

Gesund und frei

1. Thess 5,23 (NT 245)

Welche Bereiche unseres Seins sind Gott wichtig?

Was bedeutet heiligen?

Von den Dingen reinigen, die uns Schaden zuführen.

1. Petrus 2,11.12 (NT 259)

Wozu werden wir hier ermahnt?

Was ist mit fleischlichen Begierden gemeint?

Warum sind diese schlecht?

Sie streiten gegen die Seele, d.h. gegen unseren ganzes Wesen.

Warum sollen wir ein Vorbild sein?

1. Kor 3,16.17 (NT 198)

Wie denkt Gott darüber, wenn Menschen ihren Körper zugrunde richten?

Wodurch wird der Körper verunreinigt und geschädigt?

Manche Dinge werden in der Bibel angesprochen, andere nicht. Wir müssen also die Prinzipien verstehen. Ein wichtiges Prinzip ist, dass Jesus uns frei macht zum Dienst. Alles also, was uns abhängig macht, steht dem entgegen.

Rauchen

Rauchen ist das größte vermeidbare Gesundheitsrisiko! Es verursacht Krebs (z.B. Lungenkrebs 10 mal häufiger), Herzinfarkte und Frühgeburten; es schädigt insbesondere Babys im Mutterleib. Die Bibel sagt nichts direkt über das Rauchen, weil erst Kolumbus

um 1500 den Tabak aus Amerika nach Europa eingeführt hat. Zigaretten sind erst seit dem Krimkrieg 1856 verbreitet.

Wo raucht man nie? In der Kirche! Warum wohl?

Gott hat uns erkaufte. Wir haben nicht das Recht, unser Leben zu verkürzen und uns krank zu machen, weil wir Gott dann nicht mehr dienen können. Gott möchte, dass wir zu jeder Zeit für ihn bereit sind. Wenn aber ein Raucher keine Zigarette hat, ist mit ihm nicht mehr viel anzufangen.

Drogen und Koffein

Drogen führen zu Bewusstseinsveränderungen, Sucht und frühem Tod. Aufputzmitteln und Psychopharmaka verändern ebenfalls das Bewusstsein und machen abhängig; sie sollten außer auf ärztliche Verordnung nicht genommen werden. Wenig bekannt sind die vielen schädlichen Auswirkungen des Koffeins: Er wirkt wie eine Peitsche, mobilisiert die Reserven, ohne dem Körper Kraft zuzuführen (das ist wie ein Kauf auf Kredit) und macht abhängig. Er führt zu erhöhter Zuckerausschüttung (das begünstigt Diabetes), erhöhtem Blutfettspiegel (daher ist das Herzinfarktrisiko doppelt so hoch), zuviel Magensäure (das begünstigt Geschwüre) und verändert die Erbanlagen. Der Koffeingehalt von Kaffee beträgt 0,7-2,1%, Colagetränken 1,2%, von Kakao 1%. (Koffeinfreier Kaffee ist wegen der Röststoffe auch problematisch.) Schwarzer Tee enthält 1,3-1,8% Teein, das ähnlich wie Koffein wirkt. Die positiven Wirkungen des schwarzen Tees wiegen das nicht auf.

Alkohol

Sprüche 23,29-34

Wie werden hier die Auswirkungen von Alkohol beschrieben?

Auch wenn hier sehr negativ über Alkohol geschrieben wird, gibt es kein absolutes ausdrückliches Alkoholverbot in der Bibel. Aber es gibt Prinzipien, die uns bei dieser Frage helfen.

1. Gott wünscht, dass wir gesund und leistungsfähig bleiben (3 Jo 2).

Alkohol schädigt die Leber, den Magen und das Großhirn (bei Alkoholikern ist es sichtbar eingeschrumpft). Die passenden Alkoholgläser haben jeweils eine solche Größe, dass in jedem Glas etwa 10 Gramm reiner Alkohol ist. Forschungen zeigen, dass bereits ein Glas eines beliebigen alkoholischen Getränkes zum Absterben von unersetzbaren Gehirnzellen führt: die roten Blutkörperchen verklumpen sich, verstopfen die feinen Gehirnadern und nach 6-8 Minuten beginnen Gehirnzellen abzusterben (Zeitschrift *Listen*, Vol.22, No.12).

2. Schon kleine Mengen Alkohol vermindern das Reaktionsvermögen sowie das Unterscheidungsvermögen zwischen Gut und Böse. (1. Petrus 5,8 NT 262)

Viele Unfälle und Verbrechen geschehen unter Alkoholeinfluss. Alkohol regt an, weil er das Großhirn beeinträchtigt (Tobler 205f.), größere Mengen Alkohol enthemmen, die Kontrolle des Verstandes ist ausgeschaltet. Ich möchte Satans Versuchungen in keiner Weise entgegen kommen oder es ihm erleichtern, mich zu irgendwelchen

Sünden oder Fehlverhalten zu verleiten. Deshalb will ich allezeit nüchtern sein (1 Pt 5,8.9a). Und das besonders, weil wir in der Zeit kurz vor der Wiederkunft Jesu leben. Ich möchte Jesus nicht angeheitert begegnen.

3. Als Nachfolger Jesu gehören wir zur königlichen Priesterschaft (1 Pt 2,9a), wir sind gewissermaßen Priester.

Wir haben das Vorrecht des direkten Zugangs zu Gott, wir brauchen keine menschlichen Mittler (Hbr 10,19.22). Priestern war der Genuss von alkoholischen Getränken während ihres Dienstes ausdrücklich verboten (3. Mose 10,8-10).

4. Ohne den HI. Geist können wir kein christliches Leben führen.

Wir sollen sein Wirken in keiner Weise behindern (Eph 4,30a). Weingeist und Heiliger Geist sind aber Gegensätze, die einander ausschließen (Eph 5,18): Wo der eine Geist regiert, wird der andere verdrängt. Der Heilige Geist bewirkt Enthaltsamkeit und Selbstbeherrschung (Gal 5,22.23 Elberf.) und schenkt Freude ohne Alkohol.

5. Christen sollen Rücksicht nehmen auf andere, die durch ihre Verhaltensweise verletzt werden können, und daher Verzicht üben, auch um ein glaubwürdiges Vorbild zu sein (Rö 14,19-22 NT 193)

Phil 4,8.13 (NT 237)

Welches Ideal sollten wir in unserem Leben anstreben?

Welche Hilfe steht uns dabei zur Verfügung?
