

## (29) Die acht Geheimnisse der Gesundheit in 1. Mose



Laßt uns beten. Lieber Vater im Himmel, wenn wir nun die acht Geheimnisse der Gesundheit studieren die Du ganz am Anfang der menschlichen Geschichte festgehalten hast, bitten wir Dich um die Führung Deines Geistes. Hilf uns sie zu verstehen und gibt uns die Kraft sie in unserem Leben in die Tat umzusetzen. Wir bitten dies im wertvollen Namen Jesu, Deines geliebten Sohnes, Amen.



In unserem heutigen Vortrag werden wir die acht Geheimnisse der Gesundheit in 1. Mose studieren. Und grundlegend werden wir uns die acht Gesundheitsgesetze in den fünf verschiedenen Zeitabschnitten der menschlichen Geschichte anschauen.

- Der erste Zeitabschnitt ist natürlich ganz am Anfang bevor die Sünde in die Welt gekommen ist.
- Der zweite den wir uns anschauen wollen ist zwischen dem Sündenfall und der Sintflut.
- Der dritte Abschnitt ist die Zeit zwischen der Sintflut und heute.
- Der vierte Abschnitt ist natürlich, wie die Dinge heute sind.
- Und der letzte Abschnitt ist wie die acht Gesundheitsgesetze unter Gottes Volk ausgeübt werden, wenn die Sünde einmal aus der ganzen Weltall ausgelöscht sein wird.

Wir werden also die acht Gesundheitsgesetze studieren wie sie am Anfang waren und bis heute. Ich werde also einige Dinge zwischen heute und dem Ende der Zeit sagen und wie diese Gesundheitsgesetze schlußendlich in Gottes ewigem Königreich angewandt werden. Jetzt werden wir jeweils drei Punkte in den Fünf Abschnitten behandeln. Zuerst einmal werden wir uns das Umfeld anschauen das es während dieser Abschnitte gab. Dann werden wir uns die acht Gesundheitsgesetze in jedem Zeitabschnitt anschauen und schließlich schauen wir uns an, wie das Leben während jeder dieser Zeitabschnitte hätte verlängert werden können. Nun laßt uns mit dem Moment beginnen wo Gott diese Welt erschaffen hat.

Am Anfang wurde der Mensch mit einem vollkommenen Körper erschaffen und er wurde in eine vollkommene Umgebung gestellt. Der Naturhaushalt war in vollkommenem Gleichgewicht. Die Luft war kristallklar. Das Wasser war rein und erfrischend. Die Erde war absolut fruchtbar und ertragreich ohne Schädlinge, Unkraut, Dornen oder Disteln. Die Tiere haben keine anderen Tiere gefressen. Es gab keinen Tod. Es gab auch keine Krankheiten in der Welt. Anders ausgedrückt, die Umgebung bei der Schöpfung war vollkommen zur Erhaltung und Verlängerung des Lebens. Das ist der Grund dafür, warum wir in 1. Mose 1:31 am Ende der Schöpfung sehen, daß es heißt:

***"Und Gott sah alles an, was Er gemacht hatte; und siehe da, es war sehr gut. Da ward aus Abend und Morgen der sechste Tag."***

Mit anderen Worten, Gott hat ganz am Anfang ein vollkommenes Umfeld geschaffen in dem Adam und Eva gelebt haben. Zweitens hat Er bei der Schöpfung die acht Regeln festgehalten um die Gesundheit zu erhalten. So sind diese acht Regeln wie folgt:

1. Sonnenlicht. Nun, wenn man sich die Geschichte der Schöpfung anschaut, dann wird man herausfinden, daß das Licht am ersten Tag geschaffen worden ist. Und natürlich wird uns gesagt, daß die Sonne am vierten Tag gemacht worden ist. Ich werde aber nicht näher darauf eingehen wie das Licht am ersten Tag und die Sonne am vierten Tag gemacht worden ist, weil unser Interesse jetzt darin liegt, daß Gott Licht, Sonnenlicht gemacht hat, denn Er wußte daß der Mensch das Sonnenlicht braucht damit sein Leben erhalten wird.

2. Gott hat die frische Luft gemacht, die ganze Atmosphäre, die Lufthülle. Er hat dies am zweiten Tag der Schöpfung gemacht und damit darauf hingedeutet, daß der Mensch frische Luft atmen soll. Nun, zumal da Gott dem Menschen ja Lungen zum Atmen gegeben hat.

3. Gott hat am zweiten Tag auch das frische Wasser gemacht. Er machte das Wasser unter der Erde, was wir als die Wasserbrunnen oder Quellen kennen und das deutet darauf hin, daß der Mensch von dem frischen Wasser nehmen sollte, damit sein Leben erhalten wird. Am dritten Tag hat Gott die Pflanzen und die Bäume mit ihren Früchten gemacht, was darauf hinweist, daß Er erwartet hat, daß sich der Mensch an der vegetarischen Ernährung erfreuen würde die Er erschaffen hatte, damit er sein Leben erhalten und verewigen möge. Gott hat auch das Gesetz der Mäßigung im Garten Eden erklärt.

Anders ausgedrückt, davon Abstand zu halten, was schädlich oder schlecht für die Gesundheit ist. Gott hat diese Lektion erteilt, indem Er den Baum der Erkenntnis von gut und böse in den Garten getan hat und Er hat geschaut ob der Mensch von dem Abstand hält was Er verboten hatte. Mit anderen Worten, wir haben das Prinzip der Enthaltsamkeit oder Mäßigung, eben sich davon fern zu halten was einem schaden könnte.

Gott hat während der Schöpfungswoche auch den Tag und die Nacht gemacht. Indem Er die Nacht gemacht hat, hat Er darauf hingedeutet daß der Mensch Ruhe braucht, er muß schlafen. Gott hat auch ursprünglich die Bewegung gemacht. Uns wird in 1. Mose 2:15 gesagt, daß Gott Adam in den Garten Eden gesetzt hat und ihm auftrag für ihn zu sorgen.

***"Und Gott der HERR nahm den Menschen und setzte ihn in den Garten Eden, daß er ihn baute und bewahrte."***

Anders ausgedrückt, Er wollte, daß der Mensch Bewegung hat. Und schließlich versuchte Gott dem Menschen beizubringen, indem Er den Sabbat schuf, daß er der göttlichen Macht seines Schöpfers vertrauen sollte. Bei der Schöpfung hat Gott also acht Gesundheitsregeln eingeführt anhand derer der Mensch leben sollte, um seine Gesundheit in einer vollkommenen Umgebung zu erhalten.

Ich möchte Euch ein Zitat aus dem Buch *"In den Fußspuren des großen Arztes"* von Seite 127 vorlesen. Dies ist von der großen Gesundheitsreformerin des 19. Jahrhunderts, Ellen White. Ich würde jedem dieses Buch empfehlen. Es ist ein gewaltiges Buch über Gesundheitsgrundsätze. Sie sagt hier folgendes:

"Reine Luft, Sonnenschein, Mäßigkeit, ..."

Wir benutzen dieses Wort nicht mehr sehr oft. Es bedeutet, sich von etwas zurückzuhalten was schädlich ist. Also:

"Reine Luft, Sonnenschein, Mäßigkeit, Ruhe, Bewegung, richtige Ernährung, die Anwendung von Wasser, Vertrauen in die göttliche Kraft -- dies sind die wahren Heilmittel. Ein jeder sollte die Heilkräfte der Natur kennen und wissen, wie sie anzuwenden sind. Es ist wesentlich, die Grundsätze zu verstehen, welche die Krankenbehandlung einschließt und ebenso eine praktische Ausbildung zu besitzen, welche befähigt, diese Kenntnis zu verwenden."

Ich finde es interessant, daß diese Gesundheitsreformerin genau diese acht Gesundheitsgesetze erwähnt hat die wir in 1. Mose finden die Gott während der Schöpfungswoche gemacht hat und was

wir ja schon besprochen haben. Nun, Gott hat Adam und Eva nicht nur in eine vollkommene Umgebung gestellt und ihnen die acht Gesetze gegeben um ihre Gesundheit zu erhalten, sondern es gab da zu alledem noch etwas anderes das sie benötigten damit ihr Leben verlängert werden würde. Und das war ein Baum den Gott in den Garten Eden setzte, der in 1. Mose 2:9 erwähnt wird. Er wird der Baum des Lebens genannt. Nun müssen wir uns den Baum des Lebens als ein *"Batterieladegerät"* vorstellen. Mit anderen Worten, Gott hat dem Menschen eine gewisse, angeborene Antriebskraft, einen gewissen Vorrat an Lebensenergie gegeben.

Und obwohl er in einer vollkommenen Umgebung und mit den acht Gesundheitsgesetzen in Übereinstimmung lebte, würde sich diese *"Batterie"* Laufe der Zeit entladen. Und so war es notwendig, daß der Mensch weiter vom Baum des Lebens essen würde, um ständig seine Lebenskraft aufzuladen. So sehen wir also, daß der Mensch bei der Schöpfung in eine vollkommene Umgebung hinein geschaffen worden ist. Gott hat ihm die acht Gesundheitsgesetze gegeben um seine Gesundheit zu bewahren. Und an dritter Stelle hat Gott ein *"Batterieladegerät"* hingestellt um sein Leben aufzufrischen. Aber dann kam die Sünde in die Welt und all diese drei Dinge wurden von der Sünde angegriffen. Die Sünde hatte eine große Auswirkung auf die Umgebung. Beachtet, was wir in Römer 8:20-22 finden. Hier finden wir Auswirkungen des Sündenfalls auf die Schöpfung. Es heißt hier in Vers 20:

***"Sintemal die Kreatur unterworfen ist der Eitelkeit ohne ihren Willen, sondern um deswillen, der sie unterworfen hat, auf Hoffnung. Denn auch die Kreatur wird frei werden vom Dienst des vergänglichen Wesens zu der herrlichen Freiheit der Kinder Gottes. Denn wir wissen, daß die ganze Schöpfung bis zu diesem Augenblick mit uns seufzt und sich ängstet."***

Beachtet, daß die Natur nach der Sünde der Mühsal unterworfen worden ist. Laut dieses Textes stöhnt und seufzt sie unter Schmerzen. Die Umgebung wurde von der Sünde sehr betroffen. Zuerst einmal begann die Erde Dornen und Disteln hervorzubringen. Auch wird uns in der Bibel gesagt, daß die Tiere damit begannen andere Tiere zu fressen und der Tod kam in die Welt. Anders ausgedrückt, die Umgebung wurde durch die Sünde von Adam und Eva sehr beeinflusst.

Nun, zwischen dem Sündenfall und der Sintflut, war die Schöpfung oder die Umgebung nicht großartig betroffen. Die große Auswirkung würde als Folge der Sintflut kommen. Und doch war die Umgebung bis zu einem gewissen Grad betroffen. Wir wissen auch, daß zwischen dem Sündenfall und der Sintflut die menschlichen Wesen Gottes Moralgesetze sowie die Gesetze ihrer eigenen Gesetzgebungseinrichtung mißachtet haben. Wir wissen das, weil uns in 1. Mose 6:5 über die Gottlosigkeit berichtet wird die auf der Erde herrschte. So heißt es hier:

***"Da aber der HERR sah, daß der Menschen Bosheit groß war auf Erden und alles Dichten und Trachten ihres Herzens nur böse war immerdar."***

Und weiter heißt es in den Versen 11 and 12:

***"Aber die Erde war verderbt vor Gottes Augen und voll Frevels. Da sah Gott auf die Erde, und siehe, sie war verderbt; denn alles Fleisch hatte seinen Weg verderbt auf Erden."***

Und so sehen wir, daß der Mensch jetzt nicht nur in einer Umgebung lebte die nicht länger vollkommen war, aber auch daß er die acht Gesundheitsgesetze mißachtet hat, also die leiblichen Gesetze die Gott eingerichtet hat und offensichtlich auch die Moralgesetze Gottes. Auch hatte der Mensch nicht länger Zugang zu dem *"Batterieladegerät"*. Lest mit mir nun 1. Mose 3:22-24

***"Und Gott der HERR sprach: Siehe, Adam ist geworden wie Unsereiner und weiß, was gut und böse ist. Nun aber, daß er nicht ausstrecke seine Hand und breche auch von dem Baum des***

***Lebens und esse und lebe ewiglich! Da wies ihn Gott der HERR aus dem Garten Eden, daß er das Feld baute, davon er genommen ist, und trieb Adam aus und lagerte vor den Garten Eden die Cherubim mit dem bloßen, hauenden Schwert, zu bewahren den Weg zu dem Baum des Lebens."***

Somit konnte der Mensch nicht länger seine *Batterien* aufladen. Ihr seht drei Veränderungen als Ergebnis des Sündenfalls. Eine unvollkommene Umgebung, die Übertretung der acht Gesundheitsgesetze und keinen Zugang mehr zum "*Batterieladegerät*" um das Leben aufzufrischen. Und doch muß die angeborene Antriebskraft, die Gott Adam ursprünglich gegeben hat unermesslich gewesen sein. Ihr fragt: '*Warum?*' Wegen der großen Lebenserwartung der Menschen die zwischen dem Sündenfall und der Sintflut gelebt haben. Ich möchte nun diese Lebenserwartung erwähnen. Was für ein Maß an angeborener Antriebskraft, muß Adam ganz zu Anfang der menschlichen Geschichte erhalten haben, daß die Menschen sogar, obwohl sie in einer viel geringeren Umgebung lebten und die Gesundheitsgesetze in stärkerem Maß übertreten haben und keinen Zugang mehr zum "*Batterieladegerät*" hatten, sie doch noch fast 1000 Jahre alt wurden.

Nun, was war aber nach der Flut? Die Lebenserwartung der Menschen nahm drastisch nach der Sintflut ab. Ich möchte Euch gerne das Alter der vorsintflutlichen Menschen vorlesen die wir in 1. Mose 11 finden. Dies ist die Ahnenreihe von Sem.

- ◆ Sem 600 Jahre
- ◆ Arphachsad 438 Jahre
- ◆ Salah 433 Jahre
- ◆ Eber 464 Jahre
- ◆ Peleg 239 Jahre
- ◆ Regu 239 Jahre
- ◆ Serug 230 Jahre
- ◆ Nahor 148 Jahre
- ◆ Tharah 205 Jahre
- ◆ Abraham 175 Jahre

Das zeigt einen hochgradigen Rückgang der Lebenserwartung der Menschen die nach der Sintflut gelebt haben. Und sofort stellen wir die Frage: '*Warum?*' Nun, die weltweite Flut hat den ganzen Naturhaushalt des Planeten Erde auf den Kopf gestellt. Die Umwelt wurde als Ergebnis dieser weltweiten Katastrophe aus dem Gleichgewicht geworfen. Große Landesteile wurden unbewohnbar. Riesige Mengen an Salzwasser kam hervor. Wüsten und Eisdecken entstanden. Die Strahlen aus dem Weltall durchdrangen nun die Lufthülle weil die Schicht Wasser, die Gott über die Erde angelegt hatte zur Zeit der Flut herab kam. Krankheiten kamen auf und verbreiteten sich immer mehr und das Land war auf Grund dessen was bei der Sintflut geschah weniger ertragreich. So wurde die Umgebung sehr herabgesetzt und wurde nicht mehr so förderlich um Leben zu erhalten. Weiterhin fuhren die Menschen damit fort die acht Gesundheitsgesetze zu mißachten. Sie fuhren damit fort ihre angeborene Antriebskraft aufzubrengen indem sie den Gesetzen des Körpers die Gott eingeführt hat ungehorsam waren.

Der Turm zu Babel veranschaulicht dies. Wißt Ihr, diese gottlosen Menschen haben diesen Turm gebaut weil sie sich selber vor einer weiteren Flut schützen wollten und das hat nur 100 Jahre nach der Flut stattgefunden. Die Boshaftigkeit auf der Erde war groß und sie wollten das Böse und die Gottlosigkeit in den Mittelpunkt stellen, wie wir vorherig schon studiert haben, um die Welt in die völlige Rebellion gegen Gott zu führen. Und so finden wir eine Umwelt vor, die ganz und gar nicht förderlich war um das Leben zu erhalten. Hier haben wir also die Verletzung der Gesundheitsgesetze und natürlich nicht länger den Zugang zum "*Batterieladegerät*" um die Lebenskraft aufzufrischen und das ist der Grund dafür, warum die Lebenserwartung nach der

Sintflut erheblich zurück gegangen ist. Wie steht aber heute darum? Geht mit mir zu Psalm 90 und laßt uns den Vers 10 lesen. Wie steht es heute um die Lebenserwartung? Nun laßt uns anschauen was David darüber zu sagen hatte. Er sagte in Psalm 90:10 folgendes:

***"Unser Leben währet siebzig Jahre, und wenn's hoch kommt, so sind's achtzig Jahre, und wenn's köstlich gewesen ist, so ist es Mühe und Arbeit gewesen; denn es fährt schnell dahin, als flögen wir davon."***

Anders ausgedrückt, was David sagt ist: *'Die Lebenserwartung zu meiner Zeit war zwischen 70-80 Jahren und wenn man so lange lebte, daß man 80 Jahre alt wurde war es mit Schmerzen, Beschwerden und Sorgen.'* Nun stellt sich die Frage: *'Warum verringerte sich die Lebenserwartung sogar noch mehr in der Zeit nach der Sintflut bis zur Zeit Davids?'* Es gibt gar kein Zweifel daran, daß es an den Umwelteinflüssen liegt, der Verletzung der acht Gesundheitsgesetze und daß man keinen Zugang mehr zum *"Batterieladegerät"* hat. Nun fragt jetzt vielleicht jemand: *'Aber Pastor Bohr, die Lebenserwartung von heute ist der ähnlich wie sie zur Zeit von David war. Warum ist sie nicht noch mehr zurückgegangen?'* Laßt mich Euch erklären warum. Wißt Ihr, die Wissenschaft hat viele der Umweltgefährdungen und Krankheiten beseitigt die die Lebensenergie verringern. Es gibt einen gewaltigen und deutlichen Schwerpunkt auf Hygiene und Sterilisation, sogar schon unter dem Volk Israel, aber besonders heute. Wissenschaftliche Entdeckungen haben geholfen die Bedrohung von Viren und Bakterien zu reduzieren. Antibiotika und Impfungen sind diese Krankheiten losgeworden die Angst und Terror in den Herzen der Menschen geschürt haben, Krankheiten wie Tuberkulose, Pocken, Kinderlähmung und die Pest. Medizinische Behandlungen sind dazu fähig den Menschen zu helfen die Menge der Lebensenergie die sie haben, zu bewahren.

Und so legen wir heute auch eine sehr große Betonung darauf, den Gesundheitsgesetzen zu folgen. Wir haben zum Beispiel gesehen, daß sie im Fernsehen eine Menge Ernährungspläne und auch Gymnastikprogramme und so weiter haben, damit die Menschen ihre Gesundheit erhalten können. Die Betonung liegt auch darauf genug Wasser und Bewegung zu erhalten und die richtigen Dinge zu essen. Und so ist die Lebenserwartung der Menschen ungefähr so wie in den Tagen Davids, weil die Umwelteinflüsse zwar nicht ausgelöscht, aber wegen der medizinischen Wissenschaft vermindert werden und weil eine erneute Betonung auf den acht Gesundheitsgesetzen liegt und man ihnen folgen sollte. Aber immer noch haben die Menschen keinen Zugang zum *Aufladegerät* und so leben sie bis 70, 80 und einige mit Ausnahme der Regel bis 90 oder sogar bis 100 Jahre. Und wir sagen: *'Oh, diese Person ist 100 Jahre alt geworden!'* Aber was ist 100 verglichen mit 969 Jahren, dem Alter von Methusalah? Gewiß, sehr viel. Ich meine, als die Menschen die vor der Flut gelebt haben und das Alter von 500 Jahren erreicht haben, waren sie gerade mal in ihrem mittleren Lebensalter. Wißt Ihr, sie hatten ja noch 400 oder 500 Jahre zu leben und doch, wenn man das heute betrachtet, hat sich das Leben mit jenen Tagen verglichen drastisch verkürzt.

Nun möchte ich noch ein bißchen über die angeborene Antriebskraft sprechen die jeder von uns hat und die unser Leben erhält und und hilft eine gute Lebensqualität zu haben. Vor ein paar Jahren haben zwei Ärzte eine intensive Studie auf diesem Gebiet der *"angeborenen Antriebskraft"* betrieben, die auch die *"Anpassungsenergie"* genannt wird. Sie heißen: Hans Selye und Paul Tournier. Sie haben ihre Forschung in mehreren Büchern, sowie in Artikeln medizinischer Zeitschriften veröffentlicht. Sie haben entdeckt, daß jeder von uns in diese Welt mit einem gewissen Vorrat, was sie *"angeborene Antriebskraft"* oder *"Anpassungsenergie"* nannten, in diese Welt geboren wird. Es wird auch *"Lebenskraft"* genannt. Sie haben entdeckt, daß manche Menschen mehr und die anderen weniger Lebenskraft erhalten. Wir erhalten sie gemäß der Gewohnheiten unserer Vorfahren. Wenn unsere Vorfahren mit schweren Umweltgefährdungen gelebt und die acht Gesundheitsgesetze verletzt haben, dann erhalten wir weniger Lebenskraft. Wenn unsere Vorfahren mit ihren Gesundheitsgewohnheiten sorgsam umgegangen sind und in einer besseren Umgebung gelebt haben, dann haben sie einen größeren Vorrat an Lebensenergie weitergegeben.

Nun, wenn wir diese Lebensenergie erhalten, wird sie dazu verwendet damit die leiblichen Aufgaben unseres Körpers ihren Dienst tun. Anders ausgedrückt, die Lebenskraft hält das Herz am pumpen und das Gehirn am Denken und die Lungen am Atmen. Das ist die *Antriebskraft* des Körpers. Wenn wir diese *Antriebskraft* bekommen, dann kann sie nicht aufgefüllt werden. Was wir bekommen muß für ein Leben lang reichen. Sie bringt auch keine Zinsen und sie kann nicht ersetzt werden. Während wir leben nimmt sie immer mehr ab oder sie wird schwächer. Wir können uns dazu entscheiden die Lebenskraft durch das Befolgen angemessener Gewohnheiten zu erhalten und in bestmöglicher Umgebung zu leben. Oder wir können uns dazu entscheiden in irgendeinem Umfeld zu leben und die Gesundheitsgesetze zu brechen. Dies verringert die Antriebskraft und verkürzt unser Leben, macht uns weniger glücklich und weniger gesund. Ich möchte Euch veranschaulichen was ich meine. Ich habe mal zwei Zeichnungen gesehen. Auf der einen war ein Mann als er jung war. Er hatte ein großes, breites Lächeln auf seinem Gesicht und er hatte eine Kerze in jeder Hand die jeweils von zwei Seiten brannten. Auf der anderen Zeichnung war der gleiche Mann und er war alt und klapprig. Er war vorn über gebeugt und die Kerze war nur noch ein kleiner Stummel. Die Kerze brannte noch, aber sie flackerte und war nahe dran auszugehen. Er hielt die Hand über die Flamme und bettelte darum, daß sie nicht ausgehen möge. Was hat er mit der Lebensenergie seiner jüngeren Jahre gemacht? Er hat die Kerze an beiden Enden abgebrannt. Anders ausgedrückt, er benutzte unbekümmert seine Lebensenergie, seine Anpassungsenergie. Als Ergebnis davon wurde sein Leben verkürzt und unglücklich und ich würde auch noch sagen, ungesund.

Ich möchte noch ein Zitat der Gesundheitsreformerin Ellen White aus ihrem Buch "*Christliche Mäßigkeit*" von Seite 81, vorlesen. Sie verstand schon lange vor Selye and Tournier und denjenigen die moderne Forschungen betrieben haben, viel, viel mehr von dem Thema der angeborenen Antriebskraft. Sie schreibt folgendes:

"Unmäßigkeit im Essen und Trinken, Unmäßigkeit in der Arbeit, ja, in allen Dingen findet man überall. Wer große Anstrengung macht, eine bestimmte Arbeit in einer bestimmten Zeit zu verrichten und fortfährt, wenn er ruhen sollte, gewinnt nichts. Er lebt von geliehenem Kapital. Er verbraucht die Lebenskräfte, die er für die Zukunft nötig hat. Und wenn die so unbedachtsam verbrauchte Kraft späterhin erforderlich ist, mangelt sie ihm und er kann das Verlangte nicht leisten. Die Kraft des Körpers ist geschwunden, die Geisteskraft dahin. Er empfindet, daß er einen Verlust erlitten hat, weiß aber nicht, was es eigentlich ist. Die Zeit seiner Not ist gekommen, aber seine körperlichen Kräfte und Hilfsmittel sind erschöpft. ..."

Dann sagt sie folgendes:

"... Ein jeder, der den Naturgesetzen ungehorsam ist, ..."

Das sind die acht Gesundheitsgesetze über die wir gesprochen haben.

"... muß mehr oder minder dafür leiden. Gott hat unseren Leib so geschaffen, daß wir die in den verschiedenen Zeitabschnitten unseres Lebens nötige Kraft haben. Wenn wir diese Kraft durch beständige Überanstrengung unbedachtsam vergeuden, werden wir es einmal büßen müssen. Wir werden weniger nützlich sein, oder unser Leben wird sogar dadurch zu Grunde gerichtet."

Was sie also sagt ist, daß wenn wir in Harmonie mit den acht Gesundheitsgesetzen leben, werden wir unsere angeborene Antriebskraft für die Zeit der Not aufrechterhalten und bewahren und auch um unser Leben und unsere Fröhlichkeit zu verlängern. Aber sie sagt auch, daß jedes mal wenn wir diese Gesetze mißachten unsere Energie aufgebraucht und als Ergebnis davon unser Leben verkürzt, unsere Gesundheit und offensichtlich auch unsere Fröhlichkeit davon beeinflusst wird, denn niemand kann völlig fröhlich sein, wenn er oder sie immer krank ist. Wir alle erhalten also diese *Lebenskraft* oder *Lebensenergie*, diese *Anpassungsenergie* von unseren Vorfahren. Manche mehr, andere weniger. Wißt Ihr, ich kann nicht anders als an George Burns zu denken, dieser Hollywood Schauspieler der 100 Jahre alt geworden ist. Manche Menschen sagen: *'Seht, er hat Zigarren geraucht und ein zügelloses Leben geführt und er ist 100 Jahre alt geworden. So schätze ich, ich kann alles mit meinem Körper machen und wenn ich Glück habe lebe ich bis 100.'* Der einzige Grund dafür warum er 100 Jahre alt geworden ist, ist weil er die angeborene Antriebskraft von seinen Vorfahren erhalten hat. Sie müssen in kräftiger, körperlicher Verfassung gewesen sein! Sie müssen verhältnismäßig gut in Übereinstimmung mit den Gesundheitsprinzipien gelebt haben. Aber das trifft nicht auf jeden zu, denn jeder bekommt einen anderen Vorrat an Lebensenergie.

Nun möchte ich gerne einige Gewohnheiten ansprechen die diese Lebensenergie die Gott uns gegeben hat aufbrauchen und verringern. Übrigens ist die Lebensenergie nicht nur für die Arbeitsweise des Körpers, sondern auch für unsere geistige und seelische Arbeitsweise entscheidend. Je mehr Kraft wir haben, desto besser wird unser Geist arbeiten und desto näher können wir zu Gott kommen und Seinen Willen verstehen. Hier also die Beispiele dafür, die die Lebensenergie aufbrauchen.

- ➔ Nicht genug Ruhe.
- ➔ Nicht genug Schlaf.

Wißt Ihr, als ich Student war, da habe ich die ganze Nacht für eine Prüfung gelernt. Wißt Ihr wie das ist? Das ist als ob man mit einem Auto 160 km/h fährt während es nicht in Betrieb sein sollte. Wißt Ihr, in der Nacht sollte unser "*Motor*" nicht in Betrieb sein. Unsere Körperfunktionen arbeiten noch, aber unser "*Motor*" ist außer Betrieb. Wir sollten nicht Tag und Nacht auf Hochtouren laufen, denn dies verbraucht unsere Energie.

Und so ist eines der Gesundheitsgesetze **Ruhe**. Wir müssen genug Ruhe bekommen und wir müssen genug **Schlaf** bekommen. Eines was ich an den Leuten in Latein Amerika bewundere ist, daß sie ihre Geschäfte zur Mittagszeit schließen und dann Siesta machen. Sie gehen nach Hause und essen und haben eine schöne Zeit mit ihrer Familie und dann gehen sie um 14:00 zurück und machen ihre Geschäfte wieder auf, denn sie wissen daß Ruhe von entscheidender Bedeutung ist. Was ist ein anderer Einfluß der diese angeborene Antriebskraft verringert? Trauma, Unfälle. Wir alle müssen vorsichtig sein damit wir keinen Unfall bauen. Uns ist bewußt, daß wir hier und da Unfälle haben werden. Aber wißt Ihr was geschieht wenn wir einen Unfall hatten und uns zum Beispiel einen Knochen gebrochen haben? Der Körper muß dann zusätzliche Energie freisetzen um diesen Knochen zu reparieren, die aber nicht hätte freigesetzt werden müssen, wenn wir vorsichtiger gewesen wären.

Der nächste Punkt ist **Bewegung** oder der Mangel an Bewegung, und der hat einen Einfluß auf die Verbrennung der Lebensenergie die wir bekommen haben. Wißt Ihr, wenn wir zu viel Körpergewicht haben, dann ist das Ergebnis davon, daß das Herz kräftiger und auch viel mehr pumpen muß. Und übrigens, wenn wir übergewichtig sind, und ich kristisiere hier niemanden, aber wenn zu viel wiegen dann ziehen sich unsere Gefäße zusammen und das macht es für das Herz viel schwieriger das Blut hindurch zu pumpen. Wenn sich also die Gefäße zusammen ziehen, dann lagern sie Cholesterin ab und das Herz muß das Blut schwerer durch die Gefäße drücken. Laßt mich

Euch ein Beispiel geben.

Mit sehr wenig Bewegung schlägt das Herz eines normalen Menschen 80 mal in der Minute. Das bedeutet also, daß das Herz 115.000 mal am Tag schlägt. O.k. Aber wenn man ein bißchen Bewegung hat, dann kann man den Herzschlag auf 60 Schläge in der Minute verringern, was bedeutet, daß die Pumpe 29.000 Schläge pro Tag spart und daß weil es nur 86.000 mal schlägt. Und was macht Ihr also? Durch Bewegung verringert Ihr den Verbrauch der Lebensenergie, das heißt Ihr bewahrt sie vielmehr. Übrigens, die Lebensenergie verlängert nicht nur unser Leben, sie hilft uns auch im Widerstand gegen Krankheit.

Jetzt möchte ich gewisse Gewohnheiten ansprechen die Leute haben, wie zum Beispiel das **Rauchen**. Was ist die Schattenseite des Rauchens? Nun, wenn die Leute rauchen, dann kommt das Gift in ihren Körper hinein, zum Beispiel in die Nieren und die Nieren müssen Überstunden leisten um das Gift wieder los zu werden. Auch die Leber muß härter und länger arbeiten um das Nikotin auszuscheiden, sowie die anderen 250 Gifte die in Zigaretten drin sind. So muß also als Ergebnis vom Rauchen der Körper Überstunden machen um diese Gifte auszuscheiden und um das zu erreichen verausgabt er die Lebenskraft die dazu verwendet werden sollte um das Leben zu bewahren.

Übrigens muß der Körper den Schaden reparieren der durch den Rauch entstanden ist und somit verschwendet der Körper unnötige Lebenskraft die wir bekommen haben. Nun mögen vielleicht manche Leute sagen: 'Nun Pastor Bohr, aber die Bibel verbietet das Rauchen nicht.' Was machen wir also, wenn die Bibel nicht ausdrücklich eine gewisse Gewohnheit anspricht? Wie wissen wir ob eine Gewohnheit o.k. oder nicht o.k ist? Manche Leute sagen: 'Wenn es in der Bibel nicht heißt, daß man nicht rauchen soll, dann ist es in Ordnung zu rauchen.'

Nun, laßt mich Euch erzählen was ist, wenn die Bibel nicht ausdrücklich eine Gewohnheit anspricht. Wir müssen nach biblischen Grundsätzen schauen und diese auf einen bestimmten Sachverhalt anwenden. Erlaubt mir ein paar Grundsätze anzubringen. Da ist zum Beispiel das Rauchen. Im sechsten Gebot der zehn Gebote heißt es:

*"Du sollst nicht langsam töten."* Heißt es wirklich so? *"Du sollst nicht langsam töten."*? Nein, sondern es heißt wie?

***"Du sollst nicht töten."***

Nun möchte ich Euch was fragen: Tötet ein Raucher sich langsam selber? Verkürzt er sein Leben? Natürlich. So ist dies eine Verletzung des Grundsatzes der heißt:

***"Du sollst nicht töten."***

In Offenbarung 21:27 heißt es:

***"Und es wird nicht hineingehen irgend ein Gemeines und das da Greuel tut und Lüge, sondern die geschrieben sind in dem Lebensbuch des Lammes."***

Nichts unreines wird den Himmel je betreten. Habt Ihr jemals die Lungen eines Rauchers gesehen? Weiterhin heißt es in Jesaja 55:2

***"Warum zählet ihr Geld dar, da kein Brot ist und tut Arbeit, davon ihr nicht satt werden könnt?"***

Wißt ihr, Leute die Zigaretten rauchen haben offensichtlich Geld um es zu verbrennen. Es wäre besser man würde gleich die Geldscheine verbrennen anstatt sie für Zigaretten auszugeben, so würde lediglich das Geld verbrannt werden aber es würde die eigene Gesundheit nicht kaputt



machen. Anders ausgedrückt, Geld für Zigaretten auszugeben ist eine schlechte Gepflogenheit des "Verwalteramtes". Weiterhin wird uns in 3. Mose 19:18 gesagt:

***"Du sollst deinen Nächsten lieben wie dich selbst."***

Nun, wie zeigt "Rauch aus zweiter Hand" Liebe für den Nächsten? Wißt Ihr, es wurden Studien gemacht um zu zeigen, daß "Rauch aus zweiter Hand" oder Passivrauchen genauso schlimm oder manchmal noch schlimmer ist als "Rauch aus erster Hand", wenn jemand also selber raucht. Und wenn wir unter Leuten rauchen, zum Beispiel wenn unsere Kinder da sind, zeigen wir ihnen nicht wie sehr wir sie lieben. Weiter heißt es in Römer 6:16, daß der Apostel Paulus sagt:

***"Wisset ihr nicht: welchem ihr euch begeben zu Knechten in Gehorsam, des Knechte seid ihr, dem ihr gehorsam seid, es sei der Sünde zum Tode oder dem Gehorsam zur Gerechtigkeit?"***

Er sagt damit, daß wir von unseren Gewohnheiten nicht versklavt werden sollen. Und natürlich finden wir den größten Beweggrund in 1. Korinther 6:19+20, wo uns gesagt wird, daß unser Leib der Tempel des Heiligen Geistes ist und daß wir nicht uns selber gehören.

***"Oder wisset ihr nicht, daß euer Leib ein Tempel des heiligen Geistes ist, welchen ihr habt von Gott, und seid nicht euer selbst. Denn ihr seid teuer erkaufte; darum so preist Gott an eurem Leibe und in eurem Geiste, welche sind Gottes."***

Wenn wir also diese Grundsätze nehmen, obwohl die Bibel nicht sagt: 'Du sollst nicht rauchen' und wir sie anwenden, dann werden wir herausfinden, daß Rauchen gesundheitsschädlich ist und gegen Gottes Gesundheitsgebote verstößt.

Nun, ich will den Menschen die sich in der Gewohnheit des Zigarettenrauchens verfangen haben, nicht kritisch gegenüberstehen. Ich weiß, es ist eine schreckliche Gewohnheit. Manche Leute sagen es ist sogar schlimmer als harte Drogen. Ich tadle niemanden, weil Gott uns die Kraft geben kann alles zu überwinden. Die Bibel sagt in Philipper 4:13

***"Ich vermag alles durch den, der mich mächtig macht, Christus."***

Aber ich erwähne hier nur einfach eine Tatsache, daß Zigaretten rauchen die Lebenskräfte aufzehrt. Es verringert die Lebensenergie. Es macht uns krank. Habt Ihr jemals den Husten eines Rauchers gehört? Wißt Ihr, in fortgeschrittenem Zustand hört es sich an, als ob jemand Lungenentzündung hat. Da kann man den tiefen Husten von den Lungen her hören.

Nun, wie steht es mit **Alkohol**? Wißt Ihr, es gibt Christen die sagen: 'Ach, es ist nichts schlimmes dabei ein bißchen Alkohol zu trinken.' Nun, ist das wahr? Wußtet Ihr, daß Alkohol, egal in welcher Menge man ihn trinkt, Gehirnzellen absterben läßt? Es ist bewiesen, daß Alkohol Leberzirrhose, das ist eine reparierbare Erkrankung der Leber und andere Krankheiten verursacht. Er verursacht großes Herzleid in vielen Familien. Er verursacht Unfälle. Er benebelt das Gehirn, so daß man nicht mehr fähig ist zwischen richtig und falsch zu unterscheiden und er nimmt die Willenskraft weg das gute zu tun und das böse abzulehnen.

Anders ausgedrückt, er beeinflußt Euer Unterscheidungsvermögen und Eure Kraft, Entscheidungen zu treffen und die Macht das zu tun was richtig ist. Die Bibel hat viel über dieses Thema Alkohol zu sagen. Wißt Ihr, manche Leute nehmen einen Text hier und einen Text da und dann sagen sie: 'Seht, der Apostel Paulus sagt, daß ein bißchen Wein gut für den Magen ist.' Nun, das Wort "Wein" kann sich auf Traubensaft beziehen oder auch auf den vergorenen Traubensaft den wir "Wein" nennen. Ihr müßt dem Zusammenhang erlauben dies herauszustellen. Manche Leute sagen: 'Nun, Jesus hat

*Wein bei der Hochzeit zu Kana gemacht.* ' Das ist wahr, aber denkt Ihr wirklich, daß Jesus ein alkoholisches Getränk gemacht hat, das die Gehirnzellen absterben läßt, die Er selber erschaffen hat? Ich glaube das nicht. Ein Getränk, das Familienstreit verursacht und die Leute krank macht? Ganz und gar nicht.

Nun möchte ich noch ein paar Verse aus der Bibel anführen. In 1. Mose 19:35-38 finden wir die Töchter von Lot die ihn betrunken gemacht und dann Inzest mit ihrem eigenen Vater betrieben haben um Kinder zu bekommen. Und natürlich konnte Lot nicht mehr geradeaus denken. Er wußte nicht mehr, daß sie seine Töchter waren, denn er stand unter Alkoholeinfluß. Es heißt hier:

***"Also gaben sie ihrem Vater die Nacht auch Wein zu trinken. Und die jüngere machte sich auf und legte sich zu ihm; und er ward's nicht gewahr, da sie sich legte noch da sie aufstand. Also wurden beide Töchter Lots schwanger von ihrem Vater. Und die ältere gebar einen Sohn, den nannte sie Moab. Von dem kommen her die Moabiter bis auf den heutigen Tag. Und die jüngere gebar auch einen Sohn, den hieß sie das Kind Ammi. Von dem kommen die Kinder Ammon bis auf den heutigen Tag."***

In Sprüche 20:1 heißt es:

***"Der Wein macht Spötter, und starkes Getränk macht wild; wer davon taumelt, wird niemals weise."***

Mit anderen Worten, Solomo wußte das. Solomo war doch nicht weltfremd als er davon sprach. Ihr wißt, daß er sich in seinen Jugendjahren von Gott abgewandt hatte. Und wenn man die Bücher Sprüche und Prediger liest, dann sieht man, daß er in die Welt ging und so zu sagen zum "Partylöwen" wurde. Wenn er also sagt, daß der Wein Spötter macht und das starke Getränk wild, dann weiß Solomo wovon er spricht. Dann haben wir die Geschichte in 3. Mose 10 von Nadab und Abihu die fremdes Feuer dem Herrn darbrachten. Sie konnten nicht mehr zwischen heiligem Feuer und gewöhnlichem Feuer unterscheiden. Warum? Weil uns gesagt wird, daß sie unter Alkoholeinfluß standen. Sie hatten zu viel Wein getrunken. Es heißt also in 3. Mose 10:1+2, 8-10:

***"Und Aarons Söhne Nadab und Abihu nahmen ein jeder seine Pfanne und taten Feuer hinein und legten Räucherwerk darauf und brachten so ein fremdes Feuer vor den HERRN, das er ihnen nicht geboten hatte. Da fuhr ein Feuer aus von dem HERRN und verzehrte sie, daß sie starben vor dem HERRN. Der HERR aber redete mit Aaron und sprach: Du und deine Söhne, ihr sollt weder Wein noch starke Getränke trinken, wenn ihr in die Stiftshütte geht, damit ihr nicht sterbt. Das sei eine ewige Ordnung für alle eure Nachkommen. Ihr sollt unterscheiden, was heilig und unheilig, was unrein und rein ist."***

Ihr seht, der Wein erlaubt nicht zwischen richtig und falsch zu unterscheiden und das rechte zu wählen und das unrechte abzulehnen. Der Apostel Paulus gibt uns in Galater 5:19-21 eine ganze Liste der Werke des Fleisches.

***"Offenkundig sind aber die Werke des Fleisches, als da sind: Unzucht, Unreinheit, Ausschweifung, Götzendienst, Zauberei, Feindschaft, Hader, Eifersucht, Zorn, Zank, Zwietracht, Spaltungen, Neid, Saufen, Fressen und dergleichen. Davon habe ich euch vorausgesagt und sage noch einmal voraus: Die solches tun, werden das Reich Gottes nicht erben."***

Und er erwähnt die Trunkenheit, also das Saufen, das dies eines der Werke des Fleisches ist. Und er sagt auch damit aus, daß diejenigen die betrunken werden und dies nicht bereuen und ihre Wege ändern, daß sie das Reich Gottes nicht erben werden. In 1. Korinther 6:9-10 sagt der Apostel Paulus

das ganz gleiche. Er sagt:

***"Oder wisst ihr nicht, dass die Ungerechten das Reich Gottes nicht ererben werden? Lasst euch nicht irreführen! Weder Unzüchtige noch Götzendiener, Ehebrecher, Lustknaben, Knabenschänder, Diebe, Geizige, Trunkenbolde, Lästerer oder Räuber werden das Reich Gottes ererben."***

Er sagt also, daß diejenigen die betrunken sind Gottes Reich nicht erben werden. So kommen also Alkohol und Zigaretten gar nicht erst in Frage, wenn es darum geht die angeborene Antriebskraft zu bewahren.

Nun laßt uns noch ein bißchen über **Ernährung** sprechen. Im Grunde gibt es vier Arten der Ernährung. Die eine ist die vegetarische, vegane Ernährung. Obst und Gemüse. Die zweite ist die lacto-ovo, vegetarische Ernährung. Dies sind Leute die kein Fleisch essen, aber sie essen Milchprodukte. Die dritte Art sind die Leute die reines Fleisch essen. Und die vierte Art ist die Ernährung für's Herz. *'Iß alles was dein Herz begehrt, denk gar nicht drüber nach. So lange es eßbar ist, oder so genannt wird, iß es.'*

Welches ist aber die beste Ernährung? Welches ist die Ernährung die die *angeborene Antriebskraft* bewahrt und erhält? Nun, meine Lieben, es gibt keinerlei Zweifel daran, daß die Ernährung die Gott geschaffen hat die vegetarische Ernährung ist. Das ist die beste von allen. Das ist Plan A. Laßt uns dazu 1. Mose 1:29+30 ansehen und schaut mal, das die Tiere auch Vegetarier waren.

***"Und Gott sprach: Sehet da, Ich habe euch gegeben alle Pflanzen, die Samen bringen, auf der ganzen Erde, und alle Bäume mit Früchten, die Samen bringen, zu eurer Speise. Aber allen Tieren auf Erden und allen Vögeln unter dem Himmel und allem Gewürm, das auf Erden lebt, habe Ich alles grüne Kraut zur Nahrung gegeben. Und es geschah so."***

Die Menschen und die Tiere wurden am Anfang als Vegetarier erschaffen. Nun, es gibt ein paar Grundsätze der Ernährung die ich mit Euch behandeln möchte. Zuerst einmal sollte unsere Ernährung einfach und natürlich sein. Das bedeutet, daß wir kein verarbeitetes Essen und raffinierte Speisen essen sollten. Sie sollten so nah wie möglich an ihrem natürlichen Zustand dran sein wenn Ihr sie eßt. Zweitens sollten wir eine Vielfalt an Obst und Gemüse essen. Wißt Ihr, Gott hätte ja auch ein *Supersessen* machen können, das alle notwendigen Nährstoffe drin hätte, aber Gott hat ein *Buffet* gemacht. Er hat alle möglichen, verschiedenen Arten von Obst und Gemüse gemacht, die die gleichen Ernährungseigenschaften haben, denn Gott ist Gott der Abwechslung. Es wußte, daß der Geschmack unterschiedlich sein würde. Wir sollten eine abwechslungsreiche und auch eine ausgewogene Ernährung haben, was bedeutet, daß wir das Gleichgewicht zwischen den Proteinen, Kohlenhydrate, Mineralien und Vitaminen haben sollen. Wir sollten zu regelmäßigen Zeiten in angemessener Menge essen. Wir sollten auf der Hut sein Schnellgerichte, das sogenannte "junk food" oder *ungesunde Fertignahrung* zu essen und zu viel Zucker.

Wißt Ihr, wir könnten einen ganzen Vortrag hernehmen um über die Grundsätze zu sprechen. Aber wir müssen mit anderen Worten gesagt, sorgsam sein und Gottes Ratschlägen folgen was die Ernährung betrifft. Die ursprüngliche Ernährung ist die beste von allen. Übrigens, Fleisch zu essen hat viele Schattenseiten. Zum Beispiel enthält es Fett. Fett enthält Cholesterin und Cholesterin verursacht, daß sich die Arterien verhärten und dies führt zu Schlaganfall und Herzattacken. Weiterhin werden Krankheiten im Blut weitergetragen. Ich bin sicher Ihr habt von BSE, dem Rinderwahnsinn gehört, das ist nur ein Beispiel und es gibt noch andere Krankheiten. So ist also eine fleischliche Ernährung nicht die beste in diesen Tagen. Außerdem spritzen sie den Tieren viele male Wachstumshormone. Und wenn wir dann dieses Fleisch mit den Wachstumshormonen essen, dann werden wir davon betroffen und beeinträchtigt. Auch sind die Tiere selber Träger dessen, was

"Purine" genannt wird.

Anmerkung:

*"Purine sind die Bausteine der Nukleinsäuren, die wiederum die Träger der menschlichen Erbinformation sind. Als Nahrungsbestandteil wird Purin mit Fleisch, vor allem mit Innereien, aufgenommen. Purine sind Substanzen in Lebensmitteln. Sie sind Bestandteil jeder Zelle und für die Erbsubstanz und den Aufbau neuer Zellen notwendig. Beim Abbau der Purine aus der Nahrung entsteht Harnsäure. Bei manchen Menschen kann diese nicht in ausreichender Menge ausgeschieden werden. Dadurch entsteht im Blut ein zu hoher Harnsäurespiegel, der in Gelenken zu Ablagerungen und damit zu Gicht führen kann. Als Folge der Gicht kann es auch zu Störungen der Nierenfunktion oder zu Nierensteinen kommen."*

Anmerkung Ende.

Wißt Ihr, es gibt Leute die sagen: *'Wenn ich damit aufhöre Fleisch zu essen, dann fühle ich mich plötzlich so schwach.'* Nun, der Grund dafür ist, daß das Fleisch gewisse Aufputschmittel in sich hat, denn die Tiere haben genauso Adrenalin wie wir es haben und wenn wir das Fleisch essen, dann essen wir diese Hormone die sie natürlicher Weise produzieren und so empfinden die Leute Kraft obwohl sie tatsächlich nur auf künstliche Weise Kraft empfinden, die aber als richtige Kraft durch eine vegetarische Ernährungsweise erhalten werden kann wenn wir uns daran gewöhnt haben.

Nun sagen manche Leute: *'Naja, diese Vorschriften von reier oder unreiner Nahrung, das war für das alte Israel. Die wurden ihnen von Mose gegeben.'* Nun, Tatsache ist, meine Lieben, daß 1. Mose 7:2-3 sehr deutlich zeigt, daß es reine und unreine Tiere schon vor der Flut gab, denn Gott sagte zu Noah, daß er die reinen und unreinen Tiere in die Arche nehmen sollte. Mir ist bewußt, daß viele die dies hören sagen werden: *'Whoa... Pastor Bohr setzt die Meßlatte echt hoch an. Wißt Ihr, ich meine, Vegetarier über Nacht zu werden.'* Es ist auch möglich, daß einige Leute sagen: *'Ich kann nicht über Nacht Vegetarier werden.'* Nun, Gott hat gewisse Übergangspunkte dargelegt denen man folgen kann um das Wunschbild zu erreichen. Wißt Ihr, Er erlaubt den Menschen in der Bibel gewisse Arten der Tiere zu essen und ich würde sagen, daß dies wie ein Schritt hin zu Gottes ursprünglichem Gedanken ist. Ihr fragt jetzt vielleicht: *'Welche Maßstäbe hat Gott dargelegt welche Art von Fleisch ich essen kann, wenn ich momentan noch der Meinung bin, daß ich ohne Fleisch nicht überleben kann?'* Nun, ich möchte noch kurz ein paar Verse hier erwähnen. 5. Mose 14:6 gibt uns die Beschreibung für die Landtiere die gegessen werden können.

***"Jedes Tier, das gespaltene Klauen hat, ganz durchgespalten, und das wiederkäut, dürft ihr essen."***

Und natürlich sind die Tiere die wiederkäuen, Vegetarier. Wenn man sich diese zwei Beschreibungen anschaut, dann wird man sehen, daß die Tiere die gespaltene Hufe haben und die ihre Nahrung wiederkäuen, Vegetarier sind. Anders ausgedrückt, Gott verbietet Tiere die "Straßenkehrer" sind und die sich von anderen Tieren ernähren. In 5. Mose 14:8 verbietet Gott Schweinefleisch zu essen, denn Schweinefleisch ist unrein.

***"Das Schwein, das zwar durchgespaltene Klauen hat, aber nicht wiederkäut, soll euch darum unrein sein. Ihr Fleisch sollt ihr nicht essen und ihr Aas sollt ihr nicht anrühren. "***

Nun sagen manche Leute: *'Oh, ich sehe nichts verkehrtes daran Schweinefleisch zu essen. Das Gesetz war für die Juden.'* Nun möchte ich Euch was fragen: Ist das Verdauungssystem der Juden anders als das von uns? Sind Schweine an anderen Orten schmutzig und sie sind sauber in Israel oder umgekehrt? Natürlich nicht! Das Verdauungssystem des Menschen ist das gleiche und das Schwein ist immer noch schmutzig oder unrein. Und somit trifft das auf heute genauso zu wie es auf damals zugefallen ist. Wie steht es nun um die Meerestiere wie den Fisch? In 5. Mose 14:9 gibt es dafür zwei Regeln.

***"Dies ist, was ihr essen dürft von allem, was im Wasser lebt: Alles, was Flossen und Schuppen hat, dürft ihr essen. Was aber weder Flossen noch Schuppen hat, sollt ihr nicht essen; denn es ist euch unrein. "***

Regel Nummer eins ist also, sie müssen Schuppen haben und Regel Nummer zwei ist, sie müssen Flossen haben. Und Gott hatte einen Grund dafür. Wißt Ihr, wenn Ihr Euch die Meerestiere anschaut, dann werdet Ihr entdecken, und es gibt Ausnahmen zu dieser Regel, aber Ihr werdet entdecken, daß die meisten von ihnen die keine Flossen und Schuppen haben, Aasfresser sind und sie andere Fische fressen. Zum Beispiel der Hai. Hat der Hai Schuppen? Nein. Wie sieht es da mit dem Wels aus? *'Oh, er nimmt uns den Wels weg!'* Wels. Hat der Wels Schuppen? Ganz und gar nicht. Wißt Ihr was der Wels ißt? Nun, ich erzähle Euch das lieber nicht, es könnte sein, daß Ihr von hier aus zum Essen geht, so erzähle ich Euch lieber nicht was der Wels frißt. Ihr wißt es bestimmt auch schon. Sie stöbern herum auf dem Grund des Sees oder des Flusses und sie sind eigentlich wirklich das *Abfallentsorgungssystem*, wenn man so will. Und so sagt Gott: *'Eßt sie nicht!'*

Gott gibt auch eine Beschreibung der Vögel die wir essen können. Er sagt nicht diese oder jene Eigenschaft, Er gibt eine Liste von Vögeln die nicht gegessen werden können. Er sagt ganz einfach in 5. Mose 14:10-21

***"Alle reinen Vögel esst. Diese aber sind es, die ihr nicht essen sollt: der Adler, der Habicht, der Fischaar, der Taucher, die Weihe, der Geier mit seinen Arten und alle Raben mit ihren Arten, der Strauß, die Nachteule, der Kuckuck, der Sperber mit seinen Arten, das Käuzchen, der Uhu, die Fledermaus, die Rohrdommel, der Storch, der Schwan, der Reiher, der Häher mit seinen Arten, der Wiedehopf, die Schwalbe. Auch alles, was Flügel hat und kriecht, soll euch unrein sein und ihr sollt es nicht essen. Die reinen Vögel dürft ihr essen."***

Wenn man sich die Liste der Vögel ansieht, dann bemerkt man, daß faßt jeder von ihnen ein Aasfresser ist. So würde ich mal sagen, daß das bedeutet daß die Vögel die sich hauptsächlich vegetarisch ernähren, wie Hühner und ähnliche Vögel, wären gemäß der Beschreibung die Gott gegeben hat eßbar. Obwohl ja Hühner auch Würmer und so weiter fressen. Auch sie sind schon entartet. Ich weiß nicht, ob Euch das bewußt war oder nicht.

So, meine Lieben, Gott hat uns diese einfachen Regeln gegeben, die acht Gesundheitsgesetze. Ich habe einige von ihnen erwähnt. Ihr wißt, das Bedürfnis nach *Ruhe*. Und ich habe die *Ernährung* erwähnt, *Rauchen* und *Alkohol* trinken. Ich habe darüber gesprochen, daß Bewegung wichtig ist. Ich habe nur einige von ihnen erwähnt. Aber Gott hat uns diese Gesetze gegeben, daß wenn wir sie ausleben wir gesund, heilig und fröhlich sind und unser Leben verlängern.

Nun möchte ich zum Ende dieses Vortrages kommen indem ich über die Beweggründe für ein gesundes Leben spreche. Was sollte unser Beweggrund für ein gesundes Leben sein? Ich habe sechs aufgeschrieben. Nummer eins ist, und das ist der Beweggrund vieler Leute, gute körperliche Gesundheit, weniger Arztrechnungen und ein Leben an dem man sich mehr erfreuen kann. Daran ist nichts verkehrtes. Aber das ist nicht der beste Beweggrund um den Gesundheitsgesetzen zu gehorchen. Der zweite Grund ist, daß der Apostel Paulus in 1.Korinther 6:20 sagt, daß wir uns nicht selber gehören.

***"Oder wißt ihr nicht, daß euer Leib ein Tempel des Heiligen Geistes ist, der in euch ist und den ihr von Gott habt, und daß ihr nicht euch selbst gehört?"***

Unser Körper gehört Gott durch die Schöpfung und die Erlösung. So, wenn uns unser Körper nicht selber gehört, ist es dann nicht unerlässlich, daß wir auf das aufpassen was uns nicht gehört? Gewiß ein guter Beweggrund. Kommen wir zum dritten Grund. Wußtet Ihr, daß nachdem Gott in 3. Mose 11 die Liste der Tiere gegeben hat die gegessen werden können, Er in Vers 45 zu Israel sagt:

***"Darum sollt ihr heilig sein, denn ich bin heilig."***

Anmerkung:

Die Liste der reinen und unreinen Tiere steht jeweils in 3. Mose 11:1-45 und 5. Mose 14:1-21, hier aber in kürzerer Form.

Anmerkung Ende.

Anders ausgedrückt, wie Gott heilig zu sein, hat viel mit unseren körperlichen Gewohnheiten zu tun. Gott hatte also gesagt:

**"Darum sollt ihr heilig sein, denn Ich bin heilig."**

So ist also das Verlangen danach heilig wie Gott zu sein ein guter Beweggrund dafür in Übereinstimmung mit Gottes Gesundheitsgesetzen zu leben. Viertens. Jesus hat in Matthäus 22:37 gesagt:

**"Du sollst den Herrn, deinen Gott, lieben von ganzem Herzen, von ganzer Seele und von ganzem Gemüt."**

Wie können wir den Herrn lieben und Ihm mit unserer ganzen Kraft, von ganzem Herzen und Gemüt dienen wenn wir dieses durch schlechte Gewohnheit erschöpfen? Fünftens: Wenn wir die Gesundheitsgesetze in die Tat umsetzen, haben wir einen klaren Verstand, um zwischen gut und böse zu unterscheiden und das Gute vor dem Bösen zu wählen und gut zu leben anstatt böse. Wenn unser Körper von schlechten Gewohnheiten angegriffen ist, dann wird dies auch der Fall mit unserem Gemüt sein und der Wille Gottes wird in unserem Verstand ganz verschwommen sein.

Nun möchte ich Euch was fragen: Hat das Trinken von Kaffee einen Einfluß auf Euer Vermögen sich mit Gott in Verbindung zu setzen? Nachdem Ihr so richtig schön viel gegessen habt, steht Euch dann noch der Sinn danach ein Buch zu lesen oder irgendwie ernsthaft über etwas nachzudenken? Natürlich nicht, denn das was den Körper beeinträchtigt, beeinflusst auch das Gemüt. Und so ist also ein sehr wichtig Beweggrund in Übereinstimmung mit diesen acht Grundsätzen zu leben, einen reinen Körper und einen klaren Verstand zu haben, der unterscheiden, wählen und der Gottes Willen ausführen kann. Letztlich und dies ist der größte Beweggrund von allen. Der Apostel Paulus sagt in 1. Korinther 10:31

**"Ob ihr nun eßt oder trinkt oder was ihr auch tut, das tut alles zu Gottes Ehre."**

Dies sind die besten Beweggründe um einen gesunden Lebensstil zu führen. Nun, wir haben die *Umgebung* betrachtet, die *acht Gesundheitsgesetze* und das *Batterieladegerät* in all seinen Abschnitten. Bei der Schöpfung, zwischen dem Sündenfall und der Sintflut. Zwischen der Sintflut und den Tagen Davids bis heute. Wie steht es aber um die Zukunft? Nun, es wartet eine herrliche Zukunft auf uns, denn was Gott am Anfang getan hat wird Er wieder machen und wir werden dort sein wenn wir Gottes Grundsätzen treu sind, weil wir Gott von ganzem Herzen lieben. Laßt mich kurz zusammenfassen wie das sein wird. In Offenbarung 22:5 wird uns gesagt, daß Gott die Umgebung wieder vollkommen machen wird.

**"Siehe, ich mache alles neu!"**

Es wird keinen Fluch mehr geben so wie am Anfang und Gott wird uns gemäß 1. Korinther 15:42+43 einen neuen Körper geben. Unsterblich! Unverweslich!

**"So auch die Auferstehung der Toten. Es wird gesät verweslich und wird auferstehen unverweslich. Es wird gesät in Niedrigkeit und wird auferstehen in Herrlichkeit."**

Und wir werden ganz selbstverständlich die acht Gesundheitsgesetze die Er geschaffen hat,

befolgen. Wir werden auch wieder Zugang zum *Batterieladegerät* haben, mit anderen Worten zum Lebensbaum! Und wir werden unser Leben immer wieder auffrischen und für immer und ewig in der Gegenwart des Herrn leben.

Übersetzung - Manuela Sahm - Juli 2016 ©

*Stephen Bohr - 'Den Code von 1. Mose knacken' - (29) Die acht Geheimnisse der Gesundheit in 1. Mose*

*Alle diese Vorträge habe ich in Eigeninitiative übersetzt. Wer mich gerne unterstützen möchte oder Fragen hat, möge mir gerne persönlich schreiben. [Vortrag@gmx.de](mailto:Vortrag@gmx.de) Ich freue mich auf eine Antwort.  
Liebe Grüße und Gottes Segen, Manuela*