

„Wenn ich von der Erde erhöht werde, dann werde ich alle Menschen zu mir ziehen.“
Johannes 12,32

DER CHRIST UND DIE PRINZIPIEN DER GESUNDHEIT

Wenn wir Christus durch unseren Glauben annehmen, erleben wir eine neue Geburt. Wir nehmen ein neues Leben an und der Heilige Geist wohnt in uns. Neue Gedanken, neue Ideen, neue Wünsche und neue Pflichten tauchen auf. Wir tauschen unser altes Denkmuster durch ein neues aus, welches Gott geschaffen hat. Nicht nur, dass Gott uns neue Gedanken schenkt, sondern Er ist auch der Konstrukteur unseres Körpers. Und da Er nun in uns wohnt, ist es wichtig, dass wir den Körper, den Er für uns erschaffen hat, so gesund wie möglich erhalten. Wieder wenden wir uns der Bibel zu, um Anleitung zu erhalten, wie wir unseren Körper gesund erhalten können.

1. Was riet Gott den Israeliten, das sie tun sollten, um Krankheiten zu vermeiden? 2.Mose 23,25

2. Welchen Segen würde Israel erhalten, wenn es Gottes Ratschlägen folgen wird? 5.Mose 7,15

Anmerkung: Keine der Krankheiten (der Ägypter) würde sie befallen und eine gute Gesundheit erhielten sie, wenn sie Gottes Anweisungen folgten. Dazu kamen noch etliche andere Segnungen. Gott liebt also auch die Gesundheit seines Volkes am Herzen.

3. Warum sollten wir vorsichtig im Umgang mit unserem Körper sein? 1.Korinther 3,16-20

Anmerkung: Gottes Weisheit, mit der Er für unseren Körper sorgt, ist nicht mit der Weisheit dieser Welt zu vergleichen. Da Er unseren Körper erschaffen hat, weiß Er auch am besten, wie er diesen erhalten kann.

4. Welche Nahrung hat Gott ursprünglich für uns vorgesehen?

1.Mose 1,29

Anmerkung: Die Nahrung enthielt Getreide, Nüsse, Früchte und Gemüse. Fleisch gehörte am Anfang nicht zur Ernährung. Erst nach der Sintflut begannen die Menschen Fleisch zu essen.

5. In welche zwei Klassen teilte Gott die Tiere auf, als er sie in die Arche Noah sandte? 1.Mose 7,1.2

Anmerkung: Gott schuf Pflanzen und Tiere, die die Menschen als Nahrung gebrauchen konnten. Aber Er sah nicht alle Pflanzen und alle Tiere als Nahrung vor. Wusstest du, dass Gott eine komplette Aufstellung gegeben hat, was als „rein und unrein“ in unserer Nahrung gilt?

6. Von welchen Tieren sagte Gott, dass sie rein sind und gut zur Nahrung? 5.Mose 14,3-5

Anmerkung: Nach der Flut erlaubte Gott den Menschen Fleisch zu essen, aber Er bestimmte, welche Tiere gegessen werden durften.

7. Wie können wir erkennen, ob ein Tier rein oder unrein ist? 5.Mose 14,6

8. Welche Tiere listet Gott als ungeeignet für unsere Nahrung auf? 5.Mose 14,7.8

9. Welche Fischarten werden von Gott als gute Nahrung angesehen? 5.Mose 14,9.10

Anmerkung: Die meisten Tiere, die nicht gegessen werden sollten, sind die Abfall- oder Aasfresser des Ozeans. Auch Schweine sind Müllfresser. In der

Tat ist es so, dass ein hoher Prozentsatz des menschlichen Körpers, die autopsiert wurden, mit Fadenwürmern infiziert war.

Als die Siebenten-Tags-Kirche um 1850 entstand, waren die Angestellten oft krank und starben jung. Die Ernährungsweise war im Allgemeinen in dieser Zeit recht schlecht. Während ihrer Gebete wies Gott die Gläubigen u.a. auch auf die Gesundheitsprinzipien hin, die in der Bibel enthalten sind. Als Resultat entstand das größte Krankenhaus- und Gesundheits-System der Welt. Wissenschaftler haben herausgefunden, dass im Vergleich mit dem Rest der (auch christlichen) Bevölkerung adventistische Männer 8,9 Jahre und adventistische Frauen 7,5 Jahre länger leben. Ungefähr die Hälfte der Adventisten sind Vegetarier. Es ist immer weise, Gottes Prinzipien zu folgen, um ein erfüllteres und gesünderes Leben zu führen.

10. Was lehrt die Bibel über alkoholische Getränke?

Sprüche 20,1; 23,29-33

Anmerkung: Forschungen belegen, dass auch „mäßiges“ Trinken Tausende von Gehirnzellen vernichtet. Es wirkt auf das Bewusstsein und schränkt das Urteilsvermögen ein. Wir müssen uns bewusst machen, dass Gott durch unser Gehirn zu uns redet.

11. Welches Prinzip kann in sämtlichen Angelegenheiten der Gesundheit und des christlichen Lebens angewandt werden?

1.Korinther 6,19.20; 10,31

12. Welchen Fehler machten die Pharisäer in Bezug auf die Gesundheitspraktiken und Gewohnheiten?

Matthäus 23,23.24

Anmerkung: Sie machten sich **mehr** Sorgen um die äußeren Praktiken, als um die Beziehung zu Gott und anderen. Peinlich genau fischten sie das „Haar aus der Suppe“, um es nicht zu essen, aber Jesus sah ihre sündhaften, stolzen Wege an, als würden sie „ein Kamel verschlucken“.

ZUSAMMENFASSUNG

Es gibt hier zwei Prinzipien. Eines ist: Was immer du tust, tue es zur Ehre Gottes. Der andere ist: Halte den Fokus auf Christus. Tappe nicht in die Falle, dass man sich auf äußere Gewohnheiten und Praktiken konzentriert bis zu dem Punkt, dass man „Herzensangelegenheiten“ ausschaltet. Gott wird dich weiterhin überzeugen und in deiner Beziehung zu Ihm leiten. Dein Teil ist, dass du Ihm erlaubst dich zu leiten.