

générale.» – Jean Sharffenberg, *Vibrant Life*, mai/juin 1992, p.18. Ce médecin a aussi déclaré que des études portant sur des adventistes aux Pays-Bas, en Norvège et en Pologne ont montré les mêmes résultats.

Les chercheurs attribuent cette durée de vie prolongée des adventistes à leur observance des principes de vie soulignés dans ce guide.

Les études ont démontré que les mormons ont aussi l'un des taux les plus bas de maladies cardiaques. Ils ne boivent pas d'alcool ni de boissons contenant de la caféine et ne fument pas.

Bien sûr, il faut ajouter que, malheureusement, dans le monde de péché qui est le nôtre, l'idéal n'existe plus. L'hérédité, la pollution, les conditions de travail et bien d'autres facteurs peuvent provoquer parfois des faiblesses, des déficiences ou des maladies même chez ceux qui ont eu la meilleure hygiène de vie possible. Jusqu'à l'avènement du royaume de Dieu, la maladie et la mort séviront au milieu de nous.

Mais nous pouvons grandement contribuer à améliorer notre forme physique et à avoir la meilleure santé possible en appliquant les conseils de la Bible et en respectant les lois de la santé. Essayez et vous verrez la différence. La foi chrétienne est essentiellement pratique. Elle change notre mode de pensée et notre style de vie, pour notre bonheur et dans le but de mieux servir Dieu et les autres.

En raison du lien étroit existant entre l'esprit et le corps, les chrétiens qui vivent selon la Parole de Dieu voudront suivre les principes d'une vie saine tout en se préparant pour le retour de Jésus (Jean 10.10, 1 Jean 3.1-3). Car le Christ désire non seulement que nous soyons prêts à le rencontrer lors de son retour, mais aussi que nous jouissions d'une meilleure qualité de vie ici-bas. Nous pouvons coopérer avec lui en vivant selon les lois de la santé.