza mahema. Wafanyakazi wetu wanaweza kutakaswa na Roho Mtakatifu, na hivyo kupata matokeo bora sana katika jitihada zao za kutangaza Ukweli. Watendakazi kama hao hawataridhika isipokuwa wataona jambo fulani linafanyika. Mara nyingi watamwuliza Mungu kwa dhati na bidii, "Je, nimefanya yote ambayo ningeweza kufanya katika kupanda mbegu za Ukweli?" HFM 90.1

Acheni maduka yetu ya vyakula na migahawa viandaliwe kwa machapisho mazuri yanayofaa kusomwa,—trakti/vijuzuu na machapisho yenye Ukweli yaliyotayarishwa katika makala fupi zilizo wazi. Hivyo wafanyakazi wanaweza kuleta Ukweli wa wakati huu mbele ya akili za watu wanaozungumza nao. Nia inahitaji kutakaswa, ili iweze kufanyiwa kazi na Roho wa Mungu. Maneno yanayosemwa wakati unaofaa na

usiofaa yanaweza kuwa mbegu nzuri iliyoanguka kwenye udongo wa roho za wanadamu. HFM 90.2

Wale wanaodai kuwa Wakristo huwa hawafanyi hata nusu ya yale wanayoweza kuyafanya kwa ajili ya Bwana. Kupanda kando ya maji yote mbegu ya Kweli inayopaswa kupandwa. Migahawa yetu na maduka ya chakula lazima yafanywe njia ya kuelimisha akili. Waruhusu watendakazi wawe na vipeperushi na trakti zenye kuchaguliwa vyema, kwa kuwa zina mada zenye ubora zaidi kulingana na hali (watu, kazi, familia, nk). Ikiwa machapisho hayawezi kuuzwa kwa urahisi, hebu na yatolewe bure; na matokeo mazuri yataonekana kutokana na mbegu iliyopandwa kwa jinsi hiyo.... HFM 90.3

Jitihada zinapaswa kufanywa ili kutumia bidhaa asilia katika kutengeneza vyakula vyenye afya. Kazi nzuri kuhusu hili inaweza kufanywa huko Loma Linda. Ndugu zetu huko wanapaswa kuanza kwa haraka shuguli. Hata kama mipango-kazi yote kuhusu kazi hii haiwezi kuamuliwa kwa hakika wakati huu. Ndugu zetu katika taasisi ya Loma Linda wanapojifunza jinsi ya kutengeneza na kufanya utafiti kuhusu chakula cha afya kifanye kazi njia ya kuleta Ukweli wa wakati huu mbele ya mawazo ya wasioamini, Bwana ataongeza baraka Zake na ataweka wazi njia

wanayopaswa kufuata katika uendeshaji wa biashara. [HFM 90.4]

Kazi kama hiyo inapaswa kuendelezwa katika majimbo ya Kusini. Wanaume na wanawake wanaokubali ile Kweli katika majimbo ya Kusini mara nyingi watahitaji kusaidiwa kupata kazi/vibarua. Wengi watapata fursa ya kushiriki katika kazi ya uinjilisti; na hawa wanapaswa kujifunza kwa kuunganishwa na kazi hii, kuwafundisha walimwengu jinsi ya kuandaa chakula sahili, chenye ladha nzuri, kitamu.[HFM 91.1]

Nje ya jiji la Nashville, kuna manufaa fulani ambayo yanapaswa kutumiwa katika kuwapatia watu chakula bora. Majengo ya gharama kubwa si muhimu ili kazi hii iendelezwe mbele. Hebu watu wetu wanaoshugulika na chakula cha afya watambue kwamba Ukweli unapaswa kupandwa kando ya maji yote. Ndugu zangu katika kazi ya chakula cha afya, semeni maneno yatakayovutia akili. Endesheni mikutano ambayo itakuwa ni njia ya kuongoa roho.[HFM 91.2]

Katika nyakati zilizopita niliwaandikia ndugu zetu wa Kusini kwamba punde tu wanapokuwa tayari kuendeleza kazi ya chakula cha afya kwa njia ifaayo, kwa ajili ya kuendeleza Ukweli wa sasa, itakuwa vyema kwao kupiga hatua na kuanza. Mipango ya busara

ingefanywa kuendesha kiwanda cha chakula karibu na Nashville, hii ingetoa fursa kwa wengi kupata ajira. Lakini ndugu zetu wa Kusini, au katika nyanja nyingine yoyote, wasije wakalipa pesa nyingi kwa ajili ya fursa ya kutengeneza na kushughulikia vyakula vya bei ghali. Tunaweza kutumia uzalishaji wa vyakula hivi, ambao Bwana ametupa. Haya yatatayarishwa kwa mikono na akili stadi za wale ambao Bwana atawafundisha. Tunahitaji akili zinazoweza kufanyiwa kazi kwa njia isiyo ya ubinafsi. Muswada au Manuscript 81, 1906 (iliyoandikwa Septemba 27,

1906).[HFM 91.3]

Lengo kuu la Kazi ya Chakula cha Afya

Kazi hii ya uzalishaji wa vyakula vya afya, inapoendeshwa kwa namna ambayo injili ya Kristo inaletwa kwenye umakini wa watu, kazi ya chakula cha afya inaweza kufanywa kwa faida. Lakini ninapaza sauti yangu katika kuonya dhidi ya juhudi ambazo zinafanikisha uzalishaji wa vyakula tu kusaidia mahitaji ya kimwili. Ni kosa kubwa kutumia muda mwingi, na vipaji vingi vya wanaume na wanawake, katika utengenezaji wa vyakula, wakati hakuna jitihada maalum zinazofanywa wakati huo huo katika kuwapa watu wengi mkate wa uzima. Hatari kubwa huhudhuria katika kazi ambayo kwa kusudi lake

halina ufunuo wa kuwaonyesha watu njia ya uzima wa milele.Manuscript 10, 1906 (Counsels on Diet and Foods, 277).[HFM 92.1]

SEHEMU YA TATU—VIPENGEE MBALIMBALI

Njaa Inapoongezeka, Vyakula Vitarahisisishwa Swali la chakula bado halijafikia kwenye ukamilifu. Bado kuna mengi ya kujifunza katika mstari huu. Bwana anatamani akili za watu Wake ulimwenguni pote ziwe katika hali ambayo wanaweza kupokea hisia Zake kuhusu uchanganyaji wa viungo fulani katika utengenezaji wa vyakula, jambo ambalo litakuwa jambo la lazima, lakini bado havijazalishwa. HFM 92.2

Kadiri njaa na uhitaji na dhiki inavyoongezeka zaidi na zaidi ulimwenguni, uzalishaji wa vyakula vya afya utarahisisishwa sana. Wale wanaoshiriki katika kazi hii wanapaswa kujifunza daima kutoka kwa Mwalimu Mkuu, ambaye anawapenda watu Wake, na siku zote Yeye huweka mbele Zake, mema yao.Manuscript 14, 1901 (Counsels on Diet and Foods, 271) (Wakati wa njaa, watu wanakula chakula sahili, na hawachezei chakula kwa kukishugulikia kwa kukichemsha, kisha kukioka, kisha kukikaanga, ambao ndiyo umekuwa mtindo wa utengenezaji wa vyakula siku hizi, ikiwemo na kutupa sehemu za muhimu za lishe, mfano katika kutengeneza nyama za unga wa ngano za gluten, unga mwingi unaoshwa baada ya kukandwa na kupotea). HFM 92.3

Vyakula Kutoka kwa Bidhaa zetu zilzo pahali mahalia Katika Nchi Tofauti (bidhaa zinazopatikana wenyeji wanapoishi)

Bwana atawapa akili watu wengi, kuhusiana na vyakula vya afya katika sehemu mbalimbali duniani. Yeye Anaweza kutandaza meza nyikani. Vyakula vya afya vinapaswa kutayarishwa na makanisa yetu ambayo yanajaribu kuishi n akutekeleza kanuni za mataengenezo ya afya. Lakini kwa hakika wanapokuwa wanafanya hivi, wengine watasema kwamba walikuwa wanakiuka haki zao. Lakini ni nani aliyewapa hekima ya kutayarisha vyakula hivyo?—Ni Mungu wa mbinguni. Mungu huyo huyo atawapa hekima watu Wake katika nchi mbalimbali kutumia mazao ya nchi zao katika kuandaa vyakula vya afya. Watu wetu wanapaswa kufanya majaribio ya matunda na nafaka na mizizi katika nchi wanamoishi, kwa njia rahisi, na za bei nafuu. Vyakula vya afya vyenye bei nafuu vinapaswa kutengenezwa kwa manufaa ya maskini na kwa manufaa ya familia za watu wetu wenyewe, katika nchi mbalimbali . HFM 93.1

Ujumbe ambao Mungu amenipa ni kwamba watu Wake katika nchi za nje ya Marekani wasitegemee kuagiziwa kutoka Marekani vyakula vya afya .

Usafirishaji wa bidhaa hizi kwa ndege, treni au meli,hufanya gharama ya vyakula hivi kuwa ya juu kiasi kwamba maskini, ambao ni wa thamani mbele ya Mungu sawa na matajiri, hawawezi kuwa na faida navyo. HFM 93.2

Vyakula vya afya ni uzalishaji wa Mungu, na Yeye atawafundisha watu Wake katika nyanja za umishenari ili kuunganisha mazao ya ardhi, ili kwamba vyakula sahili, vya bei nafuu, na vya afya vitazalishwa. Ikiwa watatafuta hekima kutoka kwa Mungu, atawafundisha jinsi ya kupanga na kutumia bidhaa hizi walizozizalisha, nimeagizwa kusema, Msiwakataze.Manuscript 40, 1902 (Counsels on Diet

and Foods, 271-2). HFM 93.3

Kila Mkahawa wa afya na Usafi uwe ni Shule Katika miji yetu watenda kazi wanaopendezwa watashikilia safu mbalimbali za jitihada za umishenari.

Migahawa ya usafi itaanzishwa. Lakini kazi hii

inapaswa kufanywa kwa uangalifu mkubwa wa kiasi gani! Wale wanaofanya kazi katika migahawa hii wanapaswa kufanya majaribio na utafiti wa kila mara, ili wapate kujifunza jinsi ya kuandaa vyakula vyenye ladha nzuri na vyenye afya. Kila mgahawa wa afya na usafi unapaswa kuwa shule ya watendakazi waliounganishwa na huo

mgahawa. Katika miji mstari

huu wa kazi unaweza kufanywa kwa kiwango kikubwa zaidi kuliko katika maeneo madogo-madogo. Lakini katika kila mahali palipo na kanisa na shule ya kanisa, mafundisho yanapaswa kutolewa kuhusiana na utayarishaji sahili wa vyakula vya afya kwa ajili ya matumizi ya wale wanaotaka kuishi kulingana na kanuni za matengenezo ya afya. Na katika nyanja zetu zote za umishenari kazi kama hiyo inaweza kufanywa.Manuscript 79, 1900 (Counsels on Diet and Foods, 274-5). HFM 94.1

MiGahawa Yetu inapaswa Kusimamia Kanuni Utahitaji kujilinda mara kwa mara dhidi ya kuanzishwa kwa hili na lile jipya, ambalo, ingawa linaonekana kutokuwa na madhara, lingeongoza kwenye kudhabihu kanuni ambazo zinapaswa kudumishwa katika kazi yetu ya mgahawa.... Hatupaswi kutarajia kwamba wale ambao maisha yao yote wameendekeza uchu wa kula wataelewa jinsi ya kuandaa chakula ambacho kitakuwa cha afya (kisichokuwa junkfood),, kisichokobolewa au kusindikwa, rahisi/sahili, na cha kupendeza mara moja. Hii ndiyo sayansi ambayo kila mkahawa wa sanitarium na afya unapaswa kufunza watu HFM 94.2

Ikiwa ufadhili wa wawezeshaji kwenye migahawa yetu utapungua kwa sababu tunakataa kudhaibu kanuni zinazofaa, basi afadhali ufadhili huu upungue. Ni lazima tushike njia ya Bwana, kupitia ripoti mbaya pamoja na ripoti njema. HFM 94.3

Lengo kuu la Kazi ya Chakula cha Afya Ninawasilisha mambo haya kwenu katika barua zangu ili kukusaidia kushikamana na haki na kutupilia mbali yale ambayo hatuwezi kuyaleta kwenye Sanitarium na migahawa yetu bila kudhabihu kanuni tulizopewa na Mungu.Barua ya 201, 1902 (Mashauri kuhusu Mlo na Vyakula, 275). HFM 95.1