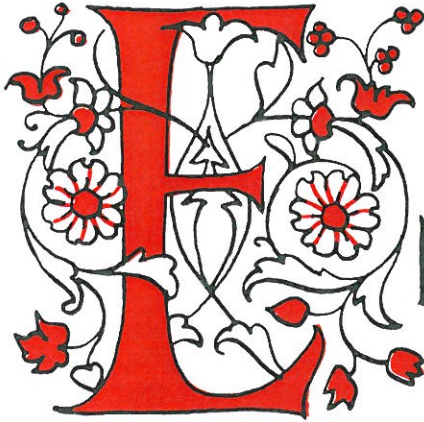


# Aktiv Pensjonstid

Nr. 2 - 2. kvartal 1998 - 9. årgang



*Bjørnstjerne Bjørnson*

Lek din neste,  
du kristensjel,  
tred ham ikke med jernskodd hæl,  
ligger han enn i støvet!  
Alt som lever, er underlagt  
kjærlighetens gjenskaper-makt,  
bliver den bare prøvet.

# De jernskodde heler

Av Alfred C. Berger

Han hadde alltid vært undertrykket, tilsidesatt og forbigått. Var det smilet hans, hans underdanige og ydmyke opptreden som gjorde det? Var det hans tydelig kristelige oppførsel i alle forhold? Vi vet ikke. Men i tretti år hadde han tjent sin bedrift trofast og selvoppofrende. Forbigått gang etter gang når det gjaldt forfremmelse, bevisst holdt nede lønnsmessig og tilsidesatt på alle måter. Han bar tittelen korrekturleser, men hadde i mange år fungert som redaktørens uunnværlige høyre hånd. Mange av redaksjonens store bragder var egentlig hans fortjeneste, selv om de ble tilskrevet andre i høyere posisjoner. Medredaktør burde vært hans stilling, med den lønn dette innebar. I stedet hadde han etter tretti års tjeneste en lønn som lå under to tredjedeler av hva han burde hatt.

En dag kom forandringen dalende ned i fanget hans i form av en forespørsel fra den verdensorganisasjon han var et lite ledd i. Ville han akseptere en redaktørstilling i et fjernt land? Han sa ja. Han var vant til å si det. Ydmyk, selvutslettende som sitt store forbilde, Jesus Kristus.

Om han trodde at de jernskodde nå ikke ville følge ham mer, tok han feil. For en dag lå et brev på bordet til styreformannen i den bedrift han nå skulle arbeide. Brevet kom endog før han selv ble forflyttet. Nå het det at på grunn av «moralen» blant hans tidligere arbeidskamerater, burde man være meget tilbakeholdne med å heve hans lønnsnivå.

Ved første styremøte på hans nye arbeidssted foregikk det en stille kamp. Styreformannen, som kom fra «moderlandet», og enkelte andre ønsket å følge de jernskoddes «moralske» råd. Bedriftslederen i hans nye arbeidsplass måtte reise seg i kampens hete. Og resultatet ble som det burde. Lønn opp til det nivå den burde ha vært i mange år, pluss det ansvarstillegg og de fullstendige

privilegier i ansvarsområde og styresammenheng som stillingen tilsa. Brevet fra de jernskodde ble lagt i en mappe og aldri hentet frem. Hvordan styreformannen besvarte det, vet bare han og de som fikk svaret.

Noen dager senere, når han som nybakt redaktør hadde fått sitt tiltredelsesbrev, kom han stille inn på sin nye bedriftsleders kontor. Han stilte seg foran skrivepulten, rettet seg opp, så sin nye leder inn i øynene og sa: «Takk, bror, du har gjort meg til en mann!» Lønn og ansvarstillegg ble ikke nevnt. Det spørsmålet var underordnet. Det var menneskeverdet han hadde fått som var gleden i hans hjerte. De to så på hverandre, og forsto. Den nye redaktøren vokste, ble bok- og artikkelforfatter, redigerte religiøse tidsskrifter som ble lest av hundretusener.

Det er nettopp dette Jesus ønsker å fortelle oss. Vi er satt i verden, i hver vår posisjon, for å bygge og styrke våre medmennesker. Ikke rive dem ned, undertrykke dem og tilsidesette dem. Jesus hentet sine medarbeidere fra de fattige fiskeres og de forhatte tolderes miljø. Han ga dem tillit, en posisjon i sin krets, og et egenverd som menneske. Peter, denne uregjerlige og fremfusende fiskeren som Jesus valgte som sin apostel, vokste også. Han vokste fordi Jesus ga ham menneskeverd. På pinsefestens dag holdt han en tale så modig og glimrende at han står der lysende og mektig blant verdens fremste oratorer.

Har vi jernskodde heler? La oss se etter, og gjøre hva vi kan for å fjerne jernene! Stans kritikken, bakvaskelsen og mistenkeliggjøringen, tilsidesettelsen og den stillfarenne forakten. Gi vår neste den plass i samfunnet som vil gjøre at han eller hun vokser i kristen erfaring. Det er ikke din og min posisjon og våre bragder som teller. La oss gi vår neste rom! Det vi selv vil vokse på, er vår respekt for og fremhevelse av vår nestes kvaliteter.

---

Forsiden er kallgrafert av Jakob Rask Arnesen

# Vi separeres etter alder

– Vi har utviklet et samfunn i Norden som går enda lengre enn de fleste andre vestlige samfunn i retning av å separere folk etter alder. Dette er tankevekkende. Kan det skyldes at vi i Norge blir tidligere senile enn andre ?

*Av Øivind Gjertsen*

Ovenstående er hentet fra en artikkel basert på et foredrag av professor i teologi Inge Lønning, tidligere rektor ved Universitetet i Oslo, 60-åringen som nå dessuten representerer Høyre på Stortinget og nylig ble valgt som partiets 1. viseleder.

Artikkelen fikk jeg i posten fra et eldre SDA-ektepar. Dette er pensjonerte, meget aktive misjonsarbeidere, som har gjort en stor innsats i Guds verk. De mener at innholdet har relevans også i vår lille adventistiske mikrokverden. I brevet som fulgte artikkelen peker de på hvordan de ved et årsmøte var blitt meget skuffet over å oppdage at de eldre misjonsarbeiderne ikke var særlig godt representert. Da jeg for ikke lenge siden leste i et av våre blader at en yngre misjonsarbeider mener at de eldre er overrepresentert ved slike sammenkomster, gjorde jeg store øyne. Det skal bli interessant å registrere hva som skjer ved årets generalforsamlinger. Eldre mennesker tilbys gratis advokathjelp når det gjelder å begunstige SDA samfunnet med testamentariske gaver. Andre gaver blir også mottatt med tilfredshet. Hvordan er det så med det

vell av kunnskap og erfaring, ikke minst livsvisdom eldre søsken sitter inne med, og som dette samfunn har så desperat behov for nettopp i disse tider? Blir denne del av «gavepakken» også satt pris på eller hva?

Sol Seim ble pensjonert fra sin stilling ved Universitetet i Oslo som 70-åring i 1983, men har arbeidet som forsker siden da. Hun publiserte nylig en undersøkelse av en gruppe mennesker fra de var 13 år i 1939 og til de fylte 70 år i 1994. Undersøkelsen til Sol Seim har vakt internasjonal oppsikt. Tre jenteklasser og en gutteklasse med til sammen 100 personer ble med i studien i 1939. 49 av dem var med da den siste undersøkelsen ble foretatt i 1994. Gruppen ble også testet som 30-åringer og som 60-åringer, og Seim har brukt ulike intelligens-tester og en personlighetstest som bakgrunn for sine konklusjoner. Hun konkluderer med at man utvikler et mer modent følelsesliv fra 30- til 70-årsalderen. Dette er kanskje ikke uventet, men det ser også ut til at alder ikke hindrer at man opprettholder sin intellektuelle kapasitet, hvis man beholder sin fysiske helse. Mange 70-åringer gjorde det til og med bedre på testene enn de gjorde

som 60-åring. Interessant – og viktig å registrere for grupper og organisasjoner som har behov for dra-hjelp for å komme i gang med virksomheten eller i noen tilfeller for i det hele tatt å overleve.

Inge Lønning hevder at «store verk er gjort av mennesker som var helt unge eller var helt gamle». Det er ganske tankevekkende at i USA var en av de to kandidatene i presidentvalgkampen 73 år. Den eldste gjenvalgte senator i USA er 94 år. I Norge er det utenkelig at en person har en politisk framtid når han er fylt 65 år. Hvorfor det? Skyldes det at vi blir tidligere senile i Norge enn i andre land? Selv om senilitet i mange tilfeller er samfunnsskapt eller samfunnsbestilt. Mer enn at det er en biologisk betinget tilstand. Lønning sa at personer fra 65 år og oppover er både mentalt og fysisk i stand til å kunne brukes til viktige tillitsverv i samfunnet dersom vi var interessert i å bruke dem. I vårt samfunn har vi vennet oss til at aldersgrenser, når de først er knesatt i lovgivningen, skal gjelde uten unntak på absolutt alle områder. Og når vi først har bestemt oss til å gjennomføre aldersgrenser i arbeidslivet, så skal værsgod resten av den sosiale virkelighet følge med.

Det er svært mye som taler for at det aldersseparerte samfunn er den dårligste av samfunnsmodellene. Hvorfor det, spør Lønning.

– Fordi all tilgjengelig forskning og all sunn fornuft viser at aldringsprosessen er det mest individuelle som noe eksemplar av menneskeheten.

Det finnes mennesker som har gjort sitt beste når de passerer 25 og som stort sett tilbringer resten av livet med å gå i frø. Og der finnes mennesker som først begynner å blomstre når de har passert 80. Hvis man studerer menneskehetens kulturhistorie og ser på de virkelige originale og store frembringelser som er gjort, enten det er tekniske oppfinnelser eller det er diktverk, malerkunst, musikk osv. så er de fleste verk gjort av mennesker som var helt unge eller var helt gamle. Altså mennesker i gruppe en eller tre. Sjelden av dem som befant seg i midten. Gruppe to er den gruppen som er mest fantasiløs. Den mest nærsynte, den mest selvopptatte, den som er aller mest fiksert på dagen idag, dagen igår og dagen imorgen, men som sjelden har noe perspektiv på det de holder på med utover akkurat dagen idag. Derfor er det midtunge samfunn i mange tilfeller et dårlig fungerende samfunn rett og slett fordi det er dømt til å bli eller er et nærsynt samfunn.

Det er videre interessant å merke seg at nesten all makt i Norge utøves av de som befinner seg på midten av midtgruppen. Aldersutsnittet mellom 35 og 55 år. Dette gjelder vel også Adventistsamfunnet. Det finnes ekstremt få individer som sitter i sentrale maktposisjoner i dagens Norge som ikke hører hjemme i det lille utsnittet aldersmessig. Ifølge Lønning: «Vi har konstruert et samfunn som styres av middelaldrende mannfolk – av begge kjønn – og de ligner hverandre til forveksling.»



Aldringsprosessen har et symptom som er helt ufravikelig sikkert, og det er at med årene går tingene langsommere. Ting tar lengre tid. Ingen av oss forflytter oss hurtigere når vi er 60 enn når vi er 20. Og det gjelder også når det er snakk om den vitale aktivitet. Men det er ikke riktig som noen påstår at gamle mennesker ikke lærer. All forskning viser det motsatte, gamle mennesker lærer like godt som yngre mennesker. Faktisk helt opp i støvets år dersom det ikke inntreffer sykdommer av alvorlig art. De bruker lengre tid. Men de eldre har det fortrinn at de skjønner det de lærer. De kan plassere ny kunnskap inn i en sammenheng innenfor en horisont hvor det er mulig å holde styr på den og hvor det framfor alt er mulig å se proposjoner. Skjelne bagateller fra det som er virkelig viktig. Den evnen mangler de yngre fordi de ikke har livserfaring.

Blir vi dummere når vi blir eldre? Denne myten kan vi avlive. Man blir ikke dummere med årene. Eldre er ikke mindre intelligente enn de yngre. Sol Seims undersøkelse viser at gjennomsnittlig holder intelligensen seg. Hun peker også på at det nytter å

hjernejogge. Det er nettopp dette som holder henne vital og levende i høy alder.

Har Adventistsamfunnet bruk for sine eldre? Jeg mener virkelig bruk for dem. Betyr de eldres meninger noe, også når store og konsekvensviktige beslutninger taes? Eller avfeier man de eldres vurderinger som sentimentalt «gammelmanns-snakk» eller nostalgisk? Det finnes faktisk folk som forfekter slike holdninger. Det er sårende og ikke minst ukloke holdninger og sier vel mer om dem som bærer slike tanker til torgs enn de som settes i gapestokk.

Ja, vårt samfunn har bruk for de eldre. Hele menigheten er betydningsfull, unge som eldre. Alle har vi vår rolle å spille. Alle kan vi bidra til verdens fremme. Vi trenger bare å dyrke samarbeid, forståelse og omsorg for hverandre. Så oppfylles kanskje profetens ord også i vår tilværelse der han sier inspirert av Ånden:

«Se, jeg sender dere Elias, profeten, før Herrens dag kommer, den store og forferdelige. Han skal vende fedrenes hjerte til barna, og barnas hjerte til deres fedre, så jeg ikke skal komme og slå landet med bann.»

# En sangerferd for 50 år siden

*Av Jakob Rask Arnesen*

Det var en opprømt og spent forventning i og utenfor vogn 117 i Trondheimstoget på Oslo Ø fredag kveld 25. juni 1948. Fulgt av slekt og venner var Betel Sangkor med 30 medlemmer endelig klar til sin «store» Nord-Norge reise med årsmøtet i Tromsø som mål. Ny-innkjøpte hvite sangerluer syntes godt, humøret var på topp – og med mange formanende ord og gode ønsker ble vi vinket av sted. Drøye to uker nord i «spenningens land» lå foran oss.

Sabbats morgen kom vi tidsnok til Trondheim til å kunne syngre på gudstjenesten i Adventkirken, og senere også gi en «Underholdning», før vi mandag formiddag entret toget som i løpet av 12 timer skulle bringe oss til Mo i Rana. Tidlig neste morgen gikk ferden videre, vi passerte Polarsirkelen, og ved middagstid nådde vi endepunktet for jernbanen dengang. I Lønsdal oppe på Saltfjellet gikk vi over i buss som i løpet av dagen brakte oss mil etter mil gjennom et naturskjønt landskap, over Innhavet med en eventyrlig utsikt til den hvite Lofotveggen mot vest, og mange ferger, til en sen ankomst til Narvik som møtte oss med midnattssol. Onsdag kveld gav vi en konsert i Narvik kirke med solosang, pianosolo, diktlesning, andakt og våre beste sanger som Jag

är främling, Den heliga staden, Jeg så ham som barn, Skjønne land med evig vår – og selvfølgelig Barndomsminner fra Nordland og Fagert er landet. Kollekten gav kr 58,64.

Torsdag morgen 1. juli entret vi igjen Nord-Norge bussen, som i løpet av dagen brakte oss innom dype fjordarmer fram til Tromsø, der en blid og glad konferensformann, Paul Frivold, ønsket oss velkommen utenfor Adventkirken. Allerede samme kveld sang vi et par sanger til møtet. Årsmøtets forhandlingsmøter var ellers i full gang, men i løpet av fredagen assisterte vi ved møter både morgen, ettermiddag og kveld. Sabbaten var som ventelig opptatt med møter og sang, og etter kveldskonserten fikk vi i midnattssol være med en trosbror i hans romslige fiskeskøyte ut til Håkøybotn, vest for Tromsøya, der vi på nært hold fikk se tyskernes slagskip Tirpitz som var blitt bombet og senket høsten 1944.

Tirsdag 6. juli var vårt nordnorske oppdrag avsluttet, og litt spent kunne vi gå ombord i MS Sigurd Jarl som langs kystens «riksvei nr. 1» skulle bringe oss sør over til Trondheim – på dekksplass. Tre døgn på hurtigruta kan være så mangt, men sommerstid er det en enestående naturopplevelse når været er lagelig. Vi fikk ordnet det slik at de som ville kunne spise middag i 2. bordsetning på 1. klasse, og



fordi en nordmann jo ikke skal «sova bort sumarsnatten» disponerte vi en køye som kunne gå på omgang til den som for en stakket stund ville bytte ut liggestolen med utsikt på øvre dekk.

Det var mange plasser båten skulle innom, lasting av mye «fæsk» for eksport, men vi kom iallfall innom Trollfjorden i Raftsundet. I Stamsund ble vi liggende i flere timer, men den fryktede Vestfjorden møtte oss med havspeil inn mot Landegode og Bodø som var under oppbygging etter bombingene i 1940. (Lite ante jeg at jeg to år senere skulle komme tilbake dit som «prøvepredikant».) 30 sangere satte også et visst preg på ferden sørover. Vår kjære dirigent, Margit Rolandsen, var svært patriotisk, og ved hver avgang sørover skulle koret synge Ja, vi elsker, fra øvre dekk – til offiserenes milde fortvilelse fordi de jo måtte stå giv akt mens det skulle gis ordre om å kaste loss.

En times forsinkelse her og der vokste til 9 timer da vi omsider nådde Trondheim, men jernbanen var hel-

digvis underrettet, og med litt «sjøbein» kunne vi ta fatt på 10 timers togreise over Dovre til Lillehammer og det nylig åpnete Skogli Badesanatorium, der

vi ble godt mottatt av Magne Stavnem og hans lille stab. På sabbaten kunne vi glede gjestene med sang, og det ble også tid til en visitt opp til Hjørdis og Erik Arnesens nyåpnede rekonvalesent hjem Arneborg ved Mesnali, der vi gav en utendørs sangstund for gjestene, med andakt av EA. Søndag ettermiddag 11. juli gikk ferden «hjem» til Oslo, der gjensynsgleden var stor.

På forunderlig vis var Gud med oss under hele turen og la forholdene til rette. Jeg sender en hilsen til de mange kjære trossøsken nordpå som leser dette, og en særskilt hilsen til de 10 (!) av sangerne som er igjen. Med vemod tenker vi på dem som har lagt ned vandringsstaven i løpet av årene som har gått. Flere og flere minnebånd knytter oss til Hjemmet der oppe, det «Skjønne land med evig vår». Skal vi møtes hist ved floden?

# Mennesker jeg møtte

Av Gunnar Myrmo

Når de fleste av dine år ligger bak deg, hender det – og kanskje oftere enn før – at du blir i minnenes bok. Det kan være at enkelte minner smerter deg, andre bringer en dypfølt glede blandedt med vemod til din tanke. I de fleste minner har mennesker du møtte, hovedplassen. Det er som du vandrer gjennom et stort billedgalleri. I dette galleri ser du igjen så mange vidunderlige kristne mennesker som har beriket ditt liv. Du forstår at ved å ha møtt dem, er du blitt et rikere menneske, du har fått en videre horisont. Du har virkelig fått erfare sannheten i de ord Paulus engang skrev ned: «For ingen av oss lever for seg selv, og ingen dør for seg selv.» Livets og dødens innflytelse på våre liv har en dyptpløyende virkning for den enkelte av oss.

Jeg sto engang – som jeg har gjort så mange ganger – ved en åpen grav. De siste ord var sagt, den siste avskjed var tatt. Vi var på vei bort fra det siste hvilested for vår bror som var lagt til hvile. Jeg kom til å gå sammen med en av avdødes naboer. Han sa noen ord som jeg aldri har glemt – og aldri vil glemme. Ordene var som følger: «Han Sverre var nå en snill mann.» Så føyde han til: «Ja, han var nå altfor snill.» Selvfølgelig kunne vel disse ord sies om mange, men de ble sagt der

og da om et menneske som gjennom år hadde vært et Guds barn og et trofast medlem av Herrens menighet. Hvor det gjorde mitt hjerte godt den gangen, og hvor det har lyst for meg så mang en gang gjennom de mange år som er gått siden ordene ble sagt. De står der som en lysende fakkell som bringer vemodets glede til en som husker dem.

Ragna var alltid på sin faste plass i kirken når det var sabbat. Da vi lærte å kjenne henne, var hun blitt en eldre kvinne langt over 80 år. Hun var liten, og ikke spesielt rikt utrustet fra naturens side. I kirken så det ut som hun sov, hun satt stort sett med lukkede øyne. Men når et skriftsted ble lest, gjentok hun det alltid utenat lavt for seg selv. For Ragna sov slett ikke. Og Ragna kunne sin Bibel! I Ragnas ansikt hadde godheten og kjærligheten hun hadde funnet hos sin Frelser, satt sine uutslettelige spor. Freden og skjønnheten lyste ut fra hennes stillfærende vesen.

Det ble oss fortalt at det ble advart mot å la Ragna få komme inn i menigheten. Hun ville kanskje ikke være noen god representant. Men Ragna ble en prydd for sin menighet! Og alle elsket Ragna! Årene gikk, og alderen krevde sitt. Den siste tiden lå hun til sengs på sykestuen. Vi besøkte henne, og hun lå der så fredfull og med en atmosfære av himmelen rundt seg. Hun



visste at det snart var slutt. Hennes siste hil- sen til den menighet hun el- sket, var disse ord: «Vi møtes på den store dag.» Bare et par dager etterpå sloknet hun som et lys som brenner ned. Hun ba om å få noe å drikke, og pleiersken løftet henne opp så hun kunne være litt mere be- kvem. Da hun så ble lagt tilbake, ån- det hun ut.

Adventkirken var fylt til siste plass da hun ble stedt til hvile. Hun var et ensomt menneske, men mange var de som ville følge på den siste ferd. Det var ikke vanskelig å finne en tekst som passet for Ragna. Det ble de fire første saligprisningene, men det kun- ne godt vært alle. En sa til meg etter- på: «Hvis det var noen som var en

kristen, så var det Ragna.» Hvilket vitnesbyrd, hvilket etter- mæle.

«Vi møtes igjen på den store dag» var Ragnas siste hil- sen til sin menighet. Og den dag vil det være en strålende, ung Ragna som

vil få møte sin elskede Herre og Mester og sin kjære menighet igjen.

Det er godt å kunne se framover til et gjensyn. For med framtiden for øye vil det ikke sies: Mennesker jeg møtte – der lyder det: Mennesker jeg skal møte igjen!

Hebreerbrevets forfatter beskriver vitneskyen for oss. Men jeg, og vel også du, har møtt denne vitnesky i le- vende live. Ta vare på deres livs vit- nesbyrd, glem det ikke, la det være le- vende i din tanke og ditt sinn.

# Når vår tro blir satt på prøve

*Av Melkior Klaussen*

Vi kan se tilbake på et langt liv med vanskelige og harde prøvelser. Det var tider da vi stilte Gud dette spørsmålet: «Hvorfor skulle nå dette ramme akkurat oss. I ettertid kunne vi likevel se lys i hva Paulus sa: Alle ting tjener til det gode for dem som elsker Gud. Rom.8,28. I denne forbindelse minnes jeg Katanga-krigen i det tidligere Congo og hva en av våre innfødte pastorer fortalte oss under ett av sine besøk i hjemmet vårt i Blantyre, Malawi. Hans opplevelser ga uttrykk for vår egne opplevelser i denne grusomme krigen. Under krigen ble Adventistsamfunnets hovedkvarter i Elisabethville satt under ild og beskytt, men Guds beskyttelse var merkbart tilstede og ingen av våre arbeidere ble såret eller drept. Dog ble mange av våre trosfeller utsatt for store prøvelser og var i fare for sitt eget liv.

Pastor Jonas fortalte om sin egen erfaring som leder for en av våre internatskoler: «En dag ble skoleområdet invadert av en gruppe opprørsoldater. De kom inn på skoleområdet og arresterte meg og førte meg ut i et skogsområde nær et elveleie. Alt jeg hadde med meg av personlige eiendeler var min Bibel. Der ute rådslo de seg imellom og det ble foreslått at de skulle ta livet mitt og deretter kaste meg på elva.

Da var det at en av soldatene stod frem og sa: «Rør ikke denne mannen. Jeg kjenner ham godt. For noen år siden gikk jeg på skolen hans og han var min pastor. Han er et godt menneske. Gjør han ikke noe vondt!» Soldatene fortsatte å diskutere seg imellom og så endte det med at de førte meg videre inn i skogen til et bushfengsel hvor de tok klærne av meg. Dog fikk jeg beholde underklærne og best av alt – jeg fikk også beholde Bibelen min. Der inne i fengslet snek usikkerheten seg inn på meg og jeg vendte mitt ansikt til Gud i bønn og sa: «Gud, hvorfor lar du denne tildragelsen ramme akkurat meg? Jeg har jo vært din tjener i mange år og trofast vært et vitne for deg, og nå lar du meg oppleve dette. Hvorfor Herre?» Merkelig nok fikk jeg bevege meg ganske fritt i fengslet og snart fikk jeg vite at flere av fangene skulle henrettes neste dag. Med Bibelen i hånd gikk jeg fra rom til rom og snakket med nettopp disse fangene – fortalte dem om Jesus, hans lidelse og død på Golgatas kors, om oppstandelsen og frelseshåpet, og muligheten til å oppnå det evige liv ved troen på Jesus som frelser. Hele den kvelden og natten igjennom studerte jeg Guds Ord med disse og de fleste kom til troen på Jesus og var således rede til å møte skjebnetimen som ventet dem. Etter denne opplevelsen skjønte jeg hvorfor Gud hadde

tillatt at nettopp jeg skulle havne i dette bushfengslet. Det var noen der som måtte høre budskapet om frelsen i Jesus før de døde. Senere ble jag satt fri og kunne vende tilbake til min tjeneste ved internatskolen vår.»

Når vi oppsummerer hendelsene i våre liv, kan vi tydelig se hvordan Gud har grepet inn for å hjelpe oss. Apostelen Peter kunne si det slik: «Mine kjære: Vær ikke forundret over den ildprøve dere må igjennom som om det hendte dere noe merkelig. Gled dere jo mer dere får del i Kristi lidelser. 1. Pet. 4, 12.13 osv.

Vi må ofte gjennom vanskelige prøvelser i livets skole uten at vi til fulle kan fatte hvorfor, men senere skal vi skjønne – kanskje ikke før i evigheten. Dette var et tema som apostelen Paulus hadde stor erfaring med. Han sier: «Vi er alltid presset, men ikke knekket, vi er i tvil, men ikke fortvilet, forfulgt, men ikke forlatt, slått ned, men ikke slått ut. Derfor mister vi ikke motet. Og selv om vårt ytre menneske går til grunne, blir vårt

indre menneske fornyet dag for dag. – 2. Kor. 4, 8.9. og 16.osv.

Vi må ikke under noen omstendighet fortvile, men stole på Guds ledelse. «Kommer Herren til å glemme sitt folk i denne prøve? Selv om fienden kaster dem i fengsel, kan fengselsmurene likevel ikke avskjære dem fra samfunn med Kristus. Han som ser alle deres svakheter og kjenner alle deres fristelser, er opphøyet over all jordisk makt. Englene kommer til dem i deres ensomme celler og bringer lys og fred fra himmelen. Fengselet blir som et palass, for de som er rike i troen, bor der. De triste murer opplyses av et himmelsk lys

som da Paulus og Silas ba og sang lovsanger ved midnatt i fengselet i Filippi.»

(Ellen White: Mot Historiens Klimaks side 358.)

Vi kommer aldri til å glemme Pastor Jonas og hans opplevelse under Katanga-krigen.

Han avsluttet sin samtale i hjemmet vårt med å si: «Aldri senere i livet stilte jeg Gud spørsmålet, hvorfor? Jeg hadde sett og erfart Guds nådige ledelse og kunne derfor stole helt og fullt på ham i alt som hendte meg og min familie.»



# Fra Tromsø til College Place

*Av Thor Bakland*

Jeg var født i Tromsø i 1928 og vokste opp der til 1943 da jeg som 15 åring dro til Jeløy Bad hvor jeg arbeidet som gårdsgutt i ett år. Fra 1945 til 1947 var jeg elev på Onsrud i første og tredje klasse. Jeg hoppet over andre klasse. Sammen med Gunnar Aune, Arne Friis, Oddmund Andvik, Odd Wollan, Rolf Hansen, Elin Berglund og Edna Guleng gikk jeg opp som privatist til realskole-eksamen på Jessheim. Erling Olsen og Fritz Martinsen tok eksamen artium der på samme tid.

I 1947-48 gikk jeg på «studentfabrikken» Grimeland i Oslo. Jeg var elev på Engelsklinja, men på vårparten 1948 bestemte jeg meg for å ta Amerikalinjen istedenfor, og fikk plass på EMC, nå Andrews University. Jeg ankom USA med \$100 i lommen, hadde fått kjøpt dollarene av en General Conference mann som var på reise i Skandinavia den våren. Fikk billig lugar på en liten lastebåt fra Bergen til Montreal, og buss derfra til Berrien Springs. På EMC i de årene var der mange norske; Roald Guleng, Odd Jordal, Leif Kvalen, Alf Ulland, Thoralf-Gunn Paulsen, Ivar Salvesen, Rolf Rishaug, Kyrre Helmersen, og kanskje andre som jeg ikke kan huske nå.

I 1950 besøkte Paul Frivold EMC på vei til San Francisco GC. Han tok bilde av meg i malerdress. Jeg tjente skolepenger ved å male hus i feriene og i helgene. Rolf Rishaug, Ivar Salvesen og jeg var maler- partnere en sommer og hadde mange hyggelige stunder sammen. I september 1950 ble jeg gift med Jean Quimby fra Boston-området. Vi overtok Odd og Lilian Jordal's lille leilighet da de dro til Seminaret i Washington D.C. Husleien var \$25 per måned, og det var mange ganger tungt å finne penger nok til hus, mat, og skolepenger.

I 1952 graduerte jeg i historie og forretnings-fag; Leif Kvalen og Alf Ulland var klassekamerater og graduerte i teologi. Jean, vår lille datter, Debbie, og jeg dro til Boston hvor jeg ble videregående student ved Boston Universitet i et MBA program i utenriks-handel. Jeg graduerte i 1954 og ble ansatt i et amerikansk firma som hadde filialer i mange europeiske land, blant annet Norge. Etter graduasjon ble jeg en intern ved UN Secretariat, Economic Council i Manhattan. Så gikk turen til Norge hvor jeg ble salgssjef for det Amerikanske firmaets Oslo kontor. Vi var i Norge ett år, og vår datter Debbie og sønn Leif snakket flytende norsk etter noen måneder. »Big Business» var ikke så tilfredsstillende som vi hadde håpet, og vi bestemte oss for å

dra tilbake til USA. I 1958 ble jeg tannlegestudent på College of Medical Evangelists, nå Loma Linda University. Jean fikk jobb som folkeskolelærer i en naboby, Riverside, og jeg fortsatte som deltidsmaler for å klare skolepengene. I 1962 graduerte jeg fra Loma Linda University med tannlege doktorgraden. Vi dro til Massachusetts hvor jeg begynte privatpraksis i South Lancaster, like ved Atlantic Union College. Jeg ble interessert i tannlege-undervisning og fikk anledning, etter 10 års privat praksis, å komme til Long Island, New York. Der ble jeg stiftende fakultetsmedlem på en ny tannlegehøgskole på State University of New York at Stony Brook. Der var vi i fem år, og fikk se 2 klasser nybakte tannleger graduere. Jeg fikk så kall til Loma Linda i 1977 som professor på School of Dentistry. I Loma Linda var jeg i nesten 18 år, og jeg fikk anledning til å ha flere interessante stillinger: professor, klinikk-sjef for skolens odontologiske klinikker, sjef for University Medical Center Dental Department, og akademisk rektor på School of Dentistry. I 1994 gikk jeg av med pensjon, og Jean og jeg flyttet til College Place, Washington, hvor vår eldste datter Debbie og hennes mann Leonard Richter underviser piano på Walla Walla College. Vår yngste datter Julie er periodontist

(spesialist tannlege) i San-Diego området, og vår sønn Leif er tannlege i Massachusetts. Julie's mann er tannlege, min bror Leif er tannlege og underviser på Loma Linda University, og min søster Ruska's mann Ben Register, er også tannlege, så vi har litt av et monopol på tannrøkt.

Her i College Place liker vi oss godt. Jeg har ikke klart å sitte i gyngestolen enda, men maler fremdeles hus for venner og kjente, underviser et kurs på Walla Walla College i helseprofesjon, er styremedlem på det lokale hospital, og ble nylig valgt til borgermester i College Place for de neste fire år.

Astri Hestdalen er gift med Ralph Coupland, som er professor på Walla Walla College og de bor nær oss. Edith og David Tillgren er pensjonert og bor her også. De har stadig barnebarn og barnebarns barn som kommer til College her. Ellers er der ikke mange norske her, men vi inviterer gjerne på besøk dem av dere som reiser til USA nå og da. Det er veldig interessant å lese Aktiv Pensjonstid, og synes det er godt gjort av Paul Frivold, Alfred Berger, Johan Elisenberg, Jakob Arnesen, og andre å produsere et så godt tidsskrift. Mange takk fordi dere har satt meg på abonnentlisten, og lykke til med framtidige utgaver.



*Av Henning Jacobsen*

Der afholdes skandinavisk kongress på Himmerlandsgården fra den 10. - 17. august 1998.

SDA arbejdernes danske pensionistforening indbyder alle over 60 år fra Danmark, Norge og Sverige til at deltage i festligt og opbyggeligt samvær en hel uge på Himmerlandsgården fra mandag til mandag i nævnte periode.

Der har i de senere år været en meget populær seniorlejr på Himmerlandsgården i august måned, og i år har vi så udvidet den til at indbefatte venner fra hele Skandinavien. Det glæder vi os meget til. Det er nu to år siden, at der var en lignende meget

vellykket sammenkomst på Tyrifjord Videregående Skole, og vi håber at kunne gøre gengæld og indfri forventningerne til en lige så indholdsmættet uge.

Vi har indbudt en række kendte personer, som hver for sig vil være med til at løfte samværet op på et højt plan. Fra Danmark har vi bl. a. Børge Schants, og fra Norge Irene og Johan Elisenberg. Vi har også håb om, at Paul Sundquist fra Sverige vil være med os. Desuden bliver der besøg og indlæg af læge og en fysioterapeut, og den kendte altsanger Kirsten Dolberg har lovet at besøge os en aften. Der bliver også anledning til at deltage i forskellige hobbies nogle eftermiddage.

ge, for dem, som har lyst til det. Vi kan nævne billedskæring, billedmaling og glasslibning, hvor kyndige instruktører vil stå til rådighed.

De dage, hvor der ikke er udflugt, vil der være to åndelige møder om formiddagen med eftermiddagen fri til hobbies, spadsere-ture, eller hvad man har lyst til. Hver aften stort program med sang, billeder og indlæg.

Der er planlagt to udflugter. Onsdag er der heldagstur til Tyskland, hvor vi bl.a. skal besøge Shackenborg og Flensborg. Søndag bliver der eftermiddagstur til forskellige seværdigheder i Vendsyssel. Det er Jens Madsen, der sammen med vor populære buschauffør og turleder Aage Bech vil stå for disse arrangementer. Ud over de tidligere nævnte talere håber vi også at få besøg fra USA af Esther og Emmanuel Pedersen, som sikkert vil kunne give os en stor oplevelse med fortællinger fra deres righoldige erfaringer gennem et langt liv.

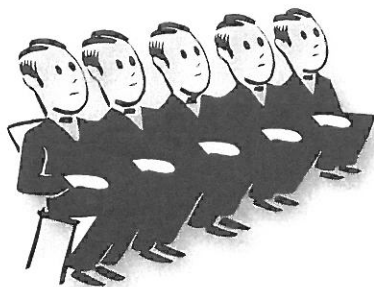
Prisen for syv døgn's ophold med fuld forplejning og Himmerlands-går-

dens berømte gode mad vil sammenlagt koste fra 1200,00 – 1700,00 kroner alt efter hvilken form for overnatning man vælger. Lidt mere præcist kan det siges, at i Anneksbygningen koster det kr. 1700,00 pr. person på dobbelværelse. I bjælkehytten kr. 1450,00. Den røde bygning kr. 1200,00. Der er også nogle få spejderhytter på området til fire personer for kr. 1450, pr. person.

Der er også stor campingplads på stedet, hvor overnatning er kr. 35,00 pr. person pr. nat. Enkeltmåltider koster kr. 30,00 for morgen, og kr. 45,00 for middag og aften. Muligvis må der også lejes sommerhuse i nærheden. De der tilmelder sig først har størst mulighed for at vælge. Tilmelding sker til pastor L. M. Jensen, Solbrinken 32, DK 8300 Odder. Telf. 86-541848. Tilmelding må ske inden 20 juni, men tidlig tilmelding tilrådes.

Vi glæder os og ser frem til et vel-signet samvær.

På vegne af danske SDA pensionister, siger vi på glædeligt gensyn.



# Sjeldne erfaringer i evangeliets tjeneste

*Av Ingvald Frantzen*

I det evangeliske arbeid, er det alltid et Guds under når et menneske blir vekket til forståelse for at Gud elsker oss alle med en evig kjærlighet. I forkynnelsen erfarer vi at de fleste nøyer seg med å høre ordet forkynt, uten at de følger opp med å gjøre hva ordet sier og forventer av oss. Men av og til blir noen så grepet av ordets klarhet og innbydelse, at de ikke synes at de kan komme tidsnok til livets kildevell, som Gud innbyr til.

Ved Nord-Norges Kurbad, fikk pasientene som kom til behandling, innbydelse til å ta et brevkurs enten i Bibelgaveplanen – eller ved De tusen hjemms brevskole, Norsk Bibelinstitutt. Flere fullførte to kurs ved sitt opphold i tre uker, og brukte all sin fritid til kursstudium. En kvinne som hadde en ektefelle som var baptist, forsto at både dåpen og hviledagen var klart fremholdt i Ordet, og bestemte seg for å bli døpt og tilsluttet menigheten før hun forlot Kurbadet. Men kvinnen hadde en alvorlig lammeelse i den ene foten, som gjorde at hun hadde en skinne på benet, og vanskelig kunne bevege seg i trapper. Som pastor tilbød jeg henne opptak uten dåp, men nei takk, dette ville hun ikke høre tale om. Hun skulle døpes på samme måte som Jesus, om hun bare fikk hjelp til å komme opp

og ut av dåpsbassenget. Hun fikk sin vilje, og reiste hjem med glede.

I et annet tilfelle, ringte bestyreren av et av byens aldershjem til Adventkirken, og ba om at pastoren måtte komme på besøk til en av de eldre, som var kommet i sjelenød. Da jeg besøkte ham fortalte han at han hadde gått til møter i vår kirke for mange år siden, og forstod at det var rett å følge Jesus og Hans ord, men hadde ikke fulgt opp. Nå hadde hans lege fortalt ham at han hadde en langt fremskreden kreft, og at han ikke ville leve mange dager. Nå var hans eneste bønn å bli døpt, slik at han kunne eie god samvittighet før han døde, og fred med Gud. Jeg lovet å oppfylle hans ønske, forutsatt at hans lege gikk god for ham. Og det gjorde legen, så mannen som var sengeliggende, sto opp, ble døpt, glad – og døde bare få dager etter lykkelig. Guds ord skal ikke vende tomt tilbake, sier profeten. Jes, 55,11. Gud være takk for det.

Jeg kan også nevne et tredje eksempel på en kvinne som tross høy alder, over 80 år, fullførte 2 brevskolekurs, og ble døpt. Da hun noe senere tok kontakt med meg, kunne hun fortelle at diplomene som hun hadde fått etter kursene, de hadde hun rammet inn og hengt på en av veggene i sitt hjem. »Ja,» sier hun, »jeg vet at jeg snart skal dø, men nå vil jeg mens



jeg ennå lever, at barna mine skal ha diplomene som minne etter meg, og min siste og største interesse, mens

jeg var i livet. Kanskje de også kan komme til ettertanke, når mor er borte. En kan aldri vite.»

# Chimas sidste bog

Denne kolportørberetning er hentet fra Afrikas folkerigeste nation Nigeria. Den ene af de store stammer, Ibo, som bor i den østlige del, ønskede i 1967 at løsrive sig. Dette resulterede i en blodig borgerkrig. Frankrige anerkendte den nye nation. Stormagterne støttede med våben og ammunition den gruppe, som fremmede deres interesser mest. Gennem de tre år, som krigen varede, var der utrolig megen lidelse og død.

Missionærerne fortsatte imidlertid ufortrødent deres arbejde. SDA havde to hospitaler og mange skoler i området. Ibostammen er meget uddannelsesminded. Pastor emer. Thorvald Kristensen, der var missionsdirektør i Vestafrika 1961-76 og 1977-78 fortæller denne spændende beretning om Guds indgriben i en kolportørs liv. Vi syntes, at vi vil dele den med vore læsere.

Paul Chima var elev i afgangsklassen på adventisternes college for kommende missionsarbejdere i Vestnigeria. Mistro mellem de forskellige folkestammer var brudt ud i voldshandlinger, der førte til borgerkrig. Iboerne fra Østnigeria flygtede overalt fra hausa-soldaterne. Tusinder nåede til deres hjemegn, men andre blev indhentet og led en brat død. Paul Chima var en af de få, der blev tilbage for at fuldføre sin uddannelse som prædikant. Borgerkrigen varede i 2 år.

I skoleferien havde Paul kolporteret i en by, der lå ca. 60 km fra skolen. Han skulle levere en del af bøgerne i løbet af skoleåret; men lad ham selv fortælle, hvad der skete, da han en dag var ude for at levere de sidste bøger.

Jeg havde mange bestillinger på bogen, *God's Answer (Guds svar)*. Leveringerne var gået fint, og der var kun 1 bog tilbage. Jeg havde besøgt det pågældende hus flere gange, men fandt ingen hjemme. Dagen var nu ved at være gået, og noget skuffet tog jeg en taxa sammen med andre rejsende for at køre tilbage til en anden del af byen, hvor jeg midlertidigt opholdt mig. Taxaen blev standset af en gruppe soldater, der alle var bevæbnet med geværer. Den befalende officer spurgte chaufføren, om der var nogen iboer i bilen, og jeg blev straks beordret ud, mens de andre kørte videre. «Kom med», sagde officeren, da jeg forsigtigt forsøgte at fortælle, hvem jeg var. «Modsætter du dig arrestationen?» «Nei», svarede jeg, «jeg studerer til præst og har været ude for at levere religiøse bøger.» «Vi tror dig ikke», svarede han, «du er sikkert én af de mange eftersøgte ibo-soldater.» Jeg bad en stille bøn til min almægtige Gud, om han ville holde soldaterne under kontrol, for jeg vidste, at nu ville et 3. grads forhør begynde.

«Hvad hedder du?» spurgte officeren. «Chima», svarede jeg. «Er du

ibo?» «Ja, jeg er ibo og hører hjemme i midtvest-regionen.» «Kender du Chukwuma?» «Nej», svarede jeg, «ham kender jeg ikke. Mit navn er Chima og ikke Chukwuma» (navnet på den officer, som man mente havde indledt oprøret.) Soldaterne blev rasende og slog løs på mig med geværkolber og knytnæver. «Vi tror ikke på, hvad du siger. Du lyver!» Jeg forsøgte at tale til dem på hausa, deres eget sprog, men ingenting hjalp. De var som besat af djævelen. «Kast ham ind i bilen og kør til barakkerne!» kommanderede officeren. Jeg vidste godt, hvad det betød. Enten ville jeg blive dræbt inde i bilen, eller skudt når vi ankom til barakkerne. Mange havde i de sidste uger oplevet det samme.

I de næste minutter passerede mit tidligere liv revy i mine tanker. Jeg tænkte på min tro. Min gerning. Min kone og mine børn. «Gud du har tidligere givet mit liv mening. Hvor er du?» sukede jeg. Gud viste sig senere at stå lige ved siden af mig.

Man hev mig ud af bilen og placerede mig så på forsædet

ved siden af officeren. Denne gav mig min bog tilbage. Den havde han taget fra mig. Han så længe på mig og spurgte: «Hvem er du egentlig?» Mens jeg stod der med bogen i hånden, syntes der at falde ro over soldaterne. Jeg vendte bogens forside hen mod officeren og læste titlen højt, så alle soldaterne kunne høre det.

«Guds svar – Jeg tror, at Gud er den eneste, der har svaret på de mange problemer vort land plages af i disse dage», sagde jeg, og så begyndte jeg at beskrive bogen, ligesom i en kolportagesituation. De så på mig med undren, mens jeg i stilhed takkede Gud.

Da jeg var færdig med min beskrivelse, sagde officeren: «Hør, min herre, vi bliver nødt til at lade dig gå, men det kan du takke den Gud for, som bogen taler om. Her er lidt penge. Find hurtigt en taxa og køр ud af byen. Du er i livsfare her. Hvis andre soldater anholder dig, er det ikke sikkert, det går lige så godt.»

Taxaen kørte hurtigt, mens jeg lagde mig ned på bagsædet og takkede den Gud, som besvarer bøn.»



## Trenger vi vitaminpiller?

Det er ikke vi som stiller spørsmålet, men slik lød overskriften på en meget bemerkelsesverdig kronikk nylig i landets konservative avis, Aftenposten!

Han skapte idrettshistorie, den danske sykkelrytteren, Bjarne Riis, da han vant Tour de France (Frankrike rundt) i 1996 – et sykkelløp som regnes for å være verdens tøffeste og vanskeligste idrettsprestasjon for sykkelryttere. Men han hadde et hemmelig våpen, denne danske idrettsmannen, et styrkemiddel han brukte med stort hell.

Samme metode har en annen idrettsmann benyttet. Helt fra han var en liten gutt, forteller han selv, har Børge Ousland hatt en dragning mot å utfordre naturkreftene. Han ønsker å vite hvor langt han kan nå med de krefter som er nedlagt i hans egen kropp. Og han har nådd lengre enn noe annet menneske. På ski alene til Nordpolen, tvers over Grønlandsisen, ensom til Frans Josefs land, alt uten noen hjelpemidler utenfra. Og så det helt utrolige, på ski tvers over Antarktis, fra Weddelhavet, over sydpolpunktet og ned til kysten av Rosshavet, som i sin tid var Amundsens utgangspunkt. En fullstendig utrolig og umenneskelig styrkeprøve man skulle tro et menneske ikke kunne gjennomføre. Men han hentet kroppslig styrke og utholdenhet fra det samme styrkemiddel som den

danske sykkelrytteren, og et utall av andre moderne idrettsmenn bruker.

Disse to, og alle de andre som gjør det samme, utnytter ganske enkelt de resultater som moderne og avansert ernæringsvitenskap nå er kommet frem til.

I Norges kanskje mest konservative og forsiktige avis, Aftenposten, sto det fredag den 23. januar i år en kronikk med tittelen »Trenger vi vitaminpiller?». Forfatteren er den norske forskeren Dag Poleszynski, godt kjent i de kretser som studerer ernæring. Han har studert ernæringsspørsmål i 20 år, som forsker for FN-universitetet i Tokyo, ved ernæringsstudier ved universitetet i Oslo og ved studier til en doktoravhandling finansiert av Norges Forskningsråd. Han har deltatt i utallige konferanser om terapeutisk bruk av kosttilskudd i Vest-Europa og Nord-Amerika.

Vi kan av plasshensyn ikke gjengi hele denne bemerkelsesverdige kronikken. Du får særtrykk om du henvender deg til Aftenpostens redaksjon. Vi vil bare i korthet gi deg hans svar på spørsmålet om vi trenger vitaminpiller. Her er han helt uenig med de fleste norske leger, som mener at et vanlig norsk kosthold er tilstrekkelig for å holde oss friske.

I korthet vil vi gjengi noen av de resultater vitenskapen er kommet frem til når det gjelder spørsmålet om vi trenger ekstra vitaminer i form av



et kosttilskudd. Spesielt for oss eldre kan dette være viktig å forstå. Dag Poleszynski forteller at mennesker med et høyt inntak av C-vitaminer hadde 51 prosent lavere dødelighet enn de med et lavere inntak. De hadde også 32 prosent mindre kreft og 47 prosent mindre hjerteinfarkt. Ved å øke doseringen av vitamin E til 300 IE, som er 30 ganger høyere enn norske anbefa-

linger, ble brystplager på grunn av angina pectoris sterkt redusert.

En oppfølging av 1100 eldre amerikanere i ni år viste at de som tok kosttilskudd hadde 34 prosent lavere dødelighet en andre. Vitamin E reduserte hyppigheten av hjerteinfarkt med 47 prosent, tillegg av C-vitamin reduserte den ytterligere. Ute i den vestlige verden har det nesten skjedd en re-



volusjon på synet om hva vi trenger av kosttilskudd.

Disse seriøse og internasjonalt orienterte medisinere og forskere har funnet ut at ved siden av de daglige næringsstoffene trenger vi vitaminer, mineraler, sporstoffer, antitoksiner og mikrosporstoffer. Og vi trenger dette i langt større mengder enn hva dagens kosthold kan gi oss. Grunnene til dette er mange – ødelagt landbruk på grunn av feil gjødsling, nærmest verdiløs ferdigmat, genmanipulasjon og mye annet. Det skyldes en næringsmiddelindustri som tenker bare på profitt og ikke på hva som er best for

kundene. Den fyller våre matvarer med alle slags mystiske E-stoffer og kjemikalier. Forskerne roper varsko og sier vi må sørge for å få de riktige mengder av nødvendige stoffer gjennom anerkjente kosttilskudd.

Og her er vi tilbake ved hemmeligheten til idrettsfolkene Bjarne Riis og Børge Ousland. Sammen med skarer av internasjonalt anerkjente idrettsfolk har de vendt ryggen til steroider og annet kunstig stimulans. De har undersøkt alle tilbud av kosttilskudd som finnes på markedet, og har stanset ved hva de mener er det beste blant det beste. De bruker et

nytt og internasjonalt anerkjent kostholdsprogram som går under navnet »Herbalife«. Det er både et trygt og ufarlig slankemiddel for dem som trenger det, og det er kroppsbyggende og helsefremmende middel for dem som trenger det. Det inneholder alt du trenger av vitaminer, mineraler, sporstoffer, antioksidanter og mikrosporstoffer.

Hemmeligheten med dette programmet er at det gjennom en internasjonal og meget omfattende forskning bygger ene og alene på naturens egne næringsmidler, urter og andre naturlige vekster som i sin unike kombinasjon inneholder alle de rette stoffene. Det finnes ikke kunstig stimulerende stoffer og annet som er nedbrytende.

Vi er allerede en hel gruppe av bladets lesere som sammen med tusenvis av andre nordmenn har begynt å bruke dette programmet. Noen bruker det for å regulere kiloantallet, og an-

dre rett og slett for å hente mer styrke og livsmot. Vi tror at det disse resultatorienterte idrettsfolkene har kommet frem til som det beste, også kan gi oss de nødvendige tilskudd forskerne anbefaler. Vi overlater til andre å distribuere dette kostholdsprogrammet, men ønsker å informere våre leservenner om noe som har hatt stor betydning for oss selv.

Ønsker du å lære mer om dette programmet, vil du få all den opplysning du trenger gjennom en av Herbalife's norske distributører. Send et kort eller et brev til Inger Buttedal Berger, Postboks 102, 1433 Vinterbro. Der vil du få alle de opplysninger du trenger. Du vil sikkert ikke bli i stand til å gå tvers over Antarktis på ski etter å ha begynt med Herbalife-programmet, men at du vil ha stort helseutbytte av det er vi allerede mange som kan bevitne. Programmet vil kunne gi deg akkurat den hjelpen du trenger i ditt spesielle tilfelle.

## Aktiv Pensjonstid

### Organ for SDA-arbeidernes Pensjonistforening

**Redaktør:** Alfred C. Berger  
Bergerhøgda, 1464 Fagerstrand.  
Tlf.: 64 93 91 80  
Alle henvendelser i Norge ang. bladet sendes til redaktørens adresse.  
**Gaver sendes til kassererens adresse.**

**Korrespondent i Danmark:**  
Hans Jørgen Schantz  
Jersie Center 5, 2680 Solrød Strand  
Tlf.: 56 14 75 01

**Ekspedisjon i Danmark:** Elisabeth Nielsen  
Allikevej 3, 2970 Hørsholm, tlf.: 42 86 96 36

**SDA-arbeidernes Pensjonistforening i Norge**  
Akersgata 74, 0180 Oslo

**Formann:** Johan Elisenberg  
Nordåssløyfa 29A, 1251 Oslo. Tlf.: 22 61 73 19

**Sekretær:** Jakob Rask Arnesen  
Larsbråtvn. 139, 0674 Oslo. Tlf.: 22 32 44 09

**Kasserer:** Edith Nordvåg  
Furubergveien 111B, 2300 Hamar, tlf.: 62 52 55 96

**Postgirokonto:** 0824 076 0852  
**Bankgirokonto:** 6142.05.36452



Han tek ikkje glansen av livet,  
den frelsar som kallar på deg.  
Fyrst då kan for alvor du lera,  
når han får deg fylgja på veg

Du høyrer dei dårande røyster  
som lovar deg gull-glim og glans.  
Men ingen legg lys over vegen  
som Jesus og kjærleiken hans

Han hjelper i brattaste bakkar  
og stør deg når vegen vert smal.  
Han signer dei sollyse sletter  
og lyser i dødsskuggens dal.

Han fører deg frelst over fjorden,  
heilt fram til den himmelske strand.  
Når døden sin brottsjø du møter,  
vil Jesus dra båten i land.

Han tek ikkje glansen av livet,  
Han gyller din morgon og kveld  
og opnar ei dør til dei salar  
der æveleg høgtid du held.

*Trygve Bjerkheim*