**201105**

**Кеннет Купер. Екіншісі**

***«Әлде денелеріңнің Киелі Рух мекендейтін киелі үй екенін білмейсіңдер ме? Сендер Құдайдан қабылдаған Киелі Рух бойларыңнан орын алды. Енді өз меншіктерің емессіңдер, Иеміз сендерді үлкен құн төлеп, күнәнің құлдығынан азат етті. Ендеше денелеріңмен Құдайдың даңқын арттырыңдар!»***

***(Қорынттықт. 1-хат 6:19-20)***

Бірақ көптеген кездесулер мен саяхаттар оның рухани өміріне соққы берді. Қауымда өскенімен, оның рухани өмірі күмән мен түсініксіздіктерден өзгеріп кетті. Құдаймен ешқандай қарым-қатынасы жоқ екенін сезіп, «ішкі адам» моделін өзгерту қажет екенін түсінді. Ол қауымға барып, күн сайын таңертең отыз минут бойы Құдай Сөзін, Киелі Кітапты, оқуға уақыт бөле бастады. Купер мінажат ете бастады және өзінің дәрістеріне рухани сабақтарды енгізді. Оның өмірі жақсарып, кейін ол мыңдаған адамдарға рухани және тәни жағынан да көмектесе алды.

Купер, дене бітімімізді сақтап калуда, рухани адалдық пен рухани бағышталудан асқан түрткі жоқ деп санайды. Сізге мына сұрақты қоюға рұқсат етіңіз: «Тәни жағдайыңыз қандай?» Қиын жұмыс, стресстік жағдайлармен және тұрмыстық проблемалар, адамды тіпті өлімге әкелуі мүмкін. Осындай жағдайдан қалай шығуға болады? Біріншіден, сіздің денеңіз – бұл, Киелі Рухтың киелі үйі. Бұны ұмытпаңыз. Біраз уақыт бөліп, Қорынттықтарға арналған 1-хаттың, алтыншы тарауын оқып шығыңыз, онда елші Пауыл, сіздің денеңіз - бұл, Киелі Рухтың киелі үйі екенін атап өтеді. Содан кейін, «киелі үйіңізді жарамды қалыпқа жеткізу» бағдарламасын бастаңыз. Таңертең ерте тұрыңыз, дұрыс тамақтануды бастаңыз, бұл барлық майлы тамақтардан бас тартуды білдіреді. Лифттен бас тартып, баспалдақпен жүріңіз. Көліктің орнына велосипедті пайдаланыңыз. Өзіңізді ұстай біліңіз.

«Менде уақыт жоқ» деген сөз тіркесін, өзіңіздің сөздік қорыңыздан алып тастаңыз, өйткені шыныменде маңызды нәрсеге әрдайым уақыт табылады. Доктор Кеннет Купер өзінің уағыздаған нәрсесін орындайды, және сіз де бұны орындай аласыз. Бұл сізді инфаркттан немесе басқа аурулардан сақтап қана қоймай, өзіңізді жақсы сезінуге және айналаңыздағы әлемді қуанышпен қабылдауға мүмкіндік береді. Бұл шындық.