



Binecuvântările Sabatului

Sabat după-amiază

Text de memorat: „Apoi le-a zis: « _____ a fost făcut pentru _____, iar nu _____ pentru _____; așa că Fiul omului este Domn chiar și al _____.»” (Marcu 2:27,28)

Jodie era singura adventistă de ziua a șaptea din programul ei universitar de studii și faptul că nu participa la unele evenimente sociale în Sabat a făcut foarte vizibile convingerile ei.

Într-o zi a sunat-o una dintre prietenele ei, pe nume Gayle. Soțul acesteia urma să plece din oraș pentru șase săptămâni și ea a întrebat-o pe Jodie dacă ar vrea să petreacă următoarele șase seri de vineri la ea. Asta pentru că știa că oricum Jodie nu avea nimic de făcut în acele seri.

În următoarele patru săptămâni, în fiecare vineri seară au mâncat împreună, au cântat la instrumente, au împărtășit experiențe creștine și, în general, s-au bucurat una de compania celeilalte. În a cincea ocazie de vineri, Gayle i-a spus lui Jodie că fusese în oraș la cumpărături, și s-a uitat la ceas. „O, nu”, și-a zis ea. „Se apropie Sabatul!” Dintr-odată și-a dat seama că în cele patru ocazii de vineri seara ea trăise ceva nou în experiența ei creștină. Crescuse, învățase mai mult despre Dumnezeu și credința ei devenise mai profundă. Sabatul fusese o ocazie de educație și dezvoltare personală.

Este o istorie interesantă despre modul în care putem să ne gândim la Sabat, și anume, nu doar ca la o zi de odihnă, ci și ca la un mijloc de educație.

Te-ai întrebat vreodată de ce Dumnezeu a ales să ne dea două rapoarte armonioase despre creațiune în primele două capitole din Geneza? În Geneza 1 se relatează despre săptămâna creațiunii și despre minunatele transformări prin care a trecut pământul pe măsură ce i s-a dat formă și apoi viață. Totul a culminat cu crearea bărbatului și a femeii în a șasea zi. Geneza 2 analizează același raport, dar dintr-o perspectivă diferită, punând accentul pe ziua a șasea. Acum, Adam este în centrul tabloului și tot ce există – grădina, râurile și animalele – este prezentat ca fiind acolo pentru el și pentru Eva.

Creațiunea este un subiect prea profund ca să încapă într-un singur raport. În primul rând, noi învățăm despre Creatorul artistic și puternic care are ochiul format pentru frumusețea desăvârșită. Apoi, îl vedem pe Dumnezeuul relațiilor care vrea ca oamenii să se iubească și să aibă grijă unii de alții și de restul creației.

1. Cum înțelegem ce înseamnă binecuvântarea Sabatului?

Geneza 2:1-3

Imaginează-ți că ești Adam sau Eva în primul Sabat. Este prima ta zi ca om viu, prima zi cu partenera sau partenerul tău și prima ta zi cu Dumnezeu. Ce ocazie minunată de educație! Începi să înveți despre Dumnezeu care a creat atâta frumusețe. Te minunezi privind acum un elefant și, imediat după aceea, o broască – fiecare este unic. Zâmbești când vezi comicăriile girafei sau ale bivolului. Rămâi mut de uimire în fața atâtor culori și forme, fermecat de simfonia sunetelor; savurezi varietatea deliciilor de gusturi și mirosuri și te bucuri să simți încântarea din atingerea diferitelor texturi. Mai presus de orice, începi să înveți despre relații: responsabilitate, grijă, dragoste. Înveți să le cunoști cu Creatorul tău; apoi începi să le exersezi cu restul creației.

Primul Sabat nu avea cum să fie o experiență pasivă pentru Adam și Eva. A fost o ocazie creată de Dumnezeu pentru ei ca să-și îndrepte atenția asupra Creatorului și a ceea ce fusese creat.

Fă o listă cu diferitele oportunități de educație pe care Adam și Eva le-au avut în primul lor Sabat. Care dintre ele sunt relevante și astăzi, chiar dacă într-o formă diferită? Cum pot ele să-ți îmbogățească Sabatele?

Când i s-a cerut lui Moise să-i scoată pe israeliți din Egipt, este clar că ei pierduseră perspectiva statutului lor de copii ai lui Dumnezeu. Ei aveau nevoie să redescopere cine este Dumnezeu care le cere închinare și care le dă atâtea făgăduințe despre un viitor minunat. Sabatul a fost o experiență fundamentală de învățare în călătoria lor de redescoperire. El a devenit și un semnal clar pentru celelalte popoare despre relația specială dintre Dumnezeu și Israel. Experiența manei este o revelație a modelului educațional folosit de Dumnezeu cu israeliții.

2. Ce lecții trebuiau să învețe israeliții?

Exodul 16:14-29 _____

Dumnezeu le-a asigurat israeliților minunea manei, dându-le exact hrana suficientă de care aveau nevoie în fiecare zi. Dacă le-ar fi dat mai mult, ei ar fi uitat de la cine o primeau. Așa că Dumnezeu a făcut în fiecare zi câte o minune, și ei au văzut grija Sa. Totuși, situația era diferită în Sabat, ziua aceasta care urma să fie specială. Erau două minuni: o porție dublă de hrană vinerea și faptul că mâncarea nu se strica peste noapte. Aceasta a făcut din Sabat un motiv pentru care israeliții să fie uimiți de Dumnezeu, Izbăvitorul lor, și să redescopere semnificația statutului lor de popor al Său.

Israelii au trebuit să mănânce mană timp de patruzeci de ani (Exodul 16:35). De asemenea, Dumnezeu i-a poruncit lui Moise să păstreze un omer de mană ca să le aducă aminte cum i-a hrănit El în pustie (vers. 32,33). Urma să fie și o aducere-aminte a experienței speciale din ziua de Sabat. Au fost și alte ocazii în care Dumnezeu le-a arătat foarte clar că Sabatul este special.

Sabatul a fost un mijloc prin care Dumnezeu i-a ajutat pe israeliți să-și redescopere identitatea și pe Dumnezeu lor. Li s-a cerut să asculte și să sfințească Sabatul, dar acest lucru a avut loc în cadrul dezvoltării unei înțelegeri mai profunde a caracterului Creatorului lor și al formării unei relații trainice, bazate pe făgăduințe.

Imaginează-ți că stai de vorbă cu un adolescent care consideră că Sabatul este „plictisitor”. El îl păzește doar pentru că așa spune Biblia și așa spun și părinții lui că trebuie să facă. Ce sugestii i-ai da care să-l ajute să (re)descopere Sabatul ca pe o experiență pozitivă de învățare?

Suișurile și coborâșurile experienței copiilor lui Israel cu Dumnezeu au fost strâns legate de modul în care s-au raportat la Sabat. Dumnezeu a văzut lipsa lor de dorință de a respecta Sabatul ca pe un semn al irelevanței Lui în viața fiecăruia dintre ei (Ieremia 17:19-27). Un angajament reînnoit față de Sabat a fost de asemenea parte a procesului de restaurare – un semn că prioritățile erau corecte. Isaia 58 prezintă un contrast interesant.

3. Ce îi spunea Dumnezeu poporului Său, lucru care este relevant și pentru noi, astăzi?

Isaia 58:1-14 _____

Prin închinarea și postul lor, israeliții se considerau poporul lui Dumnezeu, dar modul în care își trăiau viața după ce închinarea se încheia arată că ei făceau doar gesturile ce țin de un comportament corect; nu exista niciun devotament sincer, din inimă, față de Legea lui Dumnezeu. În continuarea capitolului, Isaia arată ce aștepta Dumnezeu de la poporul Lui.

Aceasta nu este totul. Recitește Isaia 58:13,14. De ce pune Dumnezeu accentul pe Sabat? Profetul folosește aici expresii similare cu cele din restul capitolului: „Dacă îți vei opri piciorul... ca să nu-ți faci gusturile tale... neurmând căile tale, ... neîndeletnicindu-te cu treburile tale și nededându-te la flecării”, avertizează el. Cu alte cuvinte, Sabatul nu este un timp în care să parcurgi rutina închinării în vreme ce te gândești la ale tale și trăiești o viață fără nicio legătură cu închinarea. Sabatul trebuie să fie o „desfătare” și să-l „cinstești”. În contextul din restul capitolului, Sabatul este prezentat ca fiind desfătarea de a învăța despre caracterul și obiectivele lui Dumnezeu și apoi de a transpune acel caracter și acele obiective în relațiile cu ceilalți. Să știi doar cum să respecti o formă de păzire a Sabatului și de închinare nu este suficient. Învățarea trebuie să aibă un impact asupra vieții. Sabatul este un timp de învățare și de trăire conform priorităților.

Este Sabatul o desfătare pentru tine? Dacă nu, ce poți face pentru a schimba lucrurile? Ai învățat „să cinstești” Sabatul? Discută în cadrul grupei ce ar putea însemna aceasta. Fii cât mai practic posibil!

Isus a respectat și a înălțat Legea lui Dumnezeu (Matei 5:17,18). Totuși, El i-a muștrănat pe conducătorii religioși pentru felul cum o interpretau. Niciuna dintre învățăturile Sale nu a reprezentat o amenințare mai mare față de autoritatea lor decât alegerile Sale cu privire la păzirea Sabatului. Sinagogile reușiseră să facă din Sabat o ocazie de educație – negreșit, Tora era citită și interpretată! Cărturarii și fariseii cunoșteau litera legii. Totuși, Isus a mers mai departe în educarea urmașilor Lui cu privire la ziua Sa de Sabat.

4. Ce îi învață Isus pe oamenii din vremea Sa și ce ne învață și pe noi, astăzi, prin aceste situații?

Matei 12:1-13 _____

Luca 13:10-17 _____

Controversele iscate în jurul vindecării făcute de Isus în Sabat au dus la debateri spirituale importante cu privire la natura păcatului, motivul pentru care a fost creat Sabatul, relația dintre Isus și Tatăl și natura autorității lui Isus.

Atitudinea lui Isus față de Sabat este rezumată bine în textul de memorat din săptămâna aceasta (Marcu 2:27,28). El a dorit să sublinieze că Sabatul nu ar trebui să fie o povară. El a fost creat ca să fie o oportunitate unică pentru oameni de a învăța despre caracterul lui Dumnezeu, care a făcut Sabatul, și de a învăța în mod experimental, apreciind creația Lui.

Dând naștere la întrebări prin intermediul acțiunilor Lui, Isus îi stimulează pe ucenicii Săi, pe liderii religioși și pe noroade să cugete mai adânc la Scripturi și la ce însemnau de fapt credința și Dumnezeul lor. Este ușor pentru oricare dintre noi să ne trezim prinși în reguli și reglementări care ar putea să nu fie rele, dar să devină un scop în sine mai degrabă decât un mijloc pentru a atinge un scop, iar acel scop ar trebui să fie cunoașterea caracterului Dumnezeului pe care Îl slujim. Și aceasta duce apoi la ascultarea noastră plină de credințioșie față de El, bazată pe încrederea în meritele neprihănirii Domnului Isus Hristos în dreptul nostru.

Ce poți spune despre modul în care păzești tu Sabatul? Ai transformat Sabatul pur și simplu într-o zi de genul „nu face asta și asta” sau este un timp în care te odihnești cu adevărat în Domnul și cauți să-L cunoști mai bine? Ce poți schimba ca să ai parte de mai mult din ceea ce intenționează Dumnezeu pentru tine?

Isus le-a dat ucenicilor Săi un model despre obiceiul prezenței săptămânale la sinagogă. După învierea Sa, ei au urmat mai departe acest model, așa cum au făcut și alți urmași ai lui Isus. Sinagoga a devenit unul dintre locurile în care apostolii vorbeau despre învierea lui Isus, iar Sabatul a oferit ocazia de aur pentru ca întreaga comunitate de credincioși să se adune și să învețe. La urma urmei, Isus era Mesia, Cel prezis în Vechiul Testament, despre care se citea în sinagogă în fiecare Sabat. Ce alt loc mai bun aveau credincioșii în care să-L susțină pe Isus decât în sinagogă, mai ales când dădeau mărturie în fața evreilor și a celor care „se temeau de Dumnezeu”? (Faptele 13:16,26).

5. Cum au dat apostolii mărturie în public? Pe măsură ce citești, gândește-te unde vorbeau ei, căror oameni li se adresau, ce se spunea și care au fost urmările?

Faptele 13:14-45; 16:13 _____

Faptele 17:1-5; 18:4 _____

Mărturia apostolilor era atât personală, cât și biblică. Pavel a relatat în detaliu istoria lui Israel, începând de la „părinții noștri” (Faptele 13:17) și experiența din Egipt, trecând apoi prin istoria de la stabilirea în Canaan până la judecători, la regi și la David, de la care a făcut o tranziție perfectă la Isus.

Pavel și alții au arătat cum experiența și înțelegerea lor se potriveau cu Scriptura. Ei au oferit informație și au dezbătut-o. Combinația dintre mărturia personală și Scriptură, transmisă prin predicare, învățare și discuții a fost foarte puternică. După cum arată pasajele biblice, unii conducători religioși au fost invidioși pe autoritatea apostolilor și pe puterea acestei învățături asupra oamenilor, atât asupra evreilor, cât și asupra neamurilor.

Și Biserica Adventistă de Ziua a Șaptea are o istorie puternică de mărturie încurajatoare și de interpretare a Bibliei atât prin predicare, cât și prin învățare, împărtășire a acestor cunoștințe. Combinația dintre Școala de Sabat, serviciul divin (predicare) și alte întâlniri din Sabat (întâlniri de tineret, de exemplu) oferă o bază educațională formală temeinică pentru închinarea adventistă. Deși are nevoie să fie completată de alte experiențe de învățare, închinarea este esențială pentru experiența educațională pe care o oferă Sabatul.

„Nicio altă instituție încredințată iudeilor n-a urmărit atât de mult să-i deosebească de neamurile din jurul lor cum a făcut-o Sabatul. Dumnezeu a intenționat ca păzirea lui să-i arate ca închinători ai Săi. Trebuia să fie un semn al despărțirii lor de idolatrie, al legăturii lor cu adevăratul Dumnezeu. Dar, pentru a sfinți Sabatul, și oamenii trebuie să fie sfinți. Prin credință, ei trebuie să ajungă părtași la neprihănirea lui Hristos. Când i s-a dat lui Israel porunca: «Adu-ți aminte de ziua de odihnă ca s-o sfințești», Domnul a mai spus și «Să-Mi fiți niște oameni sfinți» (Exodul 20:8; 22:31). Numai în felul acesta Sabatul putea să-i deosebească pe israeliți ca închinători ai lui Dumnezeu.” „Prin urmare, Sabatul este un semn al puterii lui Hristos de a ne sfinți ... Ca semn al puterii Sale sfințitoare, Sabatul le este dat tuturor acelorora care, prin Hristos, devin o parte a Israelului lui Dumnezeu.” – Ellen G. White, *Hristos, Lumina lumii*, pp. 283, 288–289.



Studiu la rând:

Ieremia 40–46

Evanghelizare, subcapitolul „Rebotezarea”

1. Al cui era hanul de lângă Betleem, unde s-au oprit cei ce se pregăteau să plece în Egipt?

2. Cum erau oamenii aceia care i-au spus lui Ieremia: „Minți!”?

3. Care erau cetățile din Egipt, unde locuiau iudeii fugiți de frica haldeilor (caldeenilor)?

4. Ce anume era comparat cu „fâșâitul unui șarpe”?

5. În ce pericol se vor afla cei care vor exagera cu privire la subiectul rebotezării?



I. Privire generală

Mai mult decât o pauză de douăzeci și patru de ore de la muncă, Sabatul este un dar din partea Creatorului nostru, un dar personal și bogat din punct de vedere teologic. Oricât de multe am ști despre Sabat, putem fi siguri că mai este întotdeauna ceva de descoperit.

Dar ce legătură are Sabatul cu educația? Gândește-te la momentele în care ai învățat cel mai mult despre Dumnezeu. Studiile biblice, predicile, părtășia, vorbitorii speciali, cântecele, seminarele, momentele de devoțional, taberele, mesele de părtășie – aceste momente au fost parte din orele de Sabat? Dacă ne gândim puțin, pentru mulți dintre noi Sabatul a fost o „universitate” în care, de-a lungul timpului, am fost inițiați, instruiți și continuăm să fim cercetători pe viață, învățând despre căile și Împărăția lui Dumnezeu.

Sabatul ne pune la dispoziție timp pentru a învăța din nou ce am uitat. Sabatul a fost un test pentru israeliți în pustie, când au primit mana, un test de încredere și de ascultare pentru a-i familiariza iarăși cu Dumnezeu după șederea în Egipt care îi dezorientase. Isus a sfințit Sabatul, arătând că este un timp potrivit pentru a ușura suferința umană, în loc de a face din tradiții o prioritate care înmulțea interdicțiile în Sabat (Matei 12:11,12). Mustrea lui genială, dar scurtă: „Sabatul a fost făcut pentru om, și nu omul pentru Sabat”, stă ca un monument de reeducare și îndreptare (Marcu 2:27). Isus este „Domn chiar și al Sabatului”, iar noi putem învăța despre Isus când studiem despre Sabat (Luca 6:5).

II. Comentariu

O mărturie despre motivații

Gândește-te un moment la o modalitate de a educa inima și mintea cuiva să asculte de Dumnezeu, inclusiv de porunca Sa legată de Sabat. De-a lungul anilor pare să fie o schimbare în bine când îi motivăm pe oameni să asculte de legile lui Dumnezeu.

Putem scoate în evidență consecințele negative ale neascultării (nenorocire, sclavie, pedeapsă și moarte). Putem folosi de asemenea și motivații pozitive, în care ascultarea să fie atât de atrăgător prezentată, încât oamenii să simtă că ratează o mare experiență dacă nu țin cont de legile lui Dumnezeu.

Am devenit foarte conștient de această dihotomie a motivațiilor când vorbesc cu creștini care nu sunt adventiști. Când au aflat că eu nu cred în existența iadului veșnic, doi creștini diferiți, care nu știau unul de altul, au făcut același comentariu în două ocazii diferite, de parcă ar fi citit același text: „Nu se pierde din forța evanghelizării și a câștigării de suflete pentru că nu te folosești

de învățătura iadului care arde veșnic?” Îmi amintesc cât de tare m-a șocat acest comentariu și, reprimându-mi simțămintele, le-am spus că eram de părere că planul de răscumpărare și caracterul lui Isus aveau suficientă putere de a-i cuceri și a-i atrage pe oameni în mod practic la Dumnezeu. Amândoi au continuat repede, oarecum stânjeniți, cu ceva de genul: „Desigur, ar trebui să funcționeze și asta.” M-am gândit în tăcere: „Da, sper că da!” Însă, în esență, răspunsul lor automat la poziția mea față de existența unui iad veșnic a fost: „Cum poți să duci oamenii în cer fără să crești temperatura iadului?” Observă cum teologia influențează în mod inevitabil evanghelizarea.

Am ajuns să îmi dau seama, poate pentru prima dată, că *lucrarea de evanghelizare a Bisericii Adventiste de Ziua a Șaptea și, prin extensie, educația au obligația unică de a face cunoscut caracterul lui Dumnezeu pentru a-L prezenta în așa fel încât oamenii să fie atrași, nu forțați psihologic*. Și spun la modul serios *forțați psihologic*.

Pentru că, sincer vorbind, dacă soarta celui pierdut este chinul iadului veșnic, nu mi-ar păsa câtuși de puțin cine este Dumnezeu, ci m-ar interesa doar care sunt cuvintele magice sau doctrinele ortodoxe în care să cred ca să pot scăpa de coșmarul focului veșnic! Cine știe cât de mult își umplu bisericile scaunele folosind acest argument?! Dar educația adventistă nu folosește cu elevii ei asemenea „instrumente”. Desigur, moartea finală și regretele sunt măsuri negative legitime și, în unele cazuri, s-ar putea apela la ele pentru a determina pe cineva să se gândească serios la viitorul lui. Dar, pentru fiecare măsură negativă, există o mulțime de altele pozitive care îl pot îndemna să aibă în vedere mai degrabă ce vor primi decât ce trebuie să evite. Gândește-te la o căsnicie fericită: frica de durere sau de consecințele complicate ale divorțului îi ține pe parteneri împreună sau este altceva care îi ține uniți? Să folosim aceste gânduri pentru a înțelege semnificația Sabatului.

Sunt 89 de capitole în cele patru evanghelii. Este relativ ușor să vedem câte dintre aceste capitole vorbesc despre înțelegerea lui Isus cu privire la Sabat. Sunt 11 astfel de cazuri. Aceasta înseamnă că unul din 8 capitole din evangheliile menționează reformele aduse de Domnul în ce privește păzirea Sabatului. Aceste număr considerabil devine și mai relevant când ne amintim două lucruri: (1) Isus a făcut atât de multe lucruri, încât, dacă ar fi fost scrise, presupune Ioan, „nici chiar în lumea asta n-ar fi putut încăpea cărțile care s-ar fi scris” (Ioan 21:25). (2) Primele evanghelii au fost scrise, probabil, după vreo treizeci de ani de la înălțarea Domnului Isus. Să analizăm acum cele două realități. Printre majoritatea creștinilor există presupunerea că instituția Sabatului a încetat să mai fie valabilă la cruce. Dacă instituția Sabatului ar fi fost scoasă

deja din uz de treizeci de ani, cum ar fi putut fi relevant acest accent pus pe importanța Sabatului pentru biserica aflată în perioada formării, dat fiind că exista atât de mult material despre viața lui Isus, care ar fi putut fi consemnat? Un prim răspuns ar fi să spunem că Sabatul era păzit de primii creștini. Dar este posibil să existe o semnificație mai profundă decât aceasta. Iată câteva conexiuni interesante între Sabat, mântuire, Isus și Împărăția Sa, preluate din teza de doctorat a lui Gnana Robinson, *The Origin and Development of the Old Testament Sabbath – A Comprehensive Exegetical Approach*, iunie 1975, pp. 413–414, reprezentând opinia autorului:

1. Genealogiile evangheliștilor Matei și Luca sunt organizate conform unei dispunerii sabatice înșeptite sau bazate pe multiplii lui șapte. De exemplu, Matei prezintă trei grupe de câte 14 generații în care Avraam, David și Isus prezintă personajele centrale. Isus este împlinirea modelului de salvare profetizat în Israel. Luca menționează 77 de generații care încep exact de la creațiune și ajung până la Isus. Legătura dintre Isus și creațiune prin intermediul genealogiilor ne arată că mântuirea Sa este pentru întreaga omenire, acesta fiind un adevăr fundamental pe care Sabatul îl simbolizează.

2. Faptul că Isus este „Domn al Sabatului” (vezi Matei 12:8) înseamnă că Sabatul îi aparține lui Mesia așa cum l-a aparținut lui Yahve în Vechiul Testament. În Vechiul Testament, Sabatul a fost un semn al legământului pe care Dumnezeu l-a avut cu Israel pentru ca poporul să știe că Acela care este Domnul Sabatului este Dumnezeu (Ezechiel 20:20) și că El este cel care îl sfințește (Ezechiel 20:12; Exodul 31:13). Și străinului care păzea Sabatul i s-a dat garanția că va primi „un loc ... și un nume veșnic care nu se va stinge” în Casa Sa (Isaia 56:5), care trebuie să fie o casă de rugăciune „pentru toate popoarele” (vers. 7). În sensul acesta, Sabatul este categoric dat pentru ... om, pentru salvarea lui. Isus întărește aceste aspecte când întreabă în mod retoric dacă Sabatul este un timp în care să „scapi viața” (Marcu 3:4) și să dezlegi pe cel suferind de „legătura” suferinței (Luca 13:16). În Vechiul Testament, Sabatul este strâns legat de lucrarea de salvare (Deuteronomul 5:15) și același lucru este valabil în Noul Testament.

3. După cum în Vechiul Testament templul era un loc al iertării, al eliberării și al salvării, tot așa Isus, care este mai mare decât templul, este acum Cel prin care se realizează mântuirea. Salvarea pe care o aduce Isus se vede foarte pregnant în vindecările pe care le-a făcut (cuvântul pentru „a salva” este *sozo* și se folosește adesea cu referire la vindecarea fizică; de exemplu, Matei 9:22; Marcu 6:56; Luca 17:19). Isus alege să facă aceste vindecări în Sabat (Marcu 3:4; Luca 13:10; Ioan 5:1,9). Fiecare dintre aceste cazuri și altele ar fi putut

să aștepte până într-o altă zi în afară de Sabat, dar poate că Isus a intenționat să arate iminența Împărăției lui Dumnezeu (Luca 4:16-19; 7:22) și corelează intenționat salvarea cu Sabatul, pentru ca el să rămână un semn al Împărăției mesianice.

III. Aplicație

Iată câteva sfaturi practice despre cum să înveți mai multe lucruri despre Sabat, în afară de acela că el trebuie să fie încă păzit:

1. Citește și ascultă materiale teologice mai avansate puse la dispoziție de Institutul de Cercetări Biblice al bisericii și de Societatea Teologică Adventistă. Chiar dacă înțelegi doar 40% din ce citești, tot vei învăța ceva și capacitatea ta de înțelegere se va mări fiind solicitată în acest fel.

2. Înființează un mic grup de lectură care să ia în studiu materiale mai dificile despre Sabat. În felul acesta vă puteți ajuta susținându-vă unul pe altul.