

Gründe für eine Gesundheitsreform

Zur Ehre Gottes

1. Nureine Lebensspanne ist uns geschenkt, und jeder von uns sollte sich fragen: Wie kann ich meine Kräfte so einsetzen, dass sie von größtem Nutzen sind? Wie kann ich am besten zur Ehre Gottes leben und meinem Nächsten eine Hilfe sein? Denn das Leben ist nur dann wertvoll, wenn es dazu dient, diese Ziele zu erreichen.

Unser erster Auftrag, Gott und unseren Mitmenschen gegenüber, ist unsere eigene Entwicklung. Jede Fähigkeit, die wir von unserem Schöpfer erhalten haben, sollten wir weiterbilden, damit wir dadurch soviel Gutes tun können, wie uns nur möglich ist. Daher ist die Zeit gut eingesetzt, die zum Aufbau und zur Bewahrung körperlicher und geistiger Gesundheit verwendet wird. Wir können es uns nicht leisten, irgendeine Funktion des Körpers oder des Geistes in der Entwicklung zu behindern oder verkümmern zu lassen. Tun wir es dennoch, werden wir gewiss die Folgen zu tragen haben.

Die Wahl von Leben oder Tod

Jeder Mensch hat durchaus die Möglichkeit, das aus sich zu machen, was er werden möchte. Die Segnungen dieses Lebens und auch des zukünftigen sind für ihn erreichbar. Er kann einen festen Charakter formen und Schritt für Schritt neue Kraft gewinnen. Er kann täglich an Erkenntnis und Weisheit zunehmen.

Seine Gaben werden sich mit der Anwendung weiterentwickeln, und je mehr er an Weisheit zunimmt, desto größer wird seine Aufnahmefähigkeit. Sein Verstand, seine Kenntnisse und seine moralischen Kräfte nehmen zu und werden so vollkommen ausgeglichen sein.

Andererseits kann er seine Kräfte ungenutzt lassen, weil er sie nicht anwendet oder durch schlechte Gewohnheiten und fehlende Selbstbeherrschung seine sittlichen und religiösen Kräfte zugrunde richtet. Sein Weg führt dann abwärts. Er ist dem Gesetz Gottes und den Gesundheitsgesetzen gegenüber ungehorsam. Die Esslust

1 GRÜNDE FÜR EINE GESUNDHEITSREFORM

besiegt ihn. Seine Neigungen reißen ihn mit sich fort. Es fällt ihm leichter, zuzulassen, dass die Mächte des Bösen, die immer aktiv sind, ihn abwärts ziehen, statt gegen sie anzukämpfen und voranzugehen. Ein ausschweifendes Leben, Krankheit und Tod sind die Folgen.

Dies ist die Lebensgeschichte vieler Menschen, die der Sache Gottes und der Menschheit hätten nützen können. *C.H. 107.108; 1890*

Wir gehören Gott durch Schöpfung und Erlösung

2. Gott wünscht, dass wir den Stand der Vollkommenheit erreichen, der uns durch die Gabe Christi ermöglicht wird. Er fordert uns auf, uns für die richtige Seite zu entscheiden, und mit den himmlischen Kräften zu verbinden. Wenn wir diese Grundsätze annehmen, wird das göttliche Ebenbild in uns wiederhergestellt.

Gott hat in seinem geschriebenen Wort und in dem großen Buch der Natur die Grundsätze des Lebens offenbart. Es ist uns überlassen, uns Kenntnisse dieser Grundsätze anzueignen und gehorsam seine Mitarbeiter zu sein, um die Gesundheit des Körpers und der Seele wiederherzustellen. *M. H. 114.115; 1905*

3. Unser Körper ist Gottes Eigentum. Er gehört ihm durch Schöpfung und Erlösung. Wenn wir unsere Kräfte in irgendeiner Form missbrauchen, entehren wir Gott. *Letter 73a, 1896*

Eine Frage des Gehorsams

4. Wir sind vor Gott verpflichtet, einen reinen, gesunden Körper zu haben. Das wird nicht ausreichend verstanden. *MS. 49; 1897*

5. Zu versäumen, sich um das »lebendige Kunstwerk« zu kümmern, verunehrt den Schöpfer. Es gibt göttlich festgelegte Regeln. Beachtet das der Mensch, bewahrt ihn das vor Krankheit und frühzeitigem Tod. *Letter 120; 1901*

6. Ein Grund, weshalb wir Gottes Geist nicht in Fülle erhalten, liegt darin, dass wir die Erkenntnis, die er uns bezüglich der Gesetze des Lebens und der Gesundheit gegeben hat, nicht beachten. *R&H. 8.5.1883*

7. Gott schuf genauso die Naturgesetze wie das Sittengesetz. Er hat sein Gesetz mit eigenem Finger auf jeden Nerv, jeden Muskel und jede Gabe geschrieben, die er dem Menschen anvertraut hat. *C.O.L. 347.348; 1900*

8. Der Schöpfer bildete den Körper des Menschen wie ein lebendiges Kunstwerk. Er funktioniert wunderbar und es ist alles weise angeordnet. Gott ist deshalb auch bereit, dieses menschliche Kunstwerk in gesundem Zustand zu erhalten, wenn der Mensch seine Gesetze befolgt und mit Gott zusammenarbeitet. Jedes Gesetz, das den menschlichen Organismus steuert, soll vom Grundsatz, im Wesen und in seiner Bedeutung – als genauso mit göttlicher Autorität belegt – beachtet werden wie das Wort Gottes. Jede leichtfertige, unbedachte Handlungsweise und jeder Missbrauch und jede Missachtung der genauen Gesetze des „Wunderwerkes“ des Herrn, ist eine Übertretung des Gesetzes Gottes. Wir können Gottes Wort in der Natur betrachten und bewundern, aber das wunderbarste ist der Mensch. *MS 3; 1897*

9. Es ist genauso Sünde, die Gesetze unseres Körpers zu verletzen, wie die Zehn Gebote zu übertreten. In beiden Fällen ist das eine Übertretung der Gesetze Gottes. Wer das Gesetz Gottes in bezug auf seinen Körper verletzt, wird auch eher dazu tendieren, das vom Sinai gesprochene Gesetz Gottes zu übertreten. *C.T.B.H. 53; 1890*
[Siehe auch 63.]

Unser Heiland warnte seine Jünger davor, dass unmittelbar vor seiner Wiederkunft eine Situation wie vor der Sintflut sein würde. Man würde beim Essen und Trinken keine Grenzen kennen, und die Welt würde nur fürs Vergnügen leben. Diesen Zustand haben wir zur Zeit tatsächlich. Die Welt hat größtenteils nur ein Thema: Essen, und der Wunsch, nach weltlichen Maßstäben zu leben, macht uns zu Sklaven verkehrter Gewohnheiten – Gewohnheiten, durch die wir den Einwohnern Sodoms vor ihrem Untergang immer ähnlicher werden. Ich wundere mich darüber, dass die Bewohner der Erde noch nicht wie die Menschen von Sodom und Gomorrha vernichtet worden sind. Ich sehe genügend Gründe für den jetzigen Zustand der Degeneration und für die hohe Sterberate in der Welt. Blinde Leidenschaft beherrscht den Verstand, und viele opfern der Lust jede weitere Überlegung.

Die Erhaltung unseres Körpers in einem gesunden Zustand, damit alle Organe harmonisch funktionieren können, sollte ein Thema unseres ständigen Studiums sein. Gottes Kinder können ihn nicht mit einem kränklichen Körper und einem verkümmerten Geist ehren. Wer in irgendeiner Art unmäßig ist, sei es im Essen oder im Trinken, verschwendet die Energie seines Körpers und schwächt seine sittliche Kraft. *C.T.B.H. 53; 1890*

10. Da die Naturgesetze Gebote Gottes sind, ist es offenkundig unsere Pflicht, diese Gesetze sorgfältig zu studieren. Wir sollten ihre Forderungen in bezug auf unseren Körper kennenlernen und uns nach ihnen richten. Unwissenheit in diesen Dingen ist Sünde. *6T, 369.370, 1900*[*Siehe auch: Willentliche Unwissenheit vergrößert die Sünde – 53.*]

1 GRÜNDE FÜR EINE GESUNDHEITSREFORM

»Wisset ihr nicht, dass Eure Leiber Christi Glieder sind? Oder wisset ihr nicht, dass Euer Leib ein Tempel des heiligen Geistes ist, der in Euch ist, welchen ihr habt von Gott und seid nicht euer eigen? Denn ihr seid teuer erkaufte. Darum so preiset Gott an eurem Leibe und in eurem Geiste, welche Gottes sind.« *1. Korinther 6,15.19.20.*

Unser Körper ist durch die Erlösung von Gott erkaufte, und wir sind nicht frei, damit umzugehen, wie es uns gefällt. Die Menschen haben das aber getan. Sie haben ihren Körper behandelt, als wäre eine Übertretung seiner Gesetze ohne Folgen. Durch verderbte Esslust sind die Organe und Kräfte geschwächt, krank und verkümmert. Dieses Ergebnis, das Satan selbst durch seine Verführungskunst zustande gebracht hat, benutzt er auch noch, um Gott zu verspotten. Er zeigt auf den menschlichen Körper, den Christus zu seinem Eigentum erkaufte hat; und wie weit entfernt von dem, was sein Schöpfer wollte, ist der Mensch nun. Der Mensch hat gegen seinen Körper gesündigt und seine Lebensweise verderbt. Dadurch wird Gott verunehrt.

Sind die Menschen wirklich bekehrt, dann werden sie die Gebote des Lebens, die Gott in sie hineingelegt hat, gewissenhaft beachten. Sie werden sich darum kümmern, körperliche, geistige und sittliche Schwäche zu vermeiden. Gehorsam diesen Gesetzen gegenüber sollte zum persönlichen Grundsatz gemacht werden. Wir selbst haben doch die unangenehmen Folgen der Gesetzesübertretung zu erleiden. So sollten wir für unseren Lebensstil vor Gott Rechenschaft ablegen. Deshalb geht es nicht um die Frage: »Was wird die Welt sagen?«, sondern »Wie soll ich als bekennender Christ, den mir von Gott geschenkten Körper behandeln? Soll ich mich um mein höchstes zeitliches und geistliches Wohlergehen kümmern, indem ich meinen Körper als Tempel des heiligen Geistes bewahre, oder die Gedanken und Gewohnheiten der Welt annehme?« *6T, 369.370, 1900*

Mehrzahl der Krankheiten durch Unwissenheit verursacht

11. Die meisten Krankheiten, an denen die Menschen gelitten haben und noch leidet, sind durch fehlende Kenntnis der Gesetze des eigenen Körpers verursacht. Gott schuf Gesetze, die unseren körperlichen Zustand regeln. Und diese Gesetze, die er in uns gelegt hat, sind göttlich. Jede Übertretung wird bestraft, früher oder später. Der Mensch mag gegenüber Fragen der Gesundheit gleichgültig sein und arbeitet so schrittweise daran, sich selbst zu demontieren. Ist er dann an Körper und Geist geschwächt und zusammengebrochen, dann ruft er einen Arzt und der behandelt ihn mit Arzneimitteln, bis er tot ist. *Health Reformer, Oktober 1866*

Wir wissen sehr viel mehr als wir tun

12. Wenn Menschen zu Fragen der Gesundheit angesprochen werden, sagen sie oft: »Wir wissen schon einiges mehr, als wir ausleben!« Ihnen ist nicht bewusst, dass sie für jedes Wissen verantwortlich sind, was ihr persönliches Wohlbefinden angeht, und dass jede Gewohnheit vor Gott sichtbar ist. Unser Körper darf nicht so behandelt werden, wie es uns passt. Jedes Organ, jede Faser unseres Körpers muss von schädlichen Gewohnheiten freigehalten werden. *6T, 372; 1900*

13. Zu der Zeit, als wir die Bedeutung der Gesundheitsreform verstanden haben, und seither, sollten wir uns täglich fragen: »Bin ich wirklich mäßig in allen Punkten?« »Werde ich durch meine Ernährung in der Lage sein, so viel Gutes wie möglich zu bewirken?« Können wir diese Fragen nicht positiv beantworten, stehen wir als Verurteilte vor Gott; denn er wird uns alle für Erkenntnisse, die wir bekommen haben, verantwortlich machen.

Die Zeit der Unwissenheit hat Gott übersehen, aber sobald wir erkennen, um was es geht, möchte er, dass wir unsere gesundheitszerstörenden Gewohnheiten aufgeben und eine positive Einstellung zu den Gesetzen unseres Körpers haben. „*Good Health*“; *Nov. 1880*

14. Die Gesundheit ist sehr wertvoll. Von allem, was wir besitzen ist sie das kostbarste. Reichtum, Wissen und Ehre sind mit dem Verlust von Vitalität und Gesundheit teuer erkaufte. Nichts davon kann Zufriedenheit und Glück sichern, wenn die Gesundheit fehlt.

Es ist eine große Sünde, die uns von Gott gegebene Gesundheit zu missbrauchen. Das schwächt uns für das tägliche Leben und macht uns zu Verlierern, selbst wenn wir uns dadurch sehr viel Wissen aneignen. *C.T.B.H. 150; 1890*

15. Gott sorgte ausreichend für die Gesundheit und das Wohlbefinden aller seiner Geschöpfe. Hätten die Menschen seine Gesetze niemals übertreten und hätten sie alle übereinstimmend nach dem Willen Gottes gehandelt, dann wären anstelle von Elend und fortdauerndem Übel, Gesundheit, Friede und Glück die Folge. *C. T. B. H. 151; 1890*

16. Beachten wir genau die Gesetze Gottes, nach denen wir ausgerichtet sind, dann ist das eine Garantie für unsere Gesundheit. So werden wir nicht körperlich leiden. *Health Reformer; August 1866*

1 GRÜNDE FÜR EINE GESUNDHEITSREFORM

Ein makellostes Opfer

17. Im alten jüdischen Opferdienst wurde verlangt, dass jedes Opfer ohne Fehler sein sollte. In dem Bibelvers werden wir aufgefordert, unseren Körper als Opfer zu geben, »das da lebendig, heilig und Gott wohlgefällig sei, welches sei euer vernünftiger Gottesdienst.« Wir sind Gottes Werk. Als der Psalmist über das Wunderwerk Gottes, den menschlichen Körper, nachdachte, rief er aus: »Ich danke dir dafür, dass ich wunderbar gemacht bin.«

Viele haben eine wissenschaftliche Ausbildung hinter sich und sind mit der Theorie dieser Wahrheit bekannt; doch die Gesetze, die ihr eigenes Wesen bestimmt, verstehen sie nicht. Gott hat uns Fähigkeiten und Gaben geschenkt. Als seine Söhne und Töchter ist es wichtig, sie bestmöglich zu nutzen. Wenn wir aber diese Geistes- oder Körperkräfte durch falsche Gewohnheiten oder für die Befriedigung einer verdorbenen Esslust schwächen, wird es uns unmöglich sein, Gott so zu ehren, wie wir es sollten. *C.T.B.H. 15; 1890*

18. Gott möchte, dass wir ihm unseren Körper als ein lebendiges Opfer bringen, nicht als ein totes oder sterbendes Opfer. Die Opfer der Israeliten früher mussten ohne Fehler sein. ... Alle sollten sehr sorgfältig darauf achten, ihren Körper im Zustand bester Gesundheit zu erhalten, damit sie Gott sehr gut dienen und ihre Aufgaben in Familie und Gesellschaft ausführen können. *C.H. 121; 1890*

Ein armseliges Opfer

19. Es will gelernt sein, wie man zur Erhaltung der Gesundheit essen, trinken und sich kleiden soll. Krankheit entsteht durch Übertretung der Gesundheitsgesetze; sie ist die Folge der Verletzung der Naturgesetze. Unsere wichtigste Aufgabe, die wir Gott, uns selbst und unseren Mitmenschen schuldig sind, besteht darin, Gottes Gesetzen zu gehorchen. Da sind auch die Gesundheitsgesetze eingeschlossen. Wenn wir krank sind, belasten wir unsere Freunde und werden selbst unfähig, unseren Pflichten in unseren Familien und bei unseren Nachbarn zu erfüllen. Ist ein früher Tod das Ergebnis der verletzten Naturgesetze, dann bringen wir Kummer und Leiden über andere. Wir können unseren Nachbarn nicht helfen, was wir sonst tun könnten, und unseren Familien fehlt der Trost und die Unterstützung, die wir ihnen sonst geben könnten. Und zudem ist es nicht möglich, Gott zu dienen, was er von uns erwartet, damit sein Ruhm vermehrt werden kann. Sind wir dann nicht besonders schwere Übertreter von Gottes Gesetz? Aber Gott erbarmt sich, er ist gnädig und mitfühlend. Wenn solche, die ihre Gesundheit durch sündige Gewohnheiten geschädigt haben, Erkenntnis erhalten und ihnen ihr sündhaftes Verhalten bewusst wird, sie dann be -

reuen und um Vergebung bitten, dann nimmt er das armselige Opfer an, das ihm dargebracht wird.

O welch zartes Erbarmen, dass er nicht die Scherben des missbrauchten Lebens eines leidenden, reuigen Sünders zurückweist! *3T, 164.165; 1872*

Unmäßigkeit verhindert christliche Vollkommenheit

20. Der Herr hat sein Licht in diesen Tagen über uns scheinen lassen, damit die düstere Finsternis, die sich während vergangener Generationen durch sündige Gewohnheiten angehäuft hat, zu einem gewissen Grade vertrieben werden kann und damit die üblen Folgen unmäßigen Essens und Trinkens gemindert werden können.

Gott wollte in seiner Weisheit sein Volk in eine Lage bringen, wo es geistlich und praktisch von der Welt getrennt ist, damit ihre Kinder nicht so leicht zum Götzendienst verführt und von der allgemeinen Entartung dieses Zeitalters angesteckt werden können. Er wünscht, dass gläubige Eltern und ihre Kinder als sichtbare Vertreter Christi, als Kandidaten für das ewige Leben, auftreten sollen. Alle, die mit Gott verbunden sind, werden vor der Verderbtheit fliehen, die in der Welt durch Begierden hervorgerufen wird. Für alle, die sich der Esslust verschrieben haben, ist es unmöglich, christliche Vollkommenheit zu erlangen. *2T, 399.400; 1870*

21. Gott hat zugelassen, dass wir Erkenntnisse über die Gesundheitsreform in diesen letzten Tagen erhalten haben, damit wir, wenn wir entsprechend leben, vielen Gefahren aus dem Weg gehen können, die uns sonst belasten werden. Satan arbeitet sehr entschlossen, um die Menschen dahin zu bringen, dass sie ihrer Esslust frönen, ihre Wünsche befriedigen und ihr Leben mit leichtsinnigem Vergnügen zu bringen. Er lässt ein Leben selbstsüchtigen Vergnügens und sinnlicher Befriedigung anziehend erscheinen. Unmäßigkeit unterhöhlt die Kräfte des Geistes wie auch des Körpers. Wer so besiegt wird, hat sich auf Satans Grund und Boden begeben. Da kann ihn der Feind aller Gerechtigkeit verführen, belästigen und schließlich beliebig beherrschen. *C.T.B.H. 75; 1890*

22. Um seine Gesundheit zu erhalten, ist Mäßigkeit in Allem notwendig – Mäßigkeit in der Arbeit, Mäßigkeit im Essen und im Trinken. Unser himmlischer Vater hat uns das Licht der Gesundheitsreform gesandt, um uns gegen die schlimmen Folgen einer entarteten Esslust zu schützen. So können alle, denen Reinheit und Heiligkeit etwas bedeutet, die guten Gaben, die er für sie vorbereitet hat, wohlüberlegt verwenden. Sind sie mäßig im täglichen Leben, dann können sie durch die Wahrheit geheiligt werden. *C.H. 120.121; 1890*

1 GRÜNDE FÜR EINE GESUNDHEITSREFORM

23. Man sollte sich immer bewusst sein, dass das große Ziel der Gesundheitsreform darin besteht, die größtmögliche Entwicklung von Geist, Seele und Leib zu erreichen. Alle Gesetze der Natur, die Gesetze Gottes sind, haben unser Wohlergehen im Auge. Die Beachtung wird unser glücklicher in diesem Leben sein lassen und uns bei der Vorbereitung auf das zukünftige Leben helfen. *C.T.B.H. 120; 1890*

Die Wichtigkeit der Gesundheitsgrundsätze

24. Mir ist gezeigt worden, dass die uns damals gegebenen Gesundheitsgrundsätze heute genauso wichtig sind und genauso gewissenhaft gehalten werden sollten wie früher. Es gibt einige, die nie diese Botschaft über das Thema Ernährung angenommen haben, die uns gegeben wurde. Nun ist es aber Zeit, das »Licht unter dem Scheffel« hervorzuholen und es in klaren, hellen Strahlen leuchten zu lassen.

Die Grundsätze einer gesunden Lebensweise haben eine hohe Bedeutung, sowohl für uns persönlich wie auch für uns als Volk. ...

Jetzt werden alle geprüft und geläutert. Wir sind in Christus getauft. Wenn wir unseren Teil tun, indem wir uns von allem trennen, was uns nach unten zieht und zu dem macht, was wir nicht sein sollten, dann werden wir auch die Kraft erhalten, zu Christus als Vorbild zu wachsen, und wir werden den Segen Gottes erhalten.

Erst wenn wir einsichtig sind und die Grundsätze einer gesunden Lebensweise beachten, kann uns der Blick geöffnet werden um die Schäden zu erkennen, die aus einer ungeeigneten Ernährung resultieren. Wer seine Fehler eingesehen hat und mutig ist, seine Gewohnheiten zu ändern, wird feststellen, dass die Durchführung der Reform einen heftigen Kampf und große Ausdauer erfordern.

Hat sich erst einmal der richtige Geschmack herausgebildet, so wird man auch erkennen, dass der Genuss solcher Nahrung, die man früher für unschädlich hielt, langsam aber sicher der Grund für Verdauungsstörungen und anderen Krankheiten war. *9T, 158-160; 1909*

Siebenten-Tags-Adventisten sollen die ersten in der Gesundheitsreform sein

25. Wir Siebenten-Tags-Adventisten befassen uns mit bedeutenden Wahrheiten. Vor mehr als 40 Jahren gab der Herr uns besondere Erkenntnis für die Gesundheitsreform. Leben wir danach? Wie viele haben sich geweigert, in Übereinstimmung mit Gottes Ratschlägen zu leben. Unser Volk sollte entsprechend dem erhaltenen Licht vorangehen. Wir sollten die Grundsätze der Gesundheitsreform verstehen und auch beachten. Auf dem Gebiet der Gesundheitsvorsorge sollen wir allen anderen Menschen voraus sein. Trotzdem gibt es unter uns gut informierte Gemeindeglieder, ja

sogar Prediger des Evangeliums, die das Licht nicht schätzen, das Gott über diese Themen gegeben hat. Sie essen und arbeiten, wie es ihnen gefällt.

Die Lehrer und Leiter in unserem Werk sollten sich, was die Gesundheitsreform betrifft, entschieden auf den Boden der Bibel stellen und ein klares Zeugnis ablegen als solche, die glauben, dass wir in den letzten Tagen der Geschichte dieser Erde leben. Es muss eine Trennlinie gezogen werden zwischen denen, die Gott dienen und denen, die sich selbst dienen. *9T, 158; 1909*

26. Alle, die »warten auf die selige Hoffnung und Erscheinung der Herrlichkeit des großen Gottes und unsers Heilandes, Jesu Christi, der sich selbst für uns gegeben hat, auf dass er uns erlöste von aller Ungerechtigkeit und reinigte sich selbst ein Volk zum Eigentum, das fleißig wäre zu guten Werken«, werden sie hinter den religiösen Schwärmern stehen, die nicht an die baldige Erscheinung unseres Heilandes glauben? Dieses Volk des Eigentums, das er sich selbst reinigt, damit es in den Himmel aufgenommen werden kann, ohne den Tod zu sehen, sollte an guten Werken nicht hinter anderen zurückstehen.

In ihrem Bemühen, sich von aller Befleckung des Fleisches und des Geistes zu reinigen und fortzufahren mit der Heiligung in der Furcht Gottes, sollten sie jeder anderen Menschengruppe auf der Erde so weit voraus sein, wie ihr Bekenntnis erhabener ist. *1T, 487; 1867*

Gesundheitsreform und das Gebet für die Kranken

27. Um gereinigt zu werden und rein zu bleiben, müssen die Siebenten-Tags-Adventisten den heiligen Geist in ihre Herzen und in ihre Heime aufnehmen. Der Herr hat mir gezeigt, dass er ihre Gebete für die Kranken erhören und sie bei der Verwendung seiner Heilmittel gegen Krankheiten segnen würde, wenn sich das Israel von heute vor ihm demütigte und den Seelentempel von aller Befleckung reinigte. Wenn der Mensch im Glauben alles täte, was er zur Bekämpfung von Krankheiten tun könnte, und sich dabei der einfachen Behandlungsmethoden bediente, die Gott vorgesehen hat, so würden seine Bemühungen von Gott unterstützt werden. Wenn aber Gottes Kinder weiterhin falsche Gewohnheiten beibehalten, nachdem ihnen so viel Erkenntnis geschenkt worden ist und das Ego befriedigen und eine Reform ablehnen, dann werden sie die unausbleiblichen Folgen ihrer Übertretung zu tragen haben. Sind sie entschlossen, ihrem verdorbenen Geschmack um jeden Preis zu huldigen, wird Gott sie auch nicht auf wunderbare Weise vor den Folgen der Befriedigung ihrer Esslust bewahren. Sie werden »in Schmerzen ... liegen«. *Jesaja 50,11.*

Wer dazu noch anmaßend ist, indem er sagt: »Der Herr hat mich gesund gemacht, darum brauche ich auf meine Ernährung nicht zu achten. Ich kann essen und trinken,

1 GRÜNDE FÜR EINE GESUNDHEITSREFORM

wie es mir gefällt«, wird innerhalb kurzer Zeit die heilende Kraft Gottes an Körper und Seele brauchen. Hat der Herr euch auch gnädig geheilt, dann dürft ihr deshalb nicht denken, dass ihr die ungezügelten Gewohnheiten der Welt mitmachen könnt. Tut vielmehr, was Christus nach vollbrachter Heilung befahl: »Gehe hin und sündige hinfort nicht mehr!« *Johannes 1,8.11*. Die Esslust darf nicht euer Gott sein. *9T, 164.165; 1909*

28. Die Gesundheitsreform ist eine Abteilung des besonderen Werkes Gottes zum Wohl seines Volkes ...

Ich sah den Grund, warum Gott die Gebete seiner Diener für die Kranken unter uns nicht vermehrt erhörte. Es hätte ihn nicht geehrt, während sie doch die Gesundheitsgesetze übertraten. Ich sah auch, dass die Gesundheitsreform und die Gesundheitseinrichtungen nach seinem Plan den Weg dafür vorbereiten sollten, dass das Gebet des Glaubens völlige Erhörung finden kann. Glaube und gute Werke sollten sich ergänzen, um die Betrübten unter uns zu trösten. So können sie schon hier Gott preisen und beim Kommen Christi unter den Erlösten sein. *1T, 560.561; 1867*

29. Viele haben erwartet, dass Gott sie vor Krankheiten bewahrt, nur weil sie ihn darum gebeten haben. Gott hat jedoch ihre Gebete nicht beachtet, weil ihr Glaube nicht durch Werke ergänzt wurde. Gott wird kein Wunder tun, um solche Menschen vor Leid zu bewahren, die für sich selbst nicht verantwortlich sind, sondern ständig die Gesundheitsgesetze übertreten und sich gar nicht bemühen, Krankheiten vorzubeugen. Wenn wir von uns aus alles tun, was in unserer Macht steht, dass wir gesund bleiben, dann können wir erwarten, dass die Segnungen folgen werden, und wir können Gott im Glauben bitten, unsere Bemühungen zur Erhaltung der Gesundheit zu segnen. Er wird unser Gebet erhören, wenn das Jesu Name verherrlicht. Wir sollten jedoch alle erkennen, dass wir eine Aufgabe haben. Gott wird kein Wunder tun, um die Gesundheit derer zu erhalten, die auf dem besten Weg sind, sich selbst krank zu machen, weil sie die Gesundheitsgesetze nicht beachten.

Wer seiner Esslust nachgibt und aufgrund seiner Unmäßigkeit Schmerzen ertragen muss, dann Medikamente zur Linderung einnimmt, der kann sicher sein, dass Gott nicht eingreifen wird, um Leben und Gesundheit zu retten. Diese wurden so leichtsinnig aufs Spiel gesetzt. Die Ursache hat ihre Wirkung nicht verfehlt. Viele befolgen die Anweisungen im Wort Gottes als letzten Ausweg. Sie bitten um die Gebete der Ältesten in der Gemeinde, damit ihre Gesundheit wiederhergestellt werde. Gott hält es nicht für richtig, Gebete solcher Menschen zu beantworten; denn er weiß, dass sie, würden sie wieder gesund werden, ihre Lebenskraft erneut auf dem Altar eines ungesunden Appetits opfern würden. *Sp. G. IV, 144. 145; 1864*

Israels Erfahrung – uns zur Lehre

30. Der Herr verheiß den Israeliten, dass er sie vor allen Krankheiten bewahren wollte, die er auf die Ägypter gelegt hatte, wenn sie sich fest zu ihm halten und allen seinen Geboten gehorchen würden. Diese Verheißung war jedoch an die Bedingung des Gehorsams geknüpft. Hätten die Israeliten die Hinweise an sie befolgt und sich die Vorteile genutzt, so hätten sie für die Welt ein Beispiel für Gesundheit und Wohl ergehen sein können. Die Israeliten jedoch erfüllten Gottes Absichten nicht und ihnen entging dadurch der Segen, den sie sonst erhalten hätten.

Joseph und Daniel, Mose und Elia sowie viele andere sind edle Vorbilder, die zeigen, wie man richtig lebt. Die gleiche Treue wird heute noch die gleichen Folgen haben. Es steht auch für uns geschrieben: »Ihr aber seid das auserwählte Geschlecht, das königliche Priestertum, das heilige Volk, das Volk des Eigentums, dass ihr verkündigen sollt die Tugenden des, der euch berufen hat von der Finsternis zu seinem wunderbaren Licht!« *1. Petrus 2,9. 97, 165; 1909*

31. Hätten die Israeliten die erhaltenen Anweisungen beachtet und für sich genutzt, dann wären sie für die Welt beispielhaft für Gesundheit und Wohlergehen gewesen. Wenn sie als Volk nach Gottes Plan gelebt hätten, wären sie vor den Krankheiten, die andere Nationen heimsuchten, bewahrt worden. Mehr als alle anderen Völker hätten sie körperliche Stärke und Verstandeskraft besessen. *M.H. 283; 1905*

Der christliche Wettkampf

32. »Wisset ihr nicht, dass die, so in der Kampfbahn laufen, die laufen alle, aber einer empfängt den Siegespreis. Laufet so, dass ihr ihn erlanget. Ein jeglicher aber, der da kämpft, enthält sich alles Dinges, jene nun, dass sie einen vergänglichen Kranz empfangen, wir aber einen unvergänglichen.« *1. Korinther 9,4.25.*

Hier werden die guten Ergebnisse der Selbstbeherrschung und Enthaltensamkeit aufgezeigt. Der Apostel Paulus weist auf die verschiedenen Spiele hin, die unter den alten Griechen zur Ehre ihrer Götter eingerichtet waren, um den geistlichen Kampf und seine Belohnung zu verdeutlichen. Die Teilnehmer an diesen Spielen hatten strengste Regeln zu beachten. Jeder Genuss, der die Körperkräfte schwächen konnte, war untersagt. Schlemmereien und Wein wurden verboten, um Körperkraft, Mut und Standhaftigkeit zu fördern.

Den erstrebten Preis zu gewinnen, einen Kranz aus vergänglichem Laub, verlieren unter dem Beifall der Menge. das wurde als höchste Ehre angesehen. Wenn die Kämpfer so viel einsetzten um einen so wertlosen Preis zu gewinnen, und den dazu höchstens *einer* bekommen konnte, wie viel größer sollte die Opferbereitschaft sein

1 GRÜNDE FÜR EINE GESUNDHEITSREFORM

und wie viel bereitwilliger die Selbstverleugnung, um eine unverwelkliche Krone und das ewige Leben zu erhalten! Es gilt eine Arbeit zu tun. Sie ist hart und ernst. Alle unsere Gewohnheiten, unser Geschmack und unsere Neigungen müssen übereinstimmend mit den Gesetzen des Lebens und der Gesundheit gebildet werden. So können wir uns die beste körperliche Verfassung aneignen und geistige Klarheit gewinnen und zwischen Gut und Böse unterscheiden. *C.T.B.H. 25; 1890*

Daniels Beispiel

33. Um die Bedeutung von Mäßigkeit richtig zu verstehen, müssen wir das vom biblischen Standpunkt aus betrachten. Nirgends sonst wird uns umfassender und überzeugender die eigentliche Mäßigkeit vorgeführt und auf den damit verbundenen Segen hingewiesen, als in der Geschichte des Propheten Daniel und seiner hebräischen Freunde am babylonischen Hof ... Gott ehrt stets diejenigen, die richtig handeln. Die am meisten erfolgversprechenden jungen Leute aus allen Ländern, die der große Eroberer besiegt hatte, waren in Babylon versammelt. Doch unter diesen allen waren die hebräischen Gefangenen unerreicht. Die aufrechte Haltung, der feste elastische Schritt, das schöne Gesicht, die ungetrübten Sinne, der unverdorbene Atem – dies alles bezeugte ihre guten Gewohnheiten. Es sind Zeichen des Adels, mit denen die Natur diejenigen ehrt, die ihren Gesetzen treu sind.

Die Geschichte von Daniel und seinen Freunden wurde im biblischen Bericht zum Nutzen der Jugend aller nachfolgenden Zeitalter aufgezeichnet. Was einige Menschen erreicht haben, ist auch anderen möglich. Waren diese jugendlichen Hebräer inmitten großer Versuchungen standhaft? Legten sie ein gutes Beispiel für wahre Mäßigkeit ab? Die Jugend von heute kann das auch tun. Es wäre wichtig für uns, darüber nachzudenken.

Uns bedroht keine Lebensmittelknappheit, sondern der Überfluss. Laufend werden wir zur Unmäßigkeit verführt. Wer seine Kräfte vollständig zum Dienst für Gott erhalten will, muss strenge Mäßigkeit im Einsatz seiner Gaben an den Tag legen, sowie sich ganz von jeder schädigenden oder entwürdigenden Befriedigung enthalten. Die heranwachsende Generation wird von Verlockungen bedrängt, die es auf die Verführung zur Esslust abgesehen haben. Besonders in unseren großen Städten wird jede Art von Befriedigung leicht und anziehend gemacht. Alle, die sich wie Daniel nicht verunreinigen wollen, werden die Vorteile ihrer guten Gewohnheiten schätzen. Mit ihrer besseren Gesundheit und der damit verbundenen Leistung, haben sie Reserven, auf die sie im Notfall zugreifen können.

Durch richtige körperliche Gewohnheiten haben wir Vorteile. Geistige Kraft, körperliche Stärke und langes Leben hängen von unveränderlichen Gesetzen ab und nicht von Zufällen. Der Gott der Natur wird nicht eingreifen, um die Menschheit

vor den Folgen ihrer Übertretung der Naturgesetze zu bewahren. In dem Sprichwort »Jeder ist seines Glückes Schmied« liegt viel Wahrheit.

Während Eltern für die charakterliche Entwicklung ihrer Kinder verantwortlich sind sowie für die Erziehung und Ausbildung, ist es auch so, dass unsere Stellung und Brauchbarkeit in der Welt größtenteils von unserer eigenen Handlungsweise abhängt. Daniel und seine Freunde hatten in jungen Jahren den Vorteil einer gründlichen Ausbildung und Erziehung. Doch diese Vorteile allein hätten sie nicht zu dem gemacht, was sie waren. Die Zeit kam, wo sie für sich selbst entscheiden mussten – und wo ihre Zukunft von ihrer eigenen Handlungsweise abhing. Sie beschlossen, die Unterweisungen, die sie in der Kindheit erhalten hatten, zu beachten. Die Furcht Gottes, die der Weisheit Anfang ist, war die Grundlage für ihre Größe. Sein Geist stärkte jeden ehrlichen Vorsatz, jeden edlen Entschluss. *C.T.B.H. 25-28; 1890*

34. Durch diese Ausbildung hatten die Jugendlichen (Daniel, Hananja, Misael und Asarja) nicht nur Zutritt zum Königspalast, sondern es war auch eine Verpflegung vorgesehen, Fleisch zu essen und Wein zu trinken, die auch der König zu sich nahm. Für den König war das alles nicht nur eine große Ehrenbezeugung, sondern auch eine Garantie für bestmögliche körperliche und geistige Entwicklung. Unter den Speisen, die dem König vorgesetzt wurden, waren Schweinefleisch und andere Fleischsorten, die das mosaische Gesetz für unrein erklärte und deren Verzehr den Hebräern ausdrücklich verboten war. Hier wurde Daniel ernsthaft geprüft. Sollte er an den Lehren seiner Väter bezüglich Essen und Trinken festhalten und den König beleidigen? Dabei ging es nicht nur um seine Stellung, sondern vermutlich auch um sein Leben. Sollte er also die Anweisung des Herrn missachten, um das Wohlwollen des Königs zu behalten und dadurch große intellektuelle Vorteile und die aussichtsreichsten Möglichkeiten in der Welt sichern?

Daniel zögerte nicht lange. Er beschloss, fest und rechtschaffen zu bleiben, komme, was da will. Er »nahm sich vor in seinem Herzen, dass er sich mit des Königs Speise und mit dem Wein, den er selbst trank, nicht verunreinigen wollte«.

Es gibt heute viele unter den bekennenden Christen, die Daniel für zu genau halten und ihn als engstirnig und fanatisch bezeichnen würden. Für sie ist die Frage des Essens und Trinkens von untergeordneter Bedeutung, und für eine derart entschiedene Haltung nicht notwendig – noch dazu, wenn damit wahrscheinlich der Verzicht jeden irdischen Vorteils verbunden ist. Aber alle, die so denken, werden am Tag des Gerichts feststellen, dass sie von Gottes ausdrücklichen Forderungen abgewichen sind und sich ihre eigene Meinung als Maßstab für Recht und Unrecht gebildet haben. Sie werden dann erkennen, dass Gott das, was sie als unwichtig ansahen, nicht so sieht. Seine Anforderungen sollten ernsthaft beachtet werden. Wer eine seiner Vorschriften annimmt und befolgt, weil es ihm gerade passt, während er eine andere

1 GRÜNDE FÜR EINE GESUNDHEITSREFORM

ablehnt, weil das ein Opfer von ihm erfordern würde, verändert den Maßstab des Rechts. Durch sein Beispiel bringt er auch andere dazu, Gottes heiliges Gesetz gering zu achten. In allem sollte ein »So spricht der Herr« unser Grundsatz sein...

Daniels Charakter wird der Welt als ein treffendes Beispiel vorgeführt. Es zeigt, was Gottes Gnade aus einem Menschen machen kann, der von Natur aus gefallen und in Sünde gebunden ist. Der Bericht über Daniels edles, selbstverleugnendes Leben ist eine Ermutigung für alle Menschen. Das gibt uns Kraft, Anfechtungen fest zu widerstehen und selbst in der schwersten Prüfung unbeirrt und demütig für das Rechte einzustehen.

Daniel hätte eine plausible Entschuldigung finden können, von seinen strengen Gewohnheiten der Mäßigkeit abzuweichen. Aber Gottes Wohlgefallen war ihm mehr wert als die Anerkennung des mächtigsten irdischen Herrschers – mehr sogar als das Leben selbst. Nachdem Daniel mit seinem höflichen Benehmen bei dem Aufseher Beachtung fand, der für die hebräischen Jünglinge zuständig war, bat er darum, dass sie nicht von dem Fleisch essen und von dem Wein trinken müssten, das der König zu sich nahm. Der Aufseher befürchtete, dass er beim König in ein schlechtes Licht geraten könnte, wenn er diese Bitten respektieren würde. Damit wäre sein eigenes Leben bedroht. Wie viele Menschen heutzutage, so dachte auch er, dass diese jungen Männer durch eine gesunde Kost blass, kränklich und ohne Muskelkraft sein würden, während die üppigen Speisen vom Tisch des Königs sie gutgenährt und schön machen und ihnen zu höchster körperlicher Leistungsfähigkeit verhelfen würden.

Daniel bat darum, das für zehn Tage probieren zu dürfen. Die hebräischen jungen Männer sollten in dieser kurzen Zeit die Erlaubnis erhalten, einfache Nahrung zu essen, während ihre Gefährten von der Speise des Königs nehmen würden. Die Bitte wurde schließlich gewährt. Daniel war sich sicher, dass der Sieg auf seiner Seite war. Wenn er auch nur ein Jugendlicher war, so hatte er doch die schädigende Wirkung von Wein und ausschweifendem Leben auf das körperliche und geistige Wohlbefinden erkannt.

Nach den zehn Tagen, stellte sich entgegen den Erwartungen des Aufsehers folgendes heraus. Diejenigen, die sich an die einfachen Richtlinien hielten, waren nicht nur in ihrem persönlichen Aussehen, sondern auch in ihrer körperlichen Leistungsfähigkeit und geistigen Frische ihren Gefährten, die alles gegessen hatten, deutlich überlegen. Dieser Versuch hatte zur Folge, dass Daniel und seinen Freunden erlaubt wurde, während der gesamten Zeit ihrer Ausbildung als Staatsdiener ihre einfache Kost beizubehalten.

Gottes Billigung erlangt

Der Herr betrachtete die Entschlossenheit und Selbstverleugnung dieser hebräischen jungen Männer wohlgefällig, und sein Segen war ihnen sicher. Er gab ihnen »Kunst und Verstand in allerlei Schrift und Weisheit; Daniel aber gab er Verstand in allen Gesichtern und Träumen.« Nach Ablauf der dreijährigen Ausbildung, als ihre Fertigkeiten und Kenntnisse vom König geprüft wurden, »war unter allen niemand gefunden, der Daniel, Hananja, Misael und Asarja gleich wäre; und sie wurden des Königs Diener. Und der König fand sie in allen Sachen, die er sie fragte, zehnmal klüger und verständiger als alle Sternseher und Weisen in seinem ganzen Reich.«

Hierin liegt eine Lehre für alle Menschen, besonders aber für die Jugend. Beachten wir genau die Anforderungen Gottes, ist das hilfreich für die Gesundheit von Körper und Geist. Um ein Höchstmaß an sittlichen und geistigen Kenntnissen zu erhalten, ist es nötig, von Gott Weisheit und Kraft zu erbitten und in allen Lebensgewohnheiten strenge Mäßigkeit zu üben. Die Erfahrung Daniels und seiner Freunde ist ein Beispiel dafür, wie Grundsatztreue die Versuchung besiegt, die Esslust zu befriedigen. Es zeigt uns auch, dass junge Menschen durch religiöse Grundsätze über die fleischen Lüste Sieger werden und Gottes Anforderungen treu bleiben können, selbst wenn es für sie ein großes Opfer bedeutet. *R&H. 25. Januar 1881*

Ein Teil der dreifachen Engelsbotschaft

35. Die Gesundheitsreform ist, wie mir gezeigt wurde, ein Teil der dreifachen Engelsbotschaft und ist mit ihr genauso eng verbunden, wie der Arm und die Hand mit dem menschlichen Körper. Ich sah, dass wir als Volk in diesem großen Werk vorangehen müssen. Prediger und Gemeinde sollen miteinander arbeiten. Gottes Volk ist für den lauten Ruf des dritten Engels nicht vorbereitet. Die Gemeindeglieder haben eine Aufgabe für sich selbst zu tun, die sie nicht Gott überlassen sollten. Er hat ihnen diesen Dienst übertragen. Es ist eine persönliche Aufgabe, die keiner für einen anderen tun kann. »Weil wir nun solche Verheißungen haben, meine Lieben, so lasset uns von aller Befleckung des Fleisches und des Geistes reinigen und die Heiligung vollenden in der Furcht Gottes!« *2. Korinther 7,1*. Schlemmerei ist die vorherrschende Sünde dieses Zeitalters. Ungezügelter Esslust macht die Menschen zu Sklaven, benebelt ihren Verstand und stumpft ihre sittlichen Empfindungen so sehr ab, dass die heiligen, erhabenen Wahrheiten des Wortes Gottes nicht geschätzt werden. Die niederen Neigungen beherrschen die Menschen. *1T, 486.487; 1867*

1 GRÜNDE FÜR EINE GESUNDHEITSREFORM

Vorbereitung auf die Erquickung

36. Gott fordert von seinem Volk, sich von aller Verunreinigung des Fleisches und des Geistes zu reinigen und sich in der Furcht Gottes zu heiligen. Alle, die gleichgültig sind und sich für diese Aufgabe entschuldigen, während sie erwarten, dass der Herr für sie das tut, was er von ihnen selbst verlangt, werden zu leicht befunden; auch die auf Erden, die seine Gerichte herausgefordert haben, während die Sanftmütigen am Tag des Zorns des Herrn verborgen werden. Mir wurde gezeigt, dass Gottes Kinder zu leicht befunden werden, wenn sie ihrerseits keine Anstrengungen machen, sondern darauf warten, dass die Erquickung über sie kommt, ihre Sünden wegnimmt und ihre Fehler korrigiert. Sie werden zu leicht befunden, wenn sie sich darauf verlassen, dass sie durch das machtvolle Geistwirken von ihrer Verunreinigung des Fleisches und des Geistes gereinigt werden und dann befähigt sind, am lauten Ruf des dritten Engels teilzuhaben. Die Erquickung oder Kraft Gottes kommt nur über solche, die sich darauf vorbereitet haben. Sie haben die ihnen von Gott geforderte Aufgabe getan, die darin besteht, sich von aller Befleckung des Fleisches und des Geistes zu reinigen und voranzugehen mit der Heiligung in der Furcht Gottes. *1T, 619; 1867*

Ein Aufruf an die Zaghafte

37. Die Nichtbefolgung gesunder Lebensgrundsätze hat auf die Geschichte des Volkes Gottes einen Schatten geworfen. In der Frage der Gesundheitsreform bewegt man sich ständig rückwärts. Durch einen großen Mangel an geistlichem Leben wird Gott verunehrt. Trennwände sind errichtet worden, die nie existiert hätten, wenn Gottes Volk entsprechend ihrer Erkenntnis gelebt hätte.

Sollen wir, obwohl wir so große Gelegenheiten hatten, es zulassen, dass die Menschen in der Welt uns bezüglich der Gesundheitsreform voraus sind? Sollen wir durch falsche Ernährung unseren Geist erniedrigen und unsere Gaben missbrauchen? Sollen wir Gottes heiliges Gesetz übertreten, indem wir selbstsüchtige Gewohnheiten beibehalten? Soll unsere Inkonsequenz sprichwörtlich werden? Wollen wir ein so christusunähnliches Leben führen, dass der Heiland sich schämen muss, uns seine Brüder zu nennen? Sollen wir nicht vielmehr solch eine ärztliche Missionsarbeit tun, die praktisches Evangelium ist, und so leben, dass der Friede Gottes in unseren Herzen regieren kann? Sollen wir nicht den Ungläubigen jeden Stein des Anstoßes aus dem Weg räumen und immer daran denken, was gelebtes Christentum bedeutet? Es wäre viel besser, sich nicht Christ zu nennen, als sich zum Christentum zu bekennen und gleichzeitig Gelüsten nachzugeben, die unheilige Leidenschaften stärken. Gott ruft jedes Gemeindeglied auf, sein Leben ohne Kompromisse für den Dienst des Herrn zu weihen. Er ruft zu einer entschiedenen Reform auf. Die ganze Schöpfung

seufzt unter dem Fluch. Gotteskinder sollten jede Gelegenheit wahrnehmen, in der Gnade zu wachsen und durch die Wahrheit an Körper, Seele und Geist geheiligt zu werden. Wenn sie alles aufgeben, was die Gesundheit zerstört, werden sie klarer verstehen, worin sich eigentliche Frömmigkeit ausdrückt. Eine wunderbare Veränderung wird sich in ihrer religiösen Erfahrung zeigen. *C.H. 578.579; 1902*

Alle werden geprüft

38. Niemand sollte meinen, dass er in Fragen der Ernährung handeln kann, wie es ihm gefällt. Lass es für alle, die mit dir zu Tisch sitzen, sichtbar sein, dass du in der Essensfrage wie auch in allen anderen Fragen nach Grundsätzen handelst, die Gott ehren. Du kannst es dir nicht leisten, anders zu handeln, denn du musst für das zukünftige, unsterbliche Leben einen Charakter gestalten. Große Verantwortung ruht auf jedem Menschen. Lasst uns diese Verantwortung übernehmen und im Namen des Herrn würdig tragen.

Der versucht ist, seiner Esslust nachzugeben, dem möchte ich folgendes sagen: Gib der Versuchung nicht nach, sondern beschränke dich auf die Verwendung gesunder Nahrungsmittel. Du kannst dich dazu erziehen, dass dir eine gesunde Kost schmeckt. Der Herr hilft denen, die sich bemühen, sich selbst zu helfen. Aber wenn die Menschen keine besonderen Anstrengungen machen, nach Gottes Absicht und Willen zu leben, wie kann er dann mit ihnen zusammenarbeiten? Lasst uns unser Teil tun, indem wir unser Heil mit Furcht und Zittern wirken. *Philipp 2, 12* – mit Furcht und Zittern, damit wir unseren Körper nicht falsch behandeln.

Denn wir sind vor Gott dazu verpflichtet, unseren Körper im bestmöglichen Gesundheitszustand zu erhalten. *R&H. 10.2.1910*

Wahre Reform ist Herzensreform

39. Die Menschen, die für Gott arbeiten möchten, dürfen nicht nach weltlichen Genüssen und selbstsüchtiger Befriedigung streben. Die Ärzte in unseren Einrichtungen müssen von den lebendigen Grundsätzen der Gesundheitsreform erfüllt sein. Menschen werden niemals wirklich mäßig sein, solange die Gnade Christi nicht ein bleibender Grundsatz in ihren Herzen geworden ist. Alle Gelübde der Welt werden dich oder deine Frau nicht zu Gesundheitsreformern machen. Lediglich die Nahrung einzuschränken, wird euch nicht von eurer krankhaften Essgier heilen. Bruder und Schwester ... werden keine Mäßigkeit in allen Dingen üben können, solange ihre Herzen nicht durch die Gnade Gottes umgewandelt sind.

Umstände können keine Reform bewirken. Die Lehre Christi beabsichtigt eine Reformation des Herzens. Was Christus da bewirkt, äußert sich durch einen bekehr-

1 GRÜNDE FÜR EINE GESUNDHEITSREFORM

ten Verstand. Der Plan, von außen zu beginnen und zu versuchen, nach innen zu arbeiten, ist stets fehlgeschlagen. Das wird auch immer so bleiben.

Gottes Plan mit euch besteht darin, gerade am Kern aller Schwierigkeiten, dem Herzen, zu beginnen und dann vom Herzen aus die Grundsätze der Gerechtigkeit zu verwirklichen. Dann wird die Reformation außen wie auch innen stattfinden. *Special Testimonies, Series A, Nr. 9, S. 54; 1896*

40. Gott hat ihnen durch sein Wort und die Zeugnisse seines Geistes einen Maßstab gegeben. Alle, die sich soweit wie möglich nach Gottes Ordnung richten, werden ihre Handlungsweise nicht ändern, um auf die Wünsche ihrer Freunde oder Verwandten einzugehen, die im Gegensatz zu Gottes weiser Ordnung leben – mögen es ein, zwei oder ganz viele Menschen sein. Wenn wir uns dabei von Grundsätzen leiten lassen, wenn wir im Essen strenge Regeln beachten, wenn wir als Christen unseren Geschmack nach Gottes Plan erziehen, dann werden wir einen Einfluss ausüben, der mit der Absicht Gottes übereinstimmt. Die Frage ist nur: »Wollen wir treue Gesundheitsreformer sein?« *Letter 3; 1884*

Wie bewahre ich meine Gesundheit?

41. Ich bin angewiesen worden, unseren Geschwistern eine Botschaft betreffs der Gesundheitsreform zu übermitteln, denn viele haben die Grundsätze dieser Reform wieder aufgegeben.

Gott möchte, dass seine Kinder zur höchsten Stufe von Männern und Frauen in Christus wachsen. Um dies zu erreichen, müssen sie jede Fähigkeit des Geistes, der Seele und des Körpers in der rechten Weise nutzen. Sie können es sich nicht leisten, ihre geistigen und körperlichen Kräfte zu vergeuden.

Die Frage, wie wir gesund bleiben können, ist sehr wichtig. Wenn wir darüber ernstlich nachdenken, dann erkennen wir, dass einfache Kost das Beste für unser körperliches und geistliches Wohlergehen ist. Wir wollen diese Frage sorgfältig prüfen. Wir brauchen Erkenntnis und Urteilsfähigkeit, um uns in dieser Sache weise verhalten zu können. Den Gesetzen der Natur sollte man nicht zuwiderhandeln, sondern ihnen gehorchen.

Alle sind über die schädlichen Wirkungen von Fleischspeisen, Tee, Bohnenkaffee, sehr süßen oder fetten und anderen ungesunden Speisen unterrichtet worden. Die sich nun entschließen, mit Gott ein Bündnis einzugehen und ein Opfer zu bringen, werden nicht weiter bewusst ungesund leben. Gott möchte, dass wir falsches Weglassen und uns selbst verleugnen in Bezug auf Dinge, die nicht gut sind. Dies muss noch durchgeführt werden, ehe Gottes Volk als vollkommenes Volk vor ihm stehen kann. *9T, 153-156, 1909*

Die Gemeinde der Übrigen muss bekehrt sein. Durch die Verkündigung dieser Botschaft sollen Menschen bekehrt und geheiligt werden. Wir sollen die Kraft des Geistes Gottes in dieser Bewegung spüren, denn wir haben eine wunderbare, klare Botschaft. Sie bedeutet alles für den, der sie erhält und sie soll mit einem lauten Ruf verkündigt werden. Wir müssen fest daran glauben, dass diese Botschaft bis ans Ende der Zeit zunehmend verkündigt wird. Es gibt einige sogenannte Gläubige, die bestimmte Teile der Zeugnisse als Botschaft von Gott annehmen, andere aber, die ihre Lieblingssünden verdammen, verwerfen sie. Sie tun damit sich selbst und der Gemeinde keinen Gefallen. Es kommt darauf an, dass wir nach der Erkenntnis leben, solange wir sie haben. Wer sich zur Gesundheitsreform bekennt, aber in seinem Verhalten im täglichen Leben nicht nach den Grundsätzen lebt, schadet sich selbst und hinterlässt einen schlechten Eindruck bei Gläubigen und Ungläubigen.

Alle, die die Wahrheit kennen, haben die besondere Pflicht, danach zu streben, dass ihr Tun mit ihrem Glauben übereinstimmt. Ihr Leben soll veredelt und geheiligt werden und sie sollen zu dem Dienst vorbereitet werden, der in dieser letzten Zeit schnell getan werden muss. Sie haben weder Zeit noch Kraft für die Befriedigung der Esslust zu verschwenden. Folgende Worte sollten uns jetzt ernstlich zu Herzen gehen: »So tut nun Buße und bekehrt euch, dass eure Sünden getilgt werden, auf dass da komme die Zeit der Erquickung vom Angesicht des Herrn! Apostelgeschichte 3, 19.20. Viele unter uns haben keine geistliche Gesinnung. Wenn sie sich nicht vollständig bekehren, werden sie bestimmt verloren gehen. Könnt ihr dieses Risiko eingehen? ...

Nur die Kraft Christi kann Herz und Gemüt verändern. Diese Veränderung braucht jeder, der im neuen Leben mit Jesus im Himmel leben möchte. »Es sei denn,« sagt der Heiland, »dass jemand von neuem geboren werde, so kann er das Reich Gottes nicht sehen!« Johannes 3,3. Die Religion, die von Gott kommt, ist die einzige, die auch zu Gott führt. Um ihm richtig dienen zu können, müssen wir aus Gottes Geist geboren werden. Das führt zu Wachsamkeit, reinigt das Herz, erneuert das Gemüt und gibt uns neue Fähigkeit, Gott zu erkennen und zu lieben. Es verleiht uns auch willigen Gehorsam gegen alle seine Gebote. Das ist wahre Anbetung. 9T, 153-156; 1909

Ausser den gesundheitlichen Vorteilen mögen auch andere Erwägungen eine Person dazu führen, eine vegetarische Ernährungsweise anzustreben, z.B. Umwelt, Ökologie und das Welthungerproblem. Vegetarier zitieren auch ökonomische, ethische und religiöse Gründe. (Zeitschrift der amerikanischen Diät-Vereinigung, November 1997;97)

1 GRÜNDE FÜR EINE GESUNDHEITSREFORM

Eine vereinte Front

42. Uns wurde die Aufgabe der modernen Gesundheitsreform anvertraut. Der Herr wünscht, dass seine Kinder miteinander harmonisch umgehen. Es soll euch klar sein, dass wir den Standpunkt nicht aufgeben werden. Der Herr hat uns dazu schon fünfunddreißig Jahre lang aufgefordert. Hütet euch davor, gegen den Dienst der Gesundheitsreform zu stehen, denn er geht weiter. Es ist das Mittel in der Hand des Herrn, durch das das Leid in unserer Welt gelindert werden soll und auch sein Volk gereinigt wird. So seid vorsichtig, welche Einstellung ihr habt, damit ihr nicht spaltet. Mein Bruder, selbst wenn du es versäumst, dass dein Leben und das deiner Familie die Segnungen erhalten, die aus der Beachtung der Gesundheitsgrundsätze kommen, schade doch nicht noch anderen, indem du das bekämpfst, was Gott dar über mitgeteilt hat. *Letter 48; 1902*

43. Der Herr hat seinem Volk über die Gesundheitsreform eine Botschaft gegeben. Diese Erkenntnis haben wir seit dreißig Jahren. Und der Herr kann seine Mitarbeiter nicht unterstützen, wenn sie dagegen handeln. Es gefällt ihm nicht, wenn sie die ihnen anvertraute Botschaft ablehnen, anstatt sie an andere weiterzugeben. Wie kann er zufrieden sein, wenn die Mitarbeiter an einem Ort geteilte Auffassungen haben. Auf der einen Seite wird verkündigt, dass die Grundsätze der Gesundheitsreform so eng mit der dritten Engelsbotschaft verbunden sind wie der Arm mit dem Körper, während andere Mitarbeiter durch ihre Praxis genau das Gegenteil davon lehren?

In Gottes Augen ist das Sünde ... Nichts entmutigt die Diener des Herrn so sehr, als mit solchen verbunden zu sein, die geistige Fähigkeiten besitzen und die Gründe unseres Glaubens verstehen, aber in Lehre und Beispiel Gleichgültigkeit gegenüber moralischen Verpflichtungen aufweisen.

Wir dürfen nicht leichtfertig mit dem Licht umgehen, das Gott über die Gesundheitsreform geschenkt hat. Wer das versucht, schädigt sich selbst. Keiner kann hoffen, im Werk Gottes erfolgreich zu sein, während er in Lehre und Beispiel dem von Gott gesandten Licht entgegen handelt. *Special Testimonies, Series A, Nr. 7, S. 40; C.H. 561. 562*

44. Es ist wichtig, dass Prediger über das Thema Mäßigkeit unterrichten. Sie sollten zeigen, welcher Zusammenhang zwischen Essen, Arbeiten, Ruhen und Kleidung einerseits und der Gesundheit andererseits besteht. Alle, die an die Botschaft für diese letzten Tage glauben, haben in dieser Sache etwas zu tun. Es betrifft sie, und Gott verlangt, dass sie aufwachen und sich selbst für diese Reform interessieren. Er wird sehr unzufrieden sein, wenn sie diese Frage gleichgültig behandeln. *1T, 618; 1867*

Ein Hindernis für den Segen

45. Der Engel sagte: »Enthaltet euch von fleischlichen Lüsten, welche wider die Seele streiten.« Ihr habt euch an der Gesundheitsreform gestoßen. Sie erscheint euch als ein nutzloses Anhängsel an die Wahrheit. Das ist nicht so. Sie ist ein Teil der Wahrheit.

Hier liegt eine Aufgabe vor euch, die euch berühren wird, und die mehr von euch fordern wird als alles, was ihr bisher auf euch genommen habt.

Solange ihr zögert, zurück bleibt und es versäumt, den Segen als euer Vorrecht zu ergreifen, wird es Verlust bedeuten. Gerade der Segen, vom Himmel auf eurem Weg gegeben, um den Fortschritt weniger schwierig zu machen, ist euch zum Stein des Anstoßes geworden. Satan stellt euch das absichtlich in so negativer Weise vor, damit ihr das bekämpft, was eurer größter Nutzen sein könnte und für eure körperliche und geistige Gesundheit so wichtig wäre. *1T, 546; 1867*

Denk an das Gericht

46. Gott ruft nach Freiwilligen, die seine Mitarbeiter sein wollen. Kränkliche Menschen sollten die Gesundheitsreform annehmen und ausleben. Gott wird mit seinen Kindern zusammenarbeiten, um ihre Gesundheit zu erhalten, wenn sie in ihrer Ernährung sorgfältig sind und es ablehnen, den Magen unnötig zu belasten. Er hat uns in seiner Gnade einen sicheren Weg geöffnet, der für alle, die darauf gehen, breit genug ist. Er hat uns für die Erhaltung unseres Lebens die vollwertigen und gesundheitsfördernden Erzeugnisse der Erde gegeben.

Wer die Unterweisungen, die Gott in seinem Wort und in seinen Werken gegeben hat, nicht beachtet, wer die göttlichen Anordnungen ablehnt, hat nur eine mangelhafte Erfahrung. Er ist ein kränklicher Christ. Sein geistliches Leben ist schwach. Er lebt, aber in seinem Leben fehlt der Wohlgeruch. Er vergeudet wertvolle Augenblicke der Gnade.

Viele haben ihren Körper durch Missachtung der Gesundheitsgesetze geschadet und werden sich vielleicht nie von den Nachwirkungen dieser Versäumnisse erholen, aber auch jetzt noch können sie ihre Gesinnung ändern und sich bekehren. Der Mensch hat versucht, weiser als Gott zu sein. Er ist sich selbst zu einem Gesetz geworden.

Gott aber ruft uns auf, seine Forderungen zu beachten und ihn nicht länger zu entehren, indem wir unsere körperlichen, geistigen und geistlichen Fähigkeiten verkümmern lassen. Frühzeitiger Verfall und Tod sind das Ergebnis, wenn wir uns von Gott abwenden und die Gewohnheiten der Welt annehmen. Wer seinem eigenen Ich nachgibt, muss die Strafe tragen. Am Tag des Gerichts werden wir erkennen, wie

1 GRÜNDE FÜR EINE GESUNDHEITSREFORM

ernst Gott die Übertretung der Gesundheitsgesetze nimmt. Wenn wir dann auf unser Handeln zurückschauen, werden wir sehen, welche Erkenntnis wir von Gott hätten haben können und was wir für einen edlen Charakter hätten bilden können, wenn wir die Bibel zu unserem Ratgeber gemacht hätten.

Der Herr wartet darauf, dass seine Gemeinde in Weisheit und Verständnis wächst. Wenn wir das Elend, die Missbildungen und Krankheiten sehen, die als Ergebnis der Unwissenheit in richtiger Pflege des Körpers in die Welt gekommen sind, wie können wir dann schweigen und die Welt nicht warnen?

Christus erklärte: So, wie es in den Tagen Noahs war, als die Erdbewohner gewalttätig waren und aufgrund zahlloser Verbrechen verkommen sind, so wird's auch gehen an dem Tag, wenn der Menschen Sohn offenbart werden wird. Gott hat uns großes Licht geschenkt, und wenn wir in diesem Licht leben, werden wir sein Heil sehen.

Entschiedene Veränderungen müssen eintreten. Es ist an der Zeit, dass wir unsere stolzen, eigenwilligen Herzen demütigen und den Herrn suchen, solange er zu finden ist. Als Volk müssen wir unsere Herzen vor Gott demütigen, denn die Narben der Inkonsequenz kennzeichnen unsere Lebensführung. Der Tag ist vorgerückt, die Nacht aber nahe herbeigekommen. Zu Lande und zu Wasser kann man Gottes Gerichte verfolgen. Eine zweite Gnadenzeit wird uns nicht gewährt werden. Jetzt ist nicht die Zeit, um falsche Schritte zu gehen. Jeder sollte Gott dafür danken, dass wir immer noch Gelegenheit haben, Charaktere für das künftige ewige Leben zu bilden.
Letter 135; 1902