



September 2013

Gott will, dass es uns allen wohlergeht und wir gesund sind (III. Johannes 2). Dafür hat Er Seine Kinder mit den nötigen Mitteln ausgerüstet. Er hat uns einen Körper gegeben, der so beschaffen ist, dass er sich selbst heilt, einen gesunden Verstand (II. Timotheus 1:7), um Sein Wort zu glauben und heiligen Geist, damit wir Seine Kraft zur Auswirkung bringen. So können wir Gott aus Dankbarkeit für Seine Liebe, Seine Gnade und Seine Barmherzigkeit zurückgeben.

Ein Weg, unsere Dankbarkeit zu zeigen ist, unsere Körper gewissenhaft zu behandeln, damit wir physisch gut in Form sind und in jeder Hinsicht bereit sind, zu geben. Zum Beispiel könnte man einen Bedürftigen unterstützen oder zusätzliche Arbeit leisten, um das Beste aus etwas zu machen oder mehr Menschen mit Gottes Wort erreichen oder unsere Stärken im Leib Christi entfalten oder etwas für Gott tun, egal womit Er uns beauftragt hat.

I. Thessalonicher 5:23:

Er aber, der Gott des Friedens, heilige euch durch und durch und bewahre euren Geist samt Seele und Leib unversehrt, untadelig für die Ankunft unseres Herrn Jesus Christus.

Eine Person, die von Gottes Geist wiedergeboren ist, ist ein vollständiger Mensch mit Leib, Seele und Geist. Jeder einzelne dieser Aspekte ist wichtig und sie sind alle voneinander abhängig. II. Korinther 4:7 besagt, dass wir den „Schatz“ (Gottes Wort und Seine Gabe heiligen Geist) in „irdenen Gefäßen“ haben – unsere physischen Körper. Folgerichtig bedeutet das, je besser wir unseren Körper behandeln, desto besser funktioniert unser ganzes Wesen, bestehend aus Leib, Seele und Geist, ganz so wie Gott es vorgesehen hat. Wenn unsere physischen Körper gestärkt sind, sind wir in besserer Verfassung, um freier geben zu können.

WARUM KÖRPERLICH FIT SEIN?

Unsere Motivation für uns als Gläubige ist immer unsere Liebe zu Gott.

Markus 12:29,30:

Jesus aber antwortete ihm: Das höchste Gebot ist das: „Höre, Israel, der Herr, unser Gott, ist der Herr allein, und du sollst den Herrn, deinen Gott, lieben von ganzem Herzen, von ganzer Seele, von ganzem Gemüt und von allen deinen ganzen Kräften.“

Von daher liegen unsere Entscheidungen, ob wir im Leben etwas tun oder gar nichts tun, in unserer Liebe für Gott begründet. Die Erkenntnis, dass Gott aufgrund Seiner Liebe so viel für jeden von uns getan hat, ist Grund genug, Seine Liebe zu erwidern. Wir lieben unseren himmlischen Vater nicht nur von ganzem Herzen, von ganzer Seele und von ganzem Gemüt, sondern auch von all unseren Kräften!

WAS HAT GOTT ZU LIEBEN MIT KÖRPERLICHER FITNESS ZU TUN?

Römer 12:1:

Ich ermahne euch nun, liebe Brüder, durch die Barmherzigkeit Gottes, dass ihr eure Leiber hingebt als ein Opfer, das lebendig, heilig und Gott wohlgefällig ist. Das sei euer vernünftiger Gottesdienst.

Das Wort „Leiber“ in diesem Vers ist eine Redefigur, in der ein Teil für das Ganze steht. Mit anderen Worten haben wir nicht bloß unseren Körper, sondern auch unser ganzes Wesen, alles was wir sind, als ein lebendiges Opfer hinzugeben. Unser physischer Körper ist Teil unseres ganzen Wesens. Unsere körperliche Fitness kann eine bedeutende Auswirkung darauf haben, positiv oder negativ, wie wirkungsvoll wir als lebendige Opfer sind und inwieweit wir alles geben können, wenn wir Gott dienen.

WIE KÖNNEN WIR KÖRPERLICH FIT SEIN?

Gott hat im Menschen das natürliche Bedürfnis geschaffen, seinen Körper zu nähren und zu pflegen (Epheser 5:29). Er will, dass wir uns ernsthaft darum bemühen, unsere Körper in Stand zu halten.

I. Korinther 9:27:

sondern ich bezwingen meinen Leib und zähme ihn....

Wir ziehen körperlichen Nutzen aus regelmäßigen Fitnessaktivitäten. Es hilft, unsere Lebensqualität zu erhöhen durch verbesserte Gesundheit, chronische Gesundheitszustände zu vermeiden und unsere Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit zu verbessern. Trainieren und aktiv bleiben bringt auch geistigen Nutzen mit sich. Das Erlangen körperlicher Kraft und Ausdauer setzt geistige Anstrengung voraus, denn wir müssen entscheiden, es zu tun. Genau wie in vielen anderen Lebensbereichen braucht körperliche Fitness konsequente Ausübung, um dessen positive Wirkungen aufrechtzuerhalten. Andere Menschen in unsere Fitnessroutine mit einzubeziehen kann dazu anregen, der Sache treu zu bleiben. Wir können aber auch alleine trainieren und uns an der Gemeinschaft mit unserem himmlischen Vater erfreuen.

WANN SIND WIR KÖRPERLICH FIT?

Genauso wie wir jeden Tag in den körperlichen Angelegenheiten treu sind, so können wir auch in den geistlichen Angelegenheiten treu sein. In I. Timotheus 4:8 steht, daß „die leibliche Übung ist wenig nütze (oder für eine kurze Zeit in Bezug auf unsere Lebenszeit auf Erden).“ Derselbe Vers besagt auch: „aber die Frömmigkeit (eine echte, lebendige, geistliche Beziehung zu Gott) ist zu allen Dingen nütze und hat die Verheißung dieses und des zukünftigen Lebens.“ Wenn wir für eine echte Beziehung mit unserem himmlischen Vater üben, profitieren wir davon in diesem Leben hindurch bis in die Ewigkeit.

WER KANN KÖRPERLICH FIT SEIN?

Erinnern wir uns, dass Gott will, dass es uns allen wohlergeht und wir gesund sind (III. Johannes 2). Die Bibel enthält viele Beispiele von körperlich leistungsfähigen Gläubigen. Adam war körperlich dazu in der Lage, den Garten zu bebauen und zu bewahren. Noah hatte das Durchhaltevermögen, um die Arche zu bauen, um sich um die Tiere darin zu kümmern, und um sie mit sich zu nehmen, damit sie sich auf Erden vermehren konnten. In Josua 14:10 und 11 sagt Kaleb aus, dass er im Alter von fünfundachtzig Jahren noch so stark war wie er es vor fünfundvierzig Jahren gewesen ist (im Alter von vierzig Jahren). Gemäß Psalm 18:30 war David in der Lage „Kriegsvolk (zu) zerschlagen“ und „über Mauern“ zu springen. Jesus Christus fastete vierzig Tage und vierzig Nächte. Obwohl er körperlich entkräftet war, war er dennoch geistig stark und siegreich mit Gottes Wort, weil er an „Es steht geschrieben“ festhielt.

Sind wir stark in dem Herrn, so haben wir viel, wofür es sich zu Leben lohnt und haben viel zu geben. Lasst uns unserem himmlischen Vater unsere Dankbarkeit zeigen für alles, was Er uns gegeben hat, indem wir gewissenhaft unsere Körper in Form halten, damit wir körperlich leistungsfähig und bereit sind, zu geben.

Für weitere Informationen besucht www.theway.org

© 2015 by *The Way International*[™]. Alle Rechte vorbehalten.