

Vicky Griffin

Was hat die Gesundheit mit der Bibel zu tun –

Oder

Ist alles erlaubt?

Wir leben in einer Gesellschaft, in der alles erlaubt zu sein scheint.

Hast du ein gutes Gefühl, dann tu es; hältst du es für richtig, dann ist es richtig; willst du etwas, dann nimm es; kannst du es dir nicht leisten, nimm einen Kredit auf! Vor allem denke nicht viel nach, tu es einfach!

Auf raffinierte Weise hat sich dieses Denken heute durchgesetzt, sowohl bei Christen oder Nichtchristen.

Leider bringt diese Lebensanschauung nicht viel Freude. Die Menschen haben mehr Fragen als je zuvor. Warum gibt es gerade in Wohlstandsgesellschaften so viel Unruhe, Unzufriedenheit, chronische Krankheiten, soziale Instabilität und ausgesprochene Verwirrung?

Gottes Ordnungen lassen sich nicht verbessern!

Paulus schreibt dazu an die Korinther, die wohl auch meinten, alles sei erlaubt: Was? „Wisst ihr nicht, dass euer Leib ein Tempel des heiligen Geistes ist, der in euch ist, welchen ihr habt von Gott, und seid nicht euer selbst? So jemand den Tempel Gottes verderbt, den wird Gott verderben; denn der Tempel Gottes ist heilig, - der seid ihr!“ Er beendet diese ernste Warnung mit der Mahnung: „Niemand betrüge sich selbst.“ (1. Kor. 3, 16-18; 1. Kor. 6, 19.)

Wir werden zur Rechenschaft gezogen!

Während viele meinen, was sie tun, das sei Gottes Wille, wissen sie doch nicht, dass sie mit einem hohen Preis erkaufte sind. Aber viele sind davon überzeugt, dass ihre eigenen Entscheidungen auch Gottes Wille ist! Gott hat einen zweifachen Anspruch auf uns Menschen. Wir gehören ihm durch Schöpfung und Erlösung. Als verantwortungsvoller Eigentümer will er uns auf Gefahren aufmerksam machen, denen wir in dieser sündigen Welt ausgesetzt sind. Jesus sagt: „Nehmt euch in acht, dass Rausch und Trunkenheit und die Sorgen des Alltags euch nicht verwirren und dass jener Tag euch nicht plötzlich überrascht.“ (Lukas 21, 34.)

Ist alles außer Kontrolle geraten?

Denken wir einmal darüber nach. Allein die Krankheiten, die sich aufgrund der Lebensweise einstellen wie Herzkrankheiten, Krebs, Schlaganfall, Demenz, Fettleibigkeit, chronischer Stress und Diabetes, bringen 3 von 4 amerikanische Erwachsene zu Tode. Allein die mit Stress verbundenen Probleme kosten \$ 43.7 Milliarden Dollar pro Jahr. Die Wohlstandskrankheiten, seien sie körperlicher oder emotionaler Natur, sind ein sicheres Kennzeichen für eine Gesellschaft, die ihre Essgewohnheiten und ihre Lebensweise nicht mehr im Griff hat. Spielt das eine Rolle? Kann es sein, dass die Art der Lebensweise die Moral und geistliche Einstellung von Männern und Frauen, sowie ihre physische Gesundheit und sogar den Trend unserer Gesellschaft beeinflusst? Gottes Antwort lautet: „Gebt den Leidenschaften nicht nach, die aus eurer selbstsüchtigen Natur aufsteigen.“ (1. Petrus 2, 11.)

„Woher kommen denn die Kämpfe und Streitigkeiten zwischen euch? Doch nur aus den Leidenschaften, die ständig in eurem Innern toben! [“ (Jakobus 4, 1).

Die traurige Wahrheit für viele Amerikaner ist: Krankheit ist nicht so sehr eine Sache des Zufalls oder der Genetik, sondern die unumgängliche Folge von Entscheidungen in Bezug auf eine Ernährung und Lebensweise, die Naturgesetze ignoriert.

Wer beherrscht dich?

Gottes Wort bringt das Problem mangelnder Beherrschung in Fragen der Ernährung, der Überarbeitung, der Gesetzlosigkeit (Zügellosigkeit) und Verwirrung besonders in unserer Zeit zur Sprache.

Überbeanspruchung, Depressionen und innerer Unfriede rauben uns das Glück und die Gesundheit, die Gott seinen Kindern zugedacht hat.

Die meisten von uns wissen, wie es ist, wenn man sich nicht beherrscht, wenn man Probleme mit der Genusssucht, mit den Leidenschaften und Gefühlen und selbst mit reinen Gedanken hat. Sie sind Sklaven ihrer negativen Gewohnheiten, suchen aber zugleich Antworten für die bohrenden Fragen des Lebens und sehnen sich nach einem erfüllten Leben.

Gott weiß um dieses menschliche Dilemma. Deshalb sagt er, die Weisheit aus seinem Wort „ist besser als Perlen und Erkenntnis höher als kostbares Gold.“ (Sprüche 8, 10.11.)

Glücklicherweise haben wir alle Zugang zu dieser großen Weisheit und der Kraftfülle, die wir brauchen, um ein Leben des Überwindens zu führen: „Wenn euch nun der Sohn frei macht, so seid ihr wirklich frei.“ (Johannes 8, 36)

Jesus ist nichts zu schwer. In Philipper 3, 21 ist von der Kraft die Rede, „mit der er sich alle Dinge untertan machen kann.“

Die Frage ist, wen lasse ich mein Leben, meine Wünsche, mein Gewissen und meine alltäglichen Gewohnheiten beherrschen?

Wovon lassen wir uns leiten?

In einer Geschichte wird von einem alten Bauern erzählt, der einen Jungadler gefunden hatte. Er nahm ihn mit sich nach Hause und ließ ihn mit seinen Hühnern und Truthähnen aufwachsen. Der Vogel fühlte sich offenbar in seiner Umgebung selbst dann noch wohl, als die Spannweite seiner Flügel 2,70 m erreicht hatte.

Eines Tages kam ein Naturwissenschaftler zu Besuch und war fasziniert von dem Adler, der mit den Hühnern zusammenlebte. Er bat den Bauern, sehen zu dürfen, ob der Adler ein Hühner- oder ein Adlerherz hatte? Der Bauer lachte und sagte: „Er ist auf dem Bauernhof groß geworden, er wird nie wie ein Adler fliegen können.“

Der Naturwissenschaftler brachte den Adler auf die Spitze des Hauses, und der flog, wie vom Bauern erwartet, in den Hühnerhof hinab. Dies wiederholte er mehrere Male, und immer wieder flog der Adler zum Bauernhof zurück. Dann brachte er ihn weit weg auf die Höhe eines Berges und wandte den Kopf zur Sonne hin. Wie hat der Adler wohl reagiert? Er erfasste die Situation, gab einen Adlerschrei von sich und kehrte nie mehr zum Hühnerstall zurück. Wir sollen aus dem Hühnerstall herauskommen, aus dem Hühnerstall der schlechten Gewohnheiten und Sünden. Gott will uns den Blick für unsere Situation aus der Vogelperspektive geben!

Henne oder Adler

Manchmal gleichen wir dem jungen Adler – wir trotten mit ungunstigen Gewohnheiten durchs Leben, obwohl wir doch wie Adler leben sollten! Doch wie der Adler erst einen weiten Blick bekommen muss, so brauchen auch wir eine Vorstellung davon, wie wertvoll wir in Gottes Augen sind und welche Möglichkeiten er hat, uns zu helfen!

„Wenn also jemand in Christus ist, dann ist er eine neue Schöpfung: Das Alte ist vergangen, Neues ist geworden. Aber das alles von Gott ...“ (2. Korinther 5, 17.18.)

Wenn wir die einfachen Gesundheitsregeln beachten, können wir nicht nur Stress und Krankheiten vorbeugen, sondern sind in der Lage betäubte Gedanken, kranke Körper und zusammengebrochene Immunsysteme zu heilen und wiederherzustellen!

Der große Arzt hat für einfache Heilmittel zur Erhaltung von Kraft und Gesundheit vorgesorgt. Jeder kann diese Mittel nutzen und Arztbesuche oft einsparen! Gottes Rezept lautet:

Viel gutes, frisches und gesundes Gemüse essen,
reichlich Wasser trinken, um das Blut sauber und rein zu erhalten und regelmäßige Bewegung
ausüben, um die Gedanken und den Körper fit und aktiv zu halten.
Wir werden erkennen, wie wichtig ausreichender Schlaf ist, dazu eine positive
Lebenseinstellung zu bewahren und darauf zu vertrauen, dass Gott unser Helfer sein will.
Es sind oft ganz einfache Mittel, die unsere körperliche, geistige und geistliche Gesundheit
verbessern und fast nichts kosten.

Möchtest du heute deinen Lebensstil so verändern, dass dieser wichtige und
kostenlose „Himmlische Arzt“ Platz in deinem Leben findest? Gib ihm Raum, er wird dir
erstaunliche Aha-Erlebnisse schenken.

Unser Gehirn und unser Körper sind fast unverwundlich – die Zellen im Körper können sich
immer wieder umstellen, je nach dem, wie wir uns entscheiden. Das ist eine gute Nachricht für
jeden, der nach Veränderung und Verbesserung in seinem Leben strebt! Das wird zu spüren
sein!