

# FUNDAMENT

1.Kor 3,11

für ein befreites Leben



## SEHNSUCHT NACH DEM PARADIES

ERNÄHRUNG UND

VEGETARISMUS AUS

BIBLISCHER SICHT



# PARADIESISCH

© RedHelga - iStockphoto.com

mem Klima auf der Haut spüren und Frühlingsdüfte riechen dürfen. Paradiesisch und himmlisch finden wir aber insbesondere alles, was unserem Gaumen wohl tut.

**S**ehnsucht nach dem Paradies? Wer hat das nicht?!

Doch was ist das Paradies? Schlaraffenland, siebter Himmel, Jungfrauen oder Nirwana? Und wo ist das Paradies? Auf diese Fragen geben die unterschiedlichsten Ideologien verschiedene Antworten bis hin zu der Aussage: Es gibt gar kein Paradies.

Dennoch ist sie da, die Sehnsucht nach dem Paradies, nach Freiheit von Tränen, Tod, Leid, Geschrei und Schmerz – die Sehnsucht nach einem von Bächen durchzogenen Garten voller zahmer Tiere und saftiger Früchte. Dieses Paradies wird im ersten Buch Mose beschrieben, dem ersten Teil der Tora und Beginn der Bibel.

»Mensch, das ist ja paradiesisch!«, sagen wir, wenn wir unberührte Natur, Farbenpracht, reichen Pflanzenwuchs sehen, wenn wir die Stimmen der Natur hören, Eindrücke wahrnehmen, die unseren Augen und Ohren wohl tun. »Himmlisch!«, rufen wir aus, wenn wir kühles Nass in war-

## Saaten und Früchte

Die paradiesische Ernährung wird im ersten Buch Mose so beschrieben:

»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.« (1. Mose 1,29 Luther 84)

Welche unserer heutigen Nahrungsmittel gehören in diese paradiesische Kategorie?

**Getreide** wie Weizen, Mais und Hirse;

**Ölsaaten** wie Leinsamen, Sesam und Sonnenblumenkerne;

**Nüsse** wie Mandeln, Pistazien und Esskastanien;

**Fruchtgemüse** wie Paprika, Tomaten und Kürbisse;

**Hülsenfrüchte** wie Erbsen und Erdnüsse;

**Kernobst** wie Äpfel und Birnen,

**Steinobst** wie Pfirsiche und Kirschen,

**Beerenobst** wie Himbeeren und Heidelbeeren und **exotische Früchte** wie Bananen, Orangen und Mangos.

Himmlisch! Paradiesisch!

## Das verlorene Paradies

Warum ernähren wir uns heute nicht ausschließlich von dieser Paradieskost? Wie hat sich der biblische Speisezettel über die Jahrtausende entwickelt? Ausbeutung und Tod haben in unserer Küche Einzug gehalten. Tiere müssen leiden, Blut fließt, um den Hunger der Menschen zu stillen. Die ganze Schöpfung leidet und sehnt sich nach Befreiung, erklärt Paulus in seinem Brief an die Römer (8,19-22).

## Sehnsucht nach dem Paradies

Schon die Propheten sagten die Rückkehr paradiesischer Zustände voraus:

»Israel wird blühen und grünen, und sie werden den ganzen Erdkreis mit Früchten füllen.« (Jesaja 27,6)

»An jenem Tag, spricht der Herr der Heerscharen, werdet ihr einander einladen unter den Weinstock und unter den Feigenbaum.« (Sacharja 3,10)

»Denn der Herr tröstet Zion; er tröstet alle ihre Trümmer und macht ihre Wüsten wie Eden und ihre Steppe wie den Garten des Herrn. Freude und Wonne, Danklied und Lobgesang wird darin gefunden werden.« (Jesaja 51,3)

»Fürchtet euch nicht, ihr Tiere des Feldes; denn die Auen der Steppe sollen grünen, und die Bäume sollen ihre Früchte tragen, der Weinstock und der Feigenbaum, so viel sie nur können.« (Joel 2,22)

»Sie werden Häuser bauen und sie auch bewohnen, Weinberge pflanzen und auch deren Früchte genießen.« (Jesaja 65,21)

Hesekiel beschreibt das Paradies so:

»An diesem Strom, auf beiden Seiten seines Ufers, werden allerlei Bäume wachsen, von denen man isst, deren Blätter nicht welken und deren Früchte nicht

aufhören werden. Alle Monate werden sie neue Früchte bringen; denn ihr Wasser fließt aus dem Heiligtum. Ihre Früchte werden als Speise dienen und ihre Blätter als Heilmittel.« (Hesekiel 47,12)

Auch der Apostel Johannes sieht das Paradies:

»Der Engel zeigte mir auch einen Strom, der wie Kristall glänzte. Es war der Strom mit dem Wasser des Lebens. Er entspringt bei dem Thron Gottes und des Lammes und fließt die breite Straße entlang, die mitten durch die Stadt führt. An beiden Ufern des Stroms wächst der Baum des Lebens. Er bringt zwölf Sorten Früchte hervor und kann jeden Monat abgeerntet werden und seine Blätter bringen den Völkern Heilung.« (Offenbarung 22,1-2 Neue Genfer)

Und Jesus selbst wird mit den Worten zitiert:

»Wer überwindet, dem will ich zu essen geben von dem Baum des Lebens, der in der Mitte des Paradieses Gottes ist.« (Offenbarung 2,7)

## Gibt es tatsächlich einen Weg zurück ins Paradies?

Lassen Sie sich in dieser Ausgabe mitnehmen auf eine spannende Reise durch die Bibel. Was sagt sie über Ernährung, was über unsere Sehnsucht, und was bedeutet das für unser eigenes Schicksal? So manche mittelalterliche oder moderne Vorstellung vom Paradies hat viele Menschen davon abgeschreckt, den Weg zurück zu suchen. Ein Paradies, das unserer innersten Sehnsucht nicht entspricht? Ein Paradies, das uns letztlich gar nicht erstrebenswert erscheint? Was steckt hinter dem Paradies? Kommen Sie mit auf die Reise ... ■

**FUNDAMENT**

für ein befreites Leben

möchte von Jesus Christus und der Guten Nachricht erzählen: Jesus sehnt sich danach, mit uns so eng verbunden zu sein wie mit seinem Vater. Es ist sein Ziel, dass wir sein Wesen widerspiegeln und ein befreites Leben führen.

Für diese Freundschaft will diese Zeitschrift die Leser gewinnen, denn Jesus kommt bald, um seine Freunde heim zum Vater zu holen.

**Herausgeber**

hoffnung weltweit e.V.  
Postfach 1339  
79373 Müllheim/Baden  
Deutschland

**Telefon/Internet**

Tel./Fax: (+49) 0700 46364938  
bzw. 0700 INFOHWEV (12 Cent/Minute)  
info@hoffnung-weltweit.de  
www.hoffnung-weltweit.de

**Abonnement**

Für 12 Ausgaben pro Jahr: 25,00 €  
Kostenloses Probeabo für drei Ausgaben  
Befristetes Freiabo möglich

**Bankverbindung und Spenden**

Kontonummer 81 18 762  
Bankleitzahl 683 518 65  
Sparkasse Markgräflerland  
IBAN: DE83 6835 1865 0008 1187 62  
BIC: SOLADES1MGL

**Redaktion**

Kai Mester, Alberto Rosenthal, Friedebert Rosenthal

**Grafik** video-musik.de

**Druck** MHA e.V., 73635 Rudersberg

**Bibelzitate** – falls nicht anders vermerkt – aus der Schlachterübersetzung 2000.

ISSN 1862-6262

- 2 Paradiesisch
- 5 Vom Paradies zum Ackerbau
- 6 Fleisch auf dem Speisezettel
- 7 Zwischen Ackerbau und Viehzucht
- 8 Brot oder Fleisch?
- 9 Blutvergießen als Heilmittel
- 10 Vom Pflanzen- zum Fleischfresser
- 11 Rein oder unrein
- 12 Vegetarismus aus biblischer Sicht
- 14 Von Priestern und anderen Gottgeweihten
- 16 Lebensbrot Jesus
- 18 Ernährung zur Zeit der Apostel
- 20 Gewissensfragen in der Ernährung
- 21 Der dritte Tempel
- 22 Ernährung in der Endzeit
- 23 Alkohol in der Bibel
- 24 Ich wünsche dir Gesundheit
- 24 Fasten biblisch
- 25 Vegetarismus in der Kirchengeschichte
- 26 Sehnsucht nach dem Paradies
- 27 Die Speisung der 5000
- 31 Danksagung und Leserinformation
- 32 Medien

**hoffnung weltweit**

ist ein Arbeitskreis, der von Siebenten-Tags-Adventisten gegründet wurde. Sein Ziel ist es, die Gesundheit des Menschen ganzheitlich zu fördern. Zu diesem Zweck veröffentlichen wir seit 1996 Informations- und Ratgeber-Literatur, veranstalten Seminare und unterstützen Projekte. Unsere Ausrichtung wird getragen von den Aussagen »Jesus heilt« und »Jesus kommt« sowie vom adventistischen Glaubensgut, wie es sich im literarischen Nachlass der bekannten Bibelkommentatorin Ellen Gould White (1827-1915) darstellt. In diesem Rahmen fördern wir die Verbreitung der Guten Nachricht durch Literatur, moderne Medien, Bildungsangebote, Gesundheitsarbeit und ein naturverbundenes Leben.

# Vom PARADIES zum ACKERBAU

**W**ie vom Donner gerührt, hört der Mensch der göttlichen Stimme zu. Er erfährt, was die Folgen seines Vertrauensbruchs sein werden. Mit feurigem Schwert versperren ihm Cherubim den Zugang zum Paradies. Das üppige Saaten- und Fruchtangebot im Garten Eden muss er jetzt mit dem eintauschen, was ihm der karge Boden draußen noch bietet. Das ist die Beschreibung der pädagogischen Folgen des so genannten Sündenfalls im dritten Kapitel der Genesis:

»So sei der Erdboden verflucht um deinetwillen! Mit Mühe sollst du dich davon nähren dein Leben lang; Dornen und Disteln soll er dir tragen, und du sollst das Gewächs des Feldes essen. Im Schweiß deines Angesichts sollst du dein Brot essen, bis du wieder zurückkehrst zum Erdboden; denn von ihm bist du genommen.« (1. Mose 3,17-19)  
Der Überlebenskampf für Mensch und Tier begann.

## Nahrungsknappheit

Hatte es ursprünglich geheißen: »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!« (1. Mose 1,30 Luther), so bedient sich jetzt auch der Mensch am »Gewächs des Feldes«, weil Saaten und Früchte knapp geworden sind.

Bis heute sterben immer wieder Tierarten aus, weil auch ihnen die Nahrung knapp wird. Der Pandabär ist vom Aussterben bedroht, weil ihm bald nicht mehr genügend Bambus zur Verfügung

steht. Doch viele Tierarten haben ihren Speiseplan im Überlebenskampf mit tierischem Eiweiß ergänzt oder sich ganz auf Fleisch- oder Aaskost umgestellt.

## Gemüse und Kräuter

Zu den Saaten, Früchten und Fruchtgemüsen der Uernährung kommen also nun weitere Gemüsearten dazu: Blattgemüse wie Salate und Kohl, Blütengemüse wie Broccoli und Artischocken, Wurzelgemüse wie Karotten, Zwiebeln und Kartoffeln sowie andere Gemüse zum Beispiel Rhabarber. Heil- und Wildkräuter runden das Nahrungsangebot ab.

## Phytochemikalien

Die Forschung führt derzeit Untersuchungen an tausenden von pflanzlichen Inhaltsstoffen (Phytochemikalien) durch. Die verschiedenen Kohlarten enthalten zum Beispiel den Stoff Diindolylmethan, der gegen Krebs wirkt. Gemüse und Kräuter sind nicht nur notwendig, um eine ausreichende Nahrungszufuhr zu gewährleisten, sondern auch um vor Giften zu schützen und von Krankheit zu heilen. Viele dieser Stoffe wirken nur, wenn die Pflanze roh verzehrt wird. Andere werden allein durch Erhitzen für die menschliche Verwertung aufgeschlossen, so wird in Genesis 3,19 zum ersten Mal Brot erwähnt. »Blätter zur Heilung der Völker« (Offenbarung 22,2) tauchen sogar noch im wiederhergestellten Paradies auf. Doch das sollte noch nicht die letzte Änderung im menschlichen Speiseplan gewesen sein ... ■

# Fleisch auf dem Speisezettel



© farbenrausch - iStockphoto.com

Das erste Buch Mose beschreibt eine weltweite Flut und einen völligen Neuanfang durch die Mensch- und Tierpopulation der berühmten Arche Noah. Die Nahrungsversorgung außerhalb des Paradieses war schon eine Herausforderung gewesen. Jetzt bot die nachsintflutliche Welt ein Bild der Verwüstung, und der Mensch war plötzlich auf tierische Nahrung angewiesen.

»Furcht und Schrecken vor euch soll über alle Tiere der Erde kommen ... in eure Hand sind sie gegeben. Alles, was sich regt und lebt, soll euch zur Nahrung dienen; wie das grüne Kraut habe ich es euch alles gegeben.« (1. Mose 9,2-3)

## Zwei Tierkategorien

Schon die Auswahl der Archenpopulation war auf diese Notlage hin ausgerichtet gewesen:

»Nimm von allem **reinen** Vieh je **sieben** und sieben mit dir, das Männchen und sein Weibchen; von dem **unreinen** Vieh aber je **ein** Paar, das Männchen und sein Weibchen ... um auf dem ganzen Erdboden Nachkommen am Leben zu erhalten.« (7,2-3)

»Noah aber baute dem Herrn einen Altar und nahm von allem reinen Vieh und von allen reinen Vögeln und opferte Brandopfer auf dem Altar.« (8,20)

Offensichtlich waren nur die so genannten reinen Tiere zur Nahrung und als

Opfertiere bestimmt, sonst wären ja mit dem Verzehr ganze Tierarten ausgerottet worden.

Wie wir später noch ausführlicher sehen werden, gelten nur die Pflanzenfresser als rein, die Fleisch-, Aas- und Allesfresser jedoch als ungenießbar.

## Der Ursprung des Schächtens

»Alles, was sich regt und lebt [aber natürlich keine Giftfrösche und anderen unreinen Tiere], soll euch zur Nahrung dienen ... Nur dürft ihr das Fleisch nicht essen, während sein Leben, sein Blut, noch in ihm ist!« (9,3-4) Also waren Aas und Blut vom Verzehr ausgeschlossen. Erforderlich war daher eine Schlachtmethode, bei der das Tier völlig ausblutete, noch bevor der Tod eintrat. Diese Schlachtmethode, das Schächten, wird heute noch im Judentum und Islam praktiziert. Sie führt bei fachgerechter Durchführung zur unmittelbaren Bewusstlosigkeit des Tieres und ist somit praktisch schmerzfrei. Das Fleisch wird anschließend mit Wasser und Salz, manchmal auch mit Essig weiterbehandelt, um Blutrückstände gründlich aus ihm zu entfernen. Der Fleischgenuss hatte aber schon vor der Flut Einzug gehalten ... ■

# Zwischen Ackerbau und Viehzucht

Der vorsintflutliche Bericht erzählt von drei Brüdern: Kain, Abel und Seth. Kain, der erstgeborene, war Ackerbauer. Abel, der jüngere, war Schafhirt zur Wollgewinnung und für die Opfer (1. Mose 4,2).

© Photo-Max - iStockphoto.com



## Weitab vom Paradies: Stadtleben und Nomadentum

Kain tötete Abel in einem Anfall von Eifersucht und zog noch weiter weg vom Paradies. Ihm wurde prophezeit: »Wenn du den Erdboden bebaust, soll er dir künftig seinen Ertrag nicht mehr geben; unstedet und flüchtig sollst du sein auf der Erde!« (4,12) Von seinem Urenkel Jabal heißt es: »Der wurde der Vater der Zeltbewohner und Herdenbesitzer.« (4,20) So muss die Viehzucht zur Fleischgewinnung unter den Nachkommen Kains schon vor der Flut Einzug gehalten haben. Städtebau, Viehhaltung, Nomaden-, Künstlertum und Gottferne werden mit dieser Linie in Verbindung gebracht (4,17-22).

## Nach der Flut: Acker- und Weinbau

Aus der Linie des jüngsten Bruders Seth ging schließlich Noah hervor. Nur er und seine Nachkommen überlebten die Flut. Diese Linie stand für

Landleben, Viehhaltung, Ackerbau, Handwerk und Gottnähe (5,24; 6,9.14.21; 7,7). »Noah aber wurde ein Landmann und legte einen Weinberg an.« (9,20) Doch leider entglitt die Moral durch den Wein, da dieser zu Alkohol verdarb, und Noahs Sohn Ham wurde nicht nur der neue Vater sexueller Ausschweifung (9,21-25), sondern auch der Vorfahr von Nimrod, dem großen Jäger und Monarchen, dem Städtegründer von Ninive und Babel (10,9-12), wo der berühmte Turm entstand (11,3-4).

## Die Erzväter: Zurück aufs Land

Generationen später endlich entkommt Abraham dem »babylonischen« Stadtleben, wird Viehzüchter und Nomade. Seinen Gästen serviert er Fladenbrot, Butter, Milch und Kalbfleisch (18,6-8). Sein Enkel Jakob, eine sanfte Natur, serviert Linsengericht und Brot, sein Bruder Esau aber ist ein Jäger! Er serviert Wildbret (25,27-34), hat drei Frauen. Es dauert nicht lange, da wird auch in seiner Linie die Monarchie eingeführt (36,2.3.31ff).

## Rückkehr zum Ackerbau

In einer Hungersnot siedelt Jakob – inzwischen trägt er den Beinamen Israel – mit der ganzen Familie in das fruchtbare Nildelta um (46,5-7; 47,3.6.11). Später, nach dem Exodus aus Ägypten, erinnern sich die Israeliten »an die Fische ..., die wir in Ägypten umsonst aßen, und an die Gurken und Melonen, den Lauch, die Zwiebeln und den Knoblauch.« (4. Mose 11,5) Und wie ging es mit der Ernährung nach dem Auszug weiter? ■



# Brot oder Fleisch?

**E**xodus, Auszug aus Ägypten – ein Bild für Befreiung. Schluss mit der Sklaverei, Aufbruch ins gelobte Land – Rückkehr ins Paradies? Ein Millionenvolk wälzt sich durch die Wüste Sinai, 603 550 kriegstaugliche Männer (4. Mose 1,46). Dramatisch war der Befreiungsschlag durch zehn Katastrophen, gigantisch das letzte Entkommen durchs Rote Meer.

## Das Passahfest

Als Erinnerung an die letzte Nacht vor der Befreiung soll das Volk Israel jedes Jahr das Passahfest feiern. In der Passahnacht wird ein makelloses, männliches einjähriges Lamm gegessen, überm Feuer gebraten mit ungesäuertem Brot (Mazza) und bitteren Kräutern (2. Mose 12,5-10) und im Anschluss sieben Tage als Brot nur Mazza (12,15). Dass das Lamm makellos und einjährig ist, garantiert höchste Fleischqualität!

Dies ist der Auftakt einer Reise ins Land, wo Milch und Honig fließen (13,5).

## Nahrungsversorgung in der Wüste

Nach zweieinhalb Monaten klagen die Israeliten in der Wüste Sin: »Wären wir doch im Land Ägypten gestorben, als wir bei den Fleischtöpfen Ägyptens saßen und Brot in Fülle zu essen hatten!« (16,3). Da bedecken noch am selben Abend Wachteln das La-

ger, und an jedem folgenden Morgen ihrer Wanderschaft liegt das Himmelskorn Manna überall auf dem Boden – 40 Jahre lang. Ausnahme: an jedem Sabbatmorgen. »Es war aber wie Koriandersamen, weiß, und hatte einen Geschmack wie Honigkuchen.« (16,31) Wie andere Getreidearten ließ es sich backen und kochen (16,23), musste aber vor Sonnenaufgang gesammelt werden, sonst schmolz es (16,21).

Die Wachteln aber kamen nur noch einmal, zwei Jahre später, in der Wüste Paran, als sich die Israeliten nach Fischen, Gurken, Melonen, Lauch, Zwiebeln und Knoblauch zurücksehnten und kein Manna mehr sehen konnten (4. Mose 11). Sie forderten von Mose: »Gib uns Fleisch!« Das Angebot war dann auch reichhaltig. Aber viele starben daran.

## Grundnahrung und Beikost

Die Tendenz wird klar: Grundnahrungsmittel in der Wüste ist Brot, hebräisch  $\text{לחם}$  (*lechem*). Im Volk Israel ist Fleischgenuss streng geregelt. Bei bestimmten Anlässen ist es vorgeschrieben, aber mit entsprechenden Qualitätsanforderungen. Doch auch sonst dürfen nur bestimmte Fleischsorten gegessen werden, die man zudem auf besondere Weise schlachten, nachbehandeln und prüfen muss. Eine eigene Form der Schlachtung war das Tieropfer. Was hat es damit auf sich? ■



# Blutvergießen als Heilmittel?

© nicoleioe - iStockphoto.com



**T**ieropfer auf dem Altar, Rituale, Gebete, Sündenbekenntnisse. Priester in weißen Gewändern, Weihrauch, Schalen mit Blut, Edelsteine auf der Brustplatte des Hohenpriesters. Lila, weinrote und orangerote Vorhänge, Gold, Öllampen, glühende Kohlen in einer Räucherpfanne und ewiges Feuer. – Eindrücke aus dem Wüstenheiligtum, der Stiftshütte.

Und alles drehte sich um die Reise des Blutes. Von der Opferung bahnt es sich seinen Weg bis zum inneren Vorhang vor dem Allerheiligsten, der schließlich einmal im Jahr gereinigt wird. Blut als Sündenträger. Mystisches Symbol für die grausamen Folgen der Gottferne?

## Folge und Begleiterscheinung

Blutvergießen, das Gegenteil vom Paradies. Und doch für die Israeliten und ihre Vorväter göttliche Anordnung. Denn: »Ohne Blutvergießen geschieht keine Vergebung.« (Hebräer 9,22) Um das Vertrauen der Menschen wieder zu gewinnen, braucht Gott Zeit – Zeit, in der Menschen ihn so weit kennen lernen können, dass

sie in der Lage sind, sich völlig ohne Druck für oder gegen das Vertrauen zu entscheiden. Und in dieser Zeit fließt Blut: in Kriegen, Morden, Unfällen, Katastrophen und natürlich im Schlachthof. Daher kann Gott nur vergeben und Herzen verändern, wenn er Zeit lässt, in der Blut fließt.

## Abschreckung und Betroffenheit

Tieropfer sollten die Erkenntnis über die grausamen, blutigen Folgen der Sünde beschleunigen, gleichsam vorwegnehmen und vor dem Sündigen abschrecken. Tieropfer sollten aber auch veranschaulichen, wie sehr Gott selbst an der Sünde leidet. Jeder Mord, jede Vergewaltigung geschieht doch an seinem Geschöpf, das er liebt, wie sein eigenes Kind! Er leidet mit dem Opfer und den Angehörigen. Tieropfer waren nur die Vorschau davon, was die Menschen mit dem Messias tun würden, der Gottes Wesen völlig verkörperte. Die Betroffenheit über eine Liebe, die sich selbst opfert, würde schließlich das Vertrauen in den einen Gott bei vielen wiederherstellen.

## Weder Fett noch Blut

Die Schlachtung fand als Sündopfer oder als freiwilliges Dankopfer statt. Das Fleisch wurde von den Gläubigen und den Priestern verzehrt. Aber:

»Das ist eine ewige Satzung für eure künftigen Geschlechter an allen euren Wohnorten, dass ihr weder Fett noch Blut essen sollt.« (3. Mose 3,17) Auch Nieren und Leber waren nicht zum Verzehr erlaubt (3,15). Hat das mit den Toxinen zu tun, die sich hier in besonders hoher Konzentration befinden? ■

# Vom PFLANZEN- zum FLEISCHFRESSER

Nach dem Verlust des Paradieses starben einige Pflanzen aus, andere veränderten sich. Einige waren nur noch zu bestimmten Jahreszeiten da. Wie reagierten darauf die hungrigen Tiere, die auf bestimmte Pflanzen spezialisiert waren? Einige verfielen in den Winterschlaf, wenn sie physiologisch und genetisch dazu in der Lage waren. Manche Tierarten starben aus, andere änderten ihre Ernährung, viele wurden Fleischfresser.

## Not macht erfinderisch

So griff der Bergpapagei (Kea), der nicht mehr genügend Wurzeln einer bestimmten Baumart fand, plötzlich Schafe an, hackte ihnen den Rücken auf und fraß das Fett aus der Nierengegend.

Das Streifenhörnchen, ein Pflanzenfresser, wird zum Aasfresser, wo zu viel Wald abgeholzt wurde und frisst Kadaver überfahrener Tiere.

Der Pandabär wird zwar als Raubtier klassifiziert, frisst jedoch fast ausschließlich Bambus! Findet er nicht genug, frisst er auch mal eine Ratte.

Auch der Marienkäfer ist zum Räuber geworden. Während der Aprikosensaison stürzt er sich jedoch auf die Aprikosen! Ist die Saison vorbei, frisst er wieder Läuse.

Selbst der Löwe frisst erst den Panseninhalt seiner Beute, also die pflanzliche Nahrung, bevor er das Fleisch verzehrt.

© Nopileon - Photocase.com



© Kay G. - Fotolia.com

## Anreicherung von Toxinen

Gifte und Abfälle sind Stoffe vor denen sich jedes Lebewesen schützen muss. Ihre Konzentration reichert sich in der Nahrungskette dramatisch an. Eine niedrige Konzentration DDT im Wasser oder im Boden, führt zu höherer Konzentration in den Pflanzen, die es im Verlauf ihres Wachstums in ihrem Gewebe anreichern. Pflanzenfresser, die diese Pflanzen verzehren, reichern über einen längeren Zeitraum noch mehr DDT in ihrem Körper an. Bei Raubtieren stellte man schließlich eine noch wesentlich höhere Konzentration fest und am schlimmsten betroffen sind naturgemäß die Aasfresser, die auch die Kadaver der Raubtiere fressen. Das erklärt, warum schon Raubvögel an DDT gestorben sind, während unter den Pflanzenfressern im selben Gebiet kein solches Sterben einsetzte. Dieselbe Anreicherung findet natürlich bei allen Toxinen statt. Das ist auch einer der Gründe, warum Raubtiere einen so kurzen Darm haben: Die Toxine sollen nicht länger als nötig im Körper verweilen. Inwiefern hat nun die Toxinfrage mit der Unterteilung in reine und unreine Tiere zu tun? ■

© Andree Sachs - Fotolia.com



# REIN und UNREIN

**W**elche Tiere sind rein und welche unrein? Die Bibel gibt darauf Antwort in 3. Mose 11 und 5. Mose 14.

Alle dort aufgelisteten reinen Säugetiere sind Wiederkäuer mit gespaltenen Hufen: Kühe, Schafe, Ziegen, Rehe etc., allesamt Pflanzenfresser mit Vormagen zur Vorverdauung der Nahrung, sodass Toxine bereits in Gasform über das Maul entweichen können.

Die meisten unreinen Tiere jedoch nehmen Sekundärnahrung zu sich.

## Unreine Pflanzenfresser

Warum sind Hasen unrein (11,6), obwohl sie Pflanzenfresser sind? Da ihnen der Vormagen der Wiederkäuer fehlt, besitzen Hasen Gärkammern im hinteren Darmbereich. Um die dort aufgeschlossene Nahrung aufzunehmen, muss sie erst ausgeschieden und dann erneut gefressen werden. Damit gelangen aber auch mehr Gifte ins Blut. Diese Ernährungsform nennt sich Koprophagie. Sie kommt bei Nagetieren und Affen vor, bei Elefanten, Koalas, Pandas, Flusspferden und Schweinen (11,7). Schweine leben zudem oft von Abfällen, sind Allesfresser. Schweinefleisch ist sehr anfällig für Salmonellen und hat einen hohen Histamin- und Schwefelgehalt. Warum aber ist sogar das wiederkäuende Kamel unrein (11,4)? Da Kamele sich Wasserverlust nicht leisten können, schwitzen sie nicht, sondern können höhere Körpertemperaturen ertragen. So bleiben mehr Giftstoffe im Körper. Deshalb erklärt sie die Bibel für unrein.

## Und bei den Nichtsäugern?

Bei den Vögeln sind alle genannten unreinen Tiere Fleisch- oder Aasfresser und besitzen keinen Kropf zur Vorverdauung (11,13-18). Bei den Fischen sind nur solche mit Schuppen und Flossen rein (11,9-12). Das sind vor allem Algenfresser mit gutem Enzymsystem zur Entgiftung. Die anderen Fische sind Aasfresser, Raubfische oder Koprophagen wie manche Doktorfische. Von den Insekten sind nur einige Heuschreckenarten als reine Pflanzenfresser zum Verzehr freigegeben. Alle anderen Insekten, auch Grillen, fressen Sekundärnahrung. Reptilien und Amphibien sind generell unrein.

Die Unterscheidung in reine und unreine Tiere hatte also offensichtlich eine Schutzfunktion für die menschliche Gesundheit.

## Ein Rat aus dem Neuen Testament

»Rührt nichts Unreines an, so will ich euch annehmen, und euer Vater sein, und ihr sollt meine Söhne und Töchter sein, spricht der allmächtige Herr ... So lasst uns von aller Befleckung des Fleisches und des Geistes uns reinigen und die Heiligung vollenden in der Furcht Gottes!« (2. Korinther 6,17-7,1)

Welches Licht wirft die Bibel angesichts der Toxinfrage aber nun auf den Vegetarismus? ■

# Vegetarismus aus BIBLISCHER SICHT

Die Zahl der Vegetarier steigt in der westlichen Welt. Die Motive dafür sind verschieden.

**Ethische Gründe:** Tiere sollen zu Genusszwecken nicht leiden und sterben müssen.

**Ökologische Gründe:** Zur Bedarfsdeckung ist bei vegetarischer Lebensweise wesentlich weniger landwirtschaftliche Fläche nötig. Das schont die Natur.

**Humanitäre Gründe:** Hungersnöte könnten vermieden werden, wenn weniger landwirtschaftliche Fläche für Futtermittelanbau verloren ginge.

**Religiöse Gründe:** Gewaltlosigkeit, Reinkarnation und Karma spielen in fernöstlichen Religionen eine Rolle.

**Gesundheitliche Gründe:** Pflanzliche Kost ist gesünder als tierische.

Was sagt die Bibel?

## Wie reines Fleisch unrein wird:

Kann ein reines Tier, zum Beispiel ein Reh, unter Umständen auch unrein sein?

Wenn eine von drei Voraussetzungen gegeben ist, ja: **1.** »Darum sollt ihr kein Fleisch essen, das auf dem Feld zerrissen worden ist.« (2. Mose 22,30) Warum? Bei gerissenen Tieren handelt es sich häufig um kranke oder altersschwache Tiere mit hohem Toxingehalt. Auf jeden Fall aber ist ihr Fleisch durch die Flucht vor dem Raubtier voller Stresshormone.

**2.** »Ihr sollt kein Aas essen.« (5. Mose 14,21) Stirbt ein Reh, ohne gerissen zu werden, so war es ebenfalls krank oder altersschwach.

**3.** »Ihr sollt auch kein Blut essen ... weder von Vögeln noch vom Vieh!« (3. Mose 7,26)

Rehfleisch, das nicht nach biblischer Vorschrift durch Schächten vollständig ausgeblutet ist, ist ebenfalls unrein. Denn im Blut befinden sich die meisten Toxine.

## Im Neuen Testament bestätigt

Als unter den Aposteln die Frage aufkam, welche Gesetze aus der Tora nicht nur für Juden, sondern auch für Heidenchristen gelten sollten, kamen sie zu folgendem Schluss:

»Es hat nämlich dem Heiligen Geist und uns gefallen, euch keine weitere Last aufzuerlegen, außer diesen notwendigen Dingen, dass ihr euch enthaltet von Götzenopfern und von Blut und vom Ersticken und von Unzucht.« (Apostelgeschichte 15,29)

## Der Fleischmarkt heute

Stammt das Fleisch in der Verkaufstheke von kranken oder altersschwachen Tieren? Wurde das Tier noch schnell geschlachtet, bevor es starb? In den USA gibt es zum Beispiel eine Liste der in Schlachttieren zugelassenen Krankheiten, die nicht besonders vertrauenerweckend ist.



© Funwithfood - iStockphoto.com

Sind im Fleisch Rückstände von Medikamenten? Ist das Tierfutter durch Pestizide mit Giftstoffen belastet, oder besteht es sogar aus Tiermehl, das oft aus verendeten oder kranken Tieren hergestellt wird, die anderweitig nicht mehr auf den Markt gebracht werden können? Kann solch ein Tier noch rein sein?

Zwar durften in Folge des BSE-Skandals seit 2001 in der EU Tiermehle nicht mehr verfüttert werden, und dem Kannibalismus unter Rindern soll ein für allemal ein Riegel vorgeschoben werden; doch ist seit Mai 2008 die Verfütterung von Fischmehl an Kälber und Lämmer wieder erlaubt. Schweine und Hühner sollen sich demnächst auch wieder gegenseitig »auffressen« dürfen. Aus dem Blut der Schlachttiere wird Blutmehl hergestellt, das nicht selten zu Fütterungszwecken verwendet wird.

## Die Schlachtmethode

Schächten als Schlachtmethode (siehe Seite 6) ist in Deutschland nur in Ausnahmefällen gestattet, wenn jüdische oder muslimische Metzger dies Fleisch an religiöse Kunden verkaufen.

Tierschutzgesetze, die Schächten für zu grausam halten, sehen vor, dass ein Tier vor der Schlachtung betäubt werden muss entweder durch Elektroschock, Schlachtschussapparate oder Kohlendioxid. Alle drei Methoden sind, was das anschließende Ausbluten und den Toxingehalt des Fleisches angeht, fragwürdig. Beim Elektroschock platzen beispielsweise kleine Blutgefäße, so dass das Fleisch nicht so gut ausbluten kann.

## Welches Fleisch ist heute noch rein?

Welches Fleisch stammt heute nicht von kranken Tieren, von solchen die kranke Tiere (in Form von Tiermehl) gefressen haben, von Tieren, deren Futter Toxine oder Pestizide enthielt, deren Schlachtung so durchgeführt wurde, dass große Mengen Stresshormone ausgeschüttet wurden oder deren Fleisch nicht optimal ausgeblutet ist?

Durch die Umweltbelastung sind inzwischen auch Schadstoffe und gewisse langlebige Gifte in den Wasser- und Nahrungskreislauf gelangt. Sie reichern sich in Tieren naturgemäß stärker an als in Pflanzen. Wir müssen heute davon ausgehen, dass selbst Fleisch, das allen Reinheitsgeboten entspricht, immer noch eine wesentlich höhere Toxinbelastung hat als vor der Entstehung der chemischen Industrie.

Fazit: Fleisch von reinen Tieren ist heutzutage wenn überhaupt nur noch äußerst selten rein, und dann wäre es sehr aufwendig seine Reinheit nachzuweisen.

Vegetarismus in unserer heutigen Zeit ist also durchaus biblisch. Als Weg zurück zur Uernährung erfüllt er wie kein anderer heute am besten die Anforderung der Reinheitsgebote und ihr Ziel zum Schutz unserer Gesundheit.

Ist aber Fleischgenuss nicht wenigstens für Juden zum Passahfest göttliches Gebot? Diese Frage hat Jesus, das wahre Opferlamm und der bekannteste Jude der Weltgeschichte, bei seinem letzten Passahmahl gelöst. Doch zuvor ein Artikel über die besonderen Ernährungsvorschriften für Gottgeweihte. ■

# Von PRIESTERN und anderen GOTTGEWEIHTEN

**B**esondere Aufgaben bringen besondere Verantwortung mit sich. Ähnlich wie es in Deutschland seit Juli 2007 für Unter-21-Jährige eine Null-Promille-Grenze am Steuer gibt, gab es auch im alten Israel eine Null-Promille-Grenze für Priester:

## Null-Promille-Grenze

»Du [der erste Hohepriester Aaron] und deine Söhne mit dir sollen weder Wein noch starkes Getränk trinken, wenn ihr in die Stiftshütte geht, damit ihr nicht sterbt. Das sei eine ewige Ordnung für eure künftigen Geschlechter, damit ihr einen Unterschied macht zwischen dem Heiligen und dem Unheiligen, zwischen dem Unreinen und Reinen, und damit ihr die Kinder Israels alle Ordnungen lehrt, die der Herr zu ihnen durch Mose geredet hat.« (3. Mose 10,9-11)

Zu ihren Aufgaben gehörte eben auch die Rechtsprechung und Bildungsvermittlung, für die ein klarer Kopf gefordert war.

## Höchste Fleischqualität

Die Qualität des Fleisches, das sie aßen, war noch eine Stufe besser als die des gewöhnlichen Volks. Die Erstgeburt aller Rinder, Schafe und Ziegen war für sie reserviert (4. Mose 18,17-18). Bei der Erstgeburt haben sich im Muttertier noch nicht so viele Toxine angereichert wie bei späteren Geburten. Bessere Fleischqualität ist kaum zu haben.

Auf der 40-jährigen Wüstenwanderung durfte das Volk Israel nur im Rahmen einer Opferhandlung Tiere schlachten (3. Mose 17,1-9). Brandopfer wurden vollständig verbrannt, was den Fleischkonsum weiter einschränkte. Beim Sünd- und Schuldopfer verzehrten das Fleisch die Priester, nachdem Blut, Fett, Leber und Nieren entfernt worden waren (3. Mose 4+7). Nur vom Friedens- oder Dankopfer durfte der Gläubige das Fleisch essen, nachdem er das Brustfleisch und die rechte Keule den Priestern abgetreten hatte (7,34).

Jedes Opfertier musste überdies kerngesund sein (22,20-25; 5. Mose 17,1). Erst nach dem Einzug ins Land Kanaan wurde die Schlachtung dann auch außerhalb des Tempels gestattet (5. Mose 12,15.20-25).

## Das Beste vom Besten

Auch von den vegetarischen Nahrungsmitteln erhielten die Priester nur das Beste: Die ersten Früchte und das Beste von Öl, Most und Korn und darüber hinaus den zehnten Teil aller Zehntengaben, die die Leviten vom Volk nach der Ernte bekommen hatten (4. Mose 18,12-13).

## Die Nasiräer – besonders Geweihte

Wer sich Gott für eine gewisse Zeit besonders weihen wollte, schwor, weder vom Alkohol, Essig, Traubensaft, noch von Trauben und Rosinen zu kosten. Er durfte

sich die Haare nicht schneiden und keine Leiche berühren (4. Mose 6).

## Simson

Einer der berühmtesten Nasiräer war der Richter Simson. Schon seine Mutter durfte während der Schwangerschaft keinen Alkohol trinken und nichts Unreines essen (Richter 13,4). Hier wurden die vorgeburtlichen Einflüsse auf das werdende Kind berücksichtigt.

Simson sollte ein Nasiräer auf Lebenszeit sein, brach aber alle Bestandteile des Nasiräergelübdes: Er nahm Honig aus dem Leichnam eines Löwen (14,8-9), was den Honig unrein machte. War doch sogar schon feuchtes Saatgut, das mit Aas in Berührung kam, nicht mehr zur Aussaat geeignet (3. Mose 11,37-38). Zweitens veranstaltete er ein Weingelage (חַמְשָׁתַּיִם, *mishte*, Richter 14,10) und drittens ließ er sich das Haar scheren, indem er sich in die Hände der Verführerin Delila begab und ihr sein Geheimnis verriet (16,19).

## Samuel und Johannes der Täufer

Auch der Richter und Prophet Samuel wurde von seiner Mutter dem Herrn auf Lebenszeit geweiht. (1. Samuel 1,28) Und über Johannes den Täufer wurde prophezeit: »Wein und starkes Getränk wird er nicht trinken, und mit Heiligem Geist wird er erfüllt werden schon von Mutterleib an.« (Lukas 1,15) Jesus sagte von ihm: »Johannes der Täufer ist gekommen, der aß kein Brot und trank keinen Wein.« (7,33) Seine Grundnahrungsmittel seien Heuschrecken und wilder Honig gewesen (Matthäus 3,4). Zwar sind manche Heu-

schreckenarten rein, sie haben aber keinen hohen Nährwert und sind zudem nicht das ganze Jahr über verfügbar, wenn überhaupt.

## Heuschrecken oder Johannisbrot?

Einige Hinweise sprechen dafür, dass mit dem griechischen Wort ακρίς (*akris*) hier nicht die Heuschrecke gemeint ist, sondern die wie Heuschrecken an Bäumen hängenden Johannisbrotschoten (κερατιον, *keration*). Johannisbrot war die Nahrung der Armen (Lukas 15,16). Das jüdische Sprichwort: »Wenn ein Jude Karobschoten isst, tut er Buße« (Midrash Rabbah zu 3. Mose 11,1, Soncino ed., p. 168), passt zum Auftrag des Johannes. In der Kirchengeschichte haben griechische Autoren und ihre lateinischen Übersetzer unter den Heuschrecken anscheinend immer eine vegetarische Kost verstanden. Der Begriff Johannisbrot wurde wahrscheinlich von den Kreuzfahrern in verschiedene europäische Sprachen importiert. Sowohl das Lateinische *locusta*, als auch das englische *locust* wird für Heuschrecken und für Johannisbrot verwendet, und im Hebräischen unterscheiden sich die beiden Wörter nur im mittleren Stammkonsonant: Heuschrecke = חַגָב (*chagav*); Johannisbrot = חַרְבּ (*charuv*); also g anstelle von r. Doch welche Haltung hatte Jesus Christus zum Vegetarismus? ■





# Lebensbrot Jesus

© Tjanze - iStockphoto.com

**W**arum bezeichnete Jesus sich nicht als Lebensbraten? Warum als Lebensbrot? Warum nahm er beim Passah das Brot als Bild für seinen gebrochenen Leib und nicht das Lamm, das doch auf sein Opfer am Kreuz hindeutete?

Blutverzehr war ohnehin verboten, weshalb er Traubensaft als Bild für sein vergossenes Blut wählte. Fleischverzehr war aber doch erlaubt.

Hatte er dabei die vielen Heidenchristen im Blick, für die Fleisch jüdischer Güteklasse nicht immer so einfach zu haben sein würde? Oder die Armen, die sich Fleisch nur selten leisten konnten? Wollte er damit das Blutvergießen zu Opferzwecken demonstrativ beenden, weil er am folgenden Tag als wahres Opferlamm mit ewiger Gültigkeit sterben würde? Sah er voraus, dass in unserer Zeit Fleisch zu einem der größten gesundheitlichen Risikofaktoren gehören würde? Wollte er unsere Sehnsucht nach dem Paradies wecken und uns einen Schritt näher zum Paradies führen, indem er die fast paradiesische Ernäh-

rung aus Samen, Brot, Obst, Nüssen und Gemüse wieder zur Idealkost eines gläubigen Menschen erklärte? Wollte er damit ein Zeichen für das anbrechende Reich Gottes der Gewaltlosigkeit setzen, in dem Wolf und Lamm einmal wieder friedlich nebeneinander liegen werden (Jesaja 11,6-8; 65,25)?

## Jesu Ernährung

Klar ist, dass Jesu Ernährung aus der Kost der Armen bestand. Nach 40-tägigem Fasten ist die größte Versuchung für ihn, aus Steinen Brot zu machen (Matthäus 4,2-3). Er lehrt die Menschen zu beten: »Unser tägliches Brot gib uns heute« (6,11). Seine Jünger werden kritisiert, weil sie am Sabbat Getreidekörner vom Feld essen (12,1) und sich vor dem Brotessen nicht dem rituellen Händewaschen unterziehen (15,2). In seinen Lehren spricht er mindestens viermal vom Brotessen und außerdem von sich selbst als dem Brot (Johannes 6,35). In zwei Gleichnissen erwähnt er auch Och-



sen- und Kalbfleisch als Festessen (Matthäus 22,4; Lukas 15,23). Einmal speist er 5000 (Matthäus 14,13-21) und einmal 4000 Männer plus Frauen und Kindern mit Brot und Fischen (15,32-39). Feigen und Trauben gehörten zu seiner Kost (21,19; 26,29) und natürlich auch Lamm beim Passahfest (Lukas 22,15). Er bricht das Brot beim Abendmahl und in Emmaus (Lukas 22,19; 24,30). Nach der Auferstehung isst er Fisch und Honig (24,42-43), etwas später serviert er Fisch mit Brot (Johannes 21,9).

## Erklärte Jesus alles für rein?

Die Pharisäer fragten Jesus, warum seine Jünger sich vor dem Essen nicht die Hände wuschen (Matthäus 15,2; Markus 7,3). Dieses rituelle Händewaschen war kein biblisches Gebot. Man hatte viele Zusatzregeln eingeführt, die den Gläubigen schon lange vor einer eventuellen Sünde abfangen sollten. Dadurch war das Leben eine Kette von formalistischen Riten geworden, die einen Menschen nicht liebevoller und rechtschaffener und auch nicht gesünder machten. Viele der Superfrommen von damals hassten Jesus, waren arrogant und eingebildet, korrupt und gemein. Jesus sagte: »Nicht das, was zum Mund hineinkommt, verunreinigt den Menschen, sondern was aus dem Mund herauskommt ... böse Gedanken ... falsche Zeugnisse, Lästerungen. Das ist's, was den Menschen verunreinigt! Aber mit ungewaschenen Händen essen, das verunreinigt den Menschen nicht.« (Matthäus 15,11-20) Das macht ihn genauso wenig unmoralisch, wie das Einhalten von Geboten und Riten, die von Menschen erfunden wurden, ihn moralisch macht.

»Und er spricht zu ihnen ... Begreift ihr nicht, dass alles, was von außen in den Menschen hineingeht, ihn nicht verunreinigen kann? Denn es geht nicht in sein Herz hinein, sondern in den Bauch und es geht heraus in den Abort, *reinigend alle Speisen*.« (Markus 7,18-19 Elberfelder) Dies deuten viele moderne Bibelübersetzungen falsch als: »Damit erklärte er alle Speisen für rein.« Jesus will hier aber sagen: Der Körper entledigt sich durch Ausscheidung notfalls auch der Verunreinigung durch ungewaschene Hände. Für Unmoral gibt es aber keinen eingebauten Reinigungsmechanismus. Übrigens aß man als Jude ja durch die Reinheitsgebote ohnehin nur gesunde Kost und nahm nur dann am Gemeinschaftsmahl teil, wenn man nach dem Gesetz des Mose rein war.

## Egal wie viel Gift?

Als Petrus später in einer Vision aufgefordert wurde, unreine Tiere zu essen, war er völlig entsetzt: »Keineswegs, Herr! Denn ich habe noch nie etwas Gemeines oder Unreines gegessen!« (Apostelgeschichte 10,14) Hätte Jesus die biblischen Reinheitsgebote aufgehoben, wäre sein Entsetzen unverständlich, und das Apostelkonzil hätte weder Blutgenuss noch Ersticktes verbieten müssen (15,20). (Auch diese »Speisen« wären ja dann rein gewesen.) In dem Fall wäre es Jesus also egal, wie viel Gift und Schädliches wir in uns aufnehmen.

Doch wieso dann die Vision, in der Petrus unreine Tiere essen sollte? Und hat nicht auch Paulus gesagt, dass wir alle Kreaturen, die auf dem Fleischmarkt angeboten werden, essen dürfen? ■



# Ernährung zur Zeit der Apostel

**E**s war Mittag. Petrus stieg aufs Dach, um zu beten. Da wurde er sehr hungrig und wollte essen. Während man etwas zubereitete, bekam er eine Vision: Ein riesiges Tuch voll unreiner Tiere wurde vom Himmel auf die Erde gelassen mit der Aufforderung: »Steh auf, Petrus, schlachte und iss! Petrus aber sprach: Keineswegs, Herr! Denn ich habe noch nie etwas Gemeines oder Unreines gegessen! Und eine Stimme sprach ...: Was Gott gereinigt hat, das halte du nicht für gemein!« (Apostelgeschichte 10,14) Und das Tuch wurde wieder hinaufgezogen. Dies geschah dreimal.

Wurden damit die Speise- und Reinheitsgebote aufgehoben? Petrus selbst war sich über die Bedeutung des Gesehenen unsicher (Vers 17). Als er noch darüber nachdachte, betraten drei Männer das Haus. Da bekam Petrus auf dem Dach den Auftrag, mit diesen Männern mitzugehen,

denn sie überbrachten eine Einladung eines römischen Hauptmanns. Jetzt verstand Petrus die Vision: »Gott hat mir gezeigt, dass ich keinen **Menschen** gemein oder unrein nennen soll.« (Vers 28) Leider hatte Petrus die Gemeinschaft mit Nichtjuden immer noch gemieden. Das sollte nun anders werden.

## Warnt Paulus vor Vegetariern?

Paulus prophezeite, dass Irrlehrer auftreten werden: »Sie verbieten zu heiraten und Speisen zu genießen, die doch Gott geschaffen hat, damit sie mit Danksagung gebraucht werden ... Denn alles, was Gott geschaffen hat, ist gut, und nichts ist verwerflich, wenn es mit Danksagung empfangen wird; denn es wird geheiligt durch Gottes Wort und Gebet.« (1. Timotheus 4,3-4) Doch welche Speisen sind von Gott zum Verzehr mit Danksagung erschaffen?

Schwein, Aal, Hase, Meeresfrüchte? Sicherlich genauso wenig wie Knollenblätterschnecke, Giftschlangen und Menschenfleisch. Eigentlich hat Gott kein Tier zum Verzehr geschaffen, auch nicht die wiederkäuenden Pflanzenfresser; denn der Tod kam erst durch die Sünde.

Paulus warnt hier also nicht vor dem Vegetarismus und gesunder Ernährung, sondern vor dem Zölibat und vor von Menschen erdachten religiösen Speiseverboten (Askese).

## Alles auf dem Fleischmarkt?

Und was ist mit der Aussage: »Alles, was auf dem Fleischmarkt angeboten wird, das esst, ohne um des Gewissens willen nachzuforschen; denn dem Herrn gehört die Erde und was sie erfüllt.« (1. Korinther 10,25)?

Wer das ganze Kapitel liest, merkt, worum es geht. Paulus warnt vor dem Götzendienst mit seinen Weingelagen, Vergnügungen (Vers 7) und sexuellen Ausschweifungen (Vers 8). An diesen Partys können Christen nicht teilnehmen. Deshalb braucht aber niemand bei Einkäufen oder Besuchen zu fragen, ob das angebotene Fleisch den Götzen geweiht wurde. Wenn es sich um reines, völlig ausgeblutetes Fleisch handelte, war es laut Bibel zum Verzehr geeignet, denn das geschlachtete Tier gehörte Gott, auch wenn es in heidnischen Tempeln geschlachtet wurde.

»Ob ihr nun esst oder trinkt oder sonst etwas tut – tut alles zur Ehre Gottes« (Vers 31), indem ihr Gott für die Speise dankt und ihn als die Macht im Universum preist, die stärker ist als alle Götzen und Dämonen. Zu Gottes Ehre essen und trinken heißt aber auch, sich gesund zu ernähren,

um im Dienst für Gott und den Nächsten das Beste geben zu können.

## Jüdische Riten

»So richte euch nun niemand wegen Speise oder Trank, oder betreffs eines Festes oder Neumondes oder Sabbats, die ein Schatten der künftigen Dinge sind, der Körper selbst aber ist des Christus.« (Kolosser 2,16-17 Elberfelder) Welche Speisen, Feste und Sabbate waren ein Schatten auf den Messias? Das Zeltheiligtum mit seinen Opfer- und Festvorschriften machte den Erlösungsplan verständlich und wies auf den kommenden Messias hin. Alle Opfer (auch Speis- und Trankopfer) und der irdische Priesterdienst kamen dann auch in Jesus und seiner Gemeinde zum Ziel (Römer 10,4). Der rituelle Schatten ging in der Wirklichkeit auf. Der Tempel in Jerusalem wurde 70 n. Chr. zerstört, die Tieropfer endeten. Alles was darüber hinaus lediglich religiös unterweisende, pädagogische Funktion hat, wie zum Beispiel der jüdische Kalender mit seinen Festen, hat keinen verbindlichen Charakter mehr. Hier hat jeder die Freiheit, in seiner Kultur Elemente zu verwenden oder nicht. Moralgesetze und Gesundheitsvorschriften aber sind nicht Schatten einer Wirklichkeit, sondern ewige Prinzipien. Deshalb gelten der wöchentliche Schöpfungssabbat und die Speisegebote bis heute.

Das Neue Testament richtet den Blick auf drei andere Tempel: einen himmlischen (Hebräer 8,2; Offenbarung 11,19), in dem uns Jesus als Hoherpriester vor Gott vertritt, einen geistlichen (Epheser 2,21), Gottes Gemeinde auf Erden und ... passend zu unserem Thema ... Antwort auf der übernächsten Seite! ■

# Gewissensfragen in der Ernährung

**E**in besonderes Rätsel scheint uns Paulus im 14. Kapitel des Römerbriefes aufzugeben, wenn er sagt: »Ich ... bin überzeugt ..., dass nichts an und für sich unrein ist; sondern es ist nur für den unrein, der etwas für unrein hält.« (Römer 14,14) »Es ist zwar alles rein, aber es ist demjenigen schädlich, der es mit Anstoß isst.« (14,20) Sind das nicht Aussagen, die die Reinheitsgebote endgültig abschaffen und Ernährung aus dem Bereich der Religion verbannen?

## Biochemisch oder spirituell unrein?

Das griechische Wort, das in Vers 14 mit *unrein* übersetzt wurde, lautet *κοινός* (*koinos*, gemein). Wäre Paulus ein Kritiker der Reinheitsgebote gewesen, hätte hier jedoch *ακαθάρτος* (*akathartos*, von Natur aus unrein) stehen müssen. Er sagt aber: »Es ist zwar alles rein (*καθαρός*, *katharos*, von Natur aus rein)« (14,20). Es geht hier also ohnehin nur um reines Fleisch. Die Frage der ersten Christen war nämlich, ob reines Fleisch durch Götzenweihe spirituell/okkult verunreinigt werden kann (vgl. 1. Korinther 8). Paulus sagt: »An und für sich« (14,14), also ohne biochemische Verunreinigung durch Aas, Gift etc., ist reines Fleisch nie spirituell unrein. »Denn das Reich Gottes ist nicht Essen und Trinken, sondern Gerechtigkeit, Friede

und Freude im Heiligen Geist.« (Römer 14,17) Gott wird nicht durchs Essen zum König in meinem Herzen, sondern durchs Verstehen und Verinnerlichen

heiliger Gedanken. Nur wenn jemand sich ein Gewissen macht, weil er etwas für spirituell unrein hält, dann verunreinigt er seine Gedankenwelt (1. Korinther 8,7; Römer 14,1).

## Vegetarismus als Heilmittel

Paulus ruft deshalb zur Toleranz in Gewissensfragen auf (Römer 14,3.10.12), empfiehlt aber gleichzeitig: »Es ist gut, wenn du kein Fleisch isst und keinen Wein trinkst, noch sonst etwas tust, woran dein Bruder Anstoß oder Ärger nehmen oder schwach werden könnte.« (Römer 14,21) »Lieber in Ewigkeit kein Fleisch essen, damit ich meinem Bruder keinen Anstoß zur Sünde gebe.« (1. Korinther 8,13) Wenn der Apostel den völligen Verzicht auf Fleisch und Alkohol schon empfiehlt, um meinen Bruder vor spiritueller Verunreinigung zu bewahren, wie viel mehr dann heute, wo ich durch von Natur aus reines Fleisch praktisch immer mit Toxinen biochemisch verunreinigt würde. Denn mein Körper und mein Geist sind so heilig wie ein Tempel ... ■





# Der dritte Tempel

© ArtisticCaptures - iStockphoto.com

**V**iele Juden und Christen warten auf einen dritten Tempel in Jerusalem. Der erste wurde von König Salomo 966 v. Chr. erbaut und von König Nebukadnezar 586 zerstört. Der zweite wurde 516 erbaut und 70 n. Chr. von Titus zerstört. Seither wartet das jüdische Volk auf einen Wiederaufbau nach den Plänen von Hesekeiel 40-48. Doch auf dem Tempelberg steht heute eine Moschee, der Felsendom. Das Neue Testament spricht von drei ganz anderen Tempeln: 1. vom himmlischen Heiligtum, 2. von Gottes Gemeinde und 3. vom menschlichen Körper als Tempel des Heiligen Geistes.

»Wisst ihr nicht, dass ihr Gottes Tempel seid, und dass der Geist Gottes in euch wohnt? Wenn jemand den Tempel Gottes verdirbt, den wird Gott verderben; denn der Tempel Gottes ist heilig, und der seid ihr.« (1. Korinther 3,16-17)

»Wisst ihr nicht, dass euer Leib ein Tempel des in euch wohnenden Heiligen Geistes ist, den ihr von Gott empfangen habt, und dass ihr nicht euch selbst gehört? Denn ihr seid teuer erkaufte; darum verherrlicht

Gott in eurem Leib und in eurem Geist, die Gott gehören!« (6,19-20)

## **Damit du lebst und es dir gut geht**

Die Bibel enthält faszinierende Verheißungen für unsere Gesundheit: »Hört auf mich, den Herrn, euren Gott, und lebt so, wie es mir gefällt: Befolgt meine Gebote und Vorschriften! Dann werde ich euch nicht an den Krankheiten leiden lassen, die ich über die Ägypter gebracht habe, denn ich bin der Herr, der euch gesund macht.« (2. Mose 15,26 Neues Leben)

»Wandelt in allen Wegen, die euch der Herr, euer Gott, geboten hat, damit ihr lebt und es euch gut geht und ihr lange bleibt in dem Land, das ihr besitzen werdet.« (5. Mose 5,33)

»Kein Unfruchtbarer und keine Unfruchtbare wird bei dir sein ... Und der Herr wird jede Krankheit von dir abwenden.« (5. Mose 7,14-15)

Für alle drei Tempel gibt es auch eine spannende endzeitliche Prophezeiung ... ■

# Ernährung in der Endzeit

Das Paradies ist fast erreicht, der traurige Umweg der Menschheitsgeschichte bald zu Ende. Diese letzte Phase beschreiben die biblischen Bücher Daniel und Offenbarung. Mit ihnen können wir unseren Standort bestimmen.

Das Buch Daniel beginnt mit dem Bericht über die Verschleppung ins alte Babylon (Daniel 1). Das Buch Offenbarung endet mit der Befreiung aus dem religiösen Babylon unserer Zeit (Offenbarung 17-19).

## Paradieskost in Babylon

Auch in Babylon bleiben Daniel und seine Freunde Gottes Reinheitsgebote treu. »Daniel aber nahm sich in seinem Herzen vor, sich mit der feinen Speise des Königs und mit dem Wein, den er trank, nicht zu verunreinigen.« (Daniel 1,8) Weil die Fleischspeisen des Königs diesen Geboten nicht entsprechen, bitten sie um ein zehntägiges Experiment mit Paradieskost und Wasser und sind danach auffallend gesünder und intellektuell leistungsfähiger als ihre Kommilitonen. Als Endzeitprophet hat Daniel für heute in punkto Ernährung die Richtung gezeigt.

Das hebräische Wort in Daniel 1,12.16 (זרעים *zero'im* bzw. זרעונים *zer'onim*) wird oft mit Gemüse oder Küchenpflanzen übersetzt, hat aber dieselbe Wortwurzel und ohne Vokale sogar dasselbe Schriftbild wie Samen (זרעים *zra'im*). Das ist die Samennahrung aus 1. Mose 1,29: Saaten und Früchte, wahrscheinlich im alten Babylon einfach der Fachbegriff für vegetarische Ernährung.

## Exodus aus Babylon

Das endzeitliche Babylon wird als Behausung aller **unreinen Geister** und **Vögel** dargestellt (Offenbarung 18,2) und eine Stimme vom Himmel spricht: »Geht hinaus aus ihr ..., damit ihr nicht ihrer Sünden teilhaftig werdet.« (Vers 4) Welche Signale sendet dies in Bezug auf die Ernährung in der Endzeit?



© mevans - iStockphoto.com

## Die dreifache Reinigung des Heiligtums

In der Endzeit, so prophezeit Daniel 8,14.17, wird das Heiligtum wieder »gereinigt« (Septuaginta: καθαρισθησεται), wie schon das Zeltheiligtum in der Wüste am Versöhnungstag (3. Mose 16,19.20.30).

Doch welches Heiligtum ist gemeint? Die Parallelvision deutet auf das himmlische Heiligtum (Daniel 7,9-10), das aber untrennbar mit dem zweiten Tempel, der Gemeinde, verbunden ist: Sünden, die hier getan werden, werden dort in Büchern verzeichnet. Sünden, die hier bereut und aufgegeben werden, werden dort getilgt. Reinigung dort bedeutet Reinigung hier. Ebenso braucht der dritte Tempel, unser Leib, Reinigung, wenn der Heilige Geist jeden Herzenswinkel erfüllen soll.

Warum Daniel auch auf Wein verzichtet und gefastet hat, steht auf der nächsten Seite ... ■



© husierchen - iStockphoto.com

# ALKOHOL in der BIBEL

**M**it Noah beginnt in der Bibel die traurige Geschichte vom Alkohol (1. Mose 9,21). Auch bei Lot führte Alkoholenuss zu sexuellem Tabubruch (19,32).

»Der Wein macht zum Spötter, das starke Getränk macht wild, und keiner, der sich damit berauscht, wird weise.« (Sprüche 20,1)

»Berauscht euch nicht mit Wein, worin Ausschweifung ist, sondern werdet voller Geist.« (Epheser 5,18 Elberfelder; vgl. Habakuk 2,15)

Königen, Priestern, Fürsten, Richtern und anderen Gottgeweihten (Nasiräern) war Alkohol verboten, damit sie einen klaren Geist für ihre hohen Aufgaben hatten. (Sprüche 31,4.5; 3. Mose 10,8-10; 4. Mose 6) Einige, darunter Daniel und Johannes der Täufer, hielten sich daran (Daniel 1,8; Lukas 7,33), andere, wie Aarons oder Davids Söhne, nicht (3. Mose 10,2.9; 2. Samuel 13,28), und viele taten es ihnen gleich: »Priester und Prophet sind vom Rauschtrank berauscht, vom Wein benebelt, sie taumeln vom Rauschtrank; sie sehen nicht mehr klar, urteilen unsicher.« (Jesaja 28,7)

## Erleuchtung braucht einen klaren Geist

Dabei wollte Gott sein ganzes Volk ohne Alkohol erziehen, und das mit gutem Grund: »Ihr habt ... weder Wein noch star-

kes Getränk getrunken, damit ihr erkennt, dass ich der Herr, euer Gott, bin.« (5. Mose 29,5)

Den allein wahren Gott zu erkennen, sagt Jesus, ist das »ewige Leben« (Johannes 17,3). Deshalb kann das Wasser, das Jesus auf der Hochzeit zu Kana verwandelte, nur zu frisch gepresstem »gutem Wein« (2,10) geworden sein, damals eine seltene Kostbarkeit, denn es war aufwendig, ihn unvergoren haltbar zu machen. An solchem Wein konnten sich die Gäste satttrinken, ohne betrunken zu werden. Das Wort *methyo* (*methyo*), das meistens mit »betrunken sein« übersetzt wird, bedeutet eigentlich »trunken, getränkt sein«. Dabei liegt die Betonung nicht auf dem Rausch, sondern auf dem Vieltrinken.

»Sobald sich Saft in der Traube findet, sagt man: Verdirb sie nicht, denn es ist Segen darin.« (Jesaja 65,8) Schon kurze Zeit nach dem Pressen jedoch, verwandelt sich der Segen in Fluch.

## Alkohol, Blut und andere Gräuelt

Das endzeitliche Babylon hat »mit dem Glutwein ihrer Unzucht alle Völker getränkt« (Offenbarung 14,8). Von ihrem Wein sind die Erdbewohner trunken geworden. Ihr Kelch ist voller Gräuelt und Unreinheit. Sie trinkt das Blut der Heiligen (17,2-6). ■

## Ich wünsche dir GESUNDHEIT

Der Psalmist sagt: »Lobe den Herrn, meine Seele, und vergiss nicht, was er dir Gutes getan hat! Der dir alle deine Sünden vergibt und heilt alle deine Gebrechen.« (Psalm 103, 2-3)

Mein Gebet: »Heile du mich, Herr, so werde ich heil! Hilf du mir, so ist mir geholfen.« (Jeremia 17,14) Gottes Antwort: »Ich will dir Genesung bringen und dich von deinen Wunden heilen.« (Jeremia 30,17)

»Jesus ... heilte alle Krankheiten und alle Gebrechen im Volk.« (Matthäus 4,23) Er sprach: »Ich ... bin gekommen, um ihnen Leben zu bringen – Leben in ganzer Fülle.« (Johannes 10,10 Neue Genfer)

»Ich wünsche dir in allen Dingen Wohlergehen und Gesundheit.« (3. Johannes 2)



## FASTEN biblisch

**S**owohl im Alten als auch im Neuen Testament wird das Fasten als religiöse Übung scharf kritisiert (Jesaja 58,3-5; Matthäus 6,16). Dennoch haben viele biblische Gestalten gefastet: nach einem Todesfall (1. Samuel 31,13; 2. Samuel 1,12) oder um das eigene Kind vor dem Tod zu retten (2. Samuel 12,16-21). Im Angesicht des Todes durch feindliche Mächte (2. Chronik 20,3; Esther 4,16) ruft die Bibel sogar ausdrücklich zum Fasten auf (Joel 1,14).

Mose, Elia und Jesus jedoch fasteten mehrere Wochen, weil sie in der Wildnis die Gemeinschaft mit Gott suchten und sich durchs Essen davon nicht ablenken ließen (2. Mose 34,28; 1. Könige 19,8; Matthäus 4,2).

Beim Fasten im Sinne der Bibel verzichtet man ganz oder teilweise auf Mahlzeiten oder bestimmte schädliche oder belastende Nahrungsmittel, weil man Bedürftigen abgibt oder für den selbstlosen Dienst am Nächsten mehr Zeit, Kraft, Gesundheit und/oder Geld haben will (Jesaja 58,6-10).

Fasten kann auch ein Verzicht auf besonders leckere oder üppige Speisen sein (Daniel 10,3). Da wir in der Zeit der Tempelreinigung leben, also im übertragenen Sinn am großen Versöhnungstag, an dem Fasten vorgeschrieben war (3. Mose 16,29), wird in der Abwendung von Fleisch und Wein und der Hinwendung zur Paradieskost das Fasten zum Lebensstil. ■





# Vegetarismus in der Kirchengeschichte

## Seit wann essen Christen Fleisch von unreinen Tieren?

Jesus und die Apostel unterschieden noch zwischen reinem und unreinem Fleisch (Lukas 11,11-13; Apostelgeschichte 10,14). Doch schon der apokryphe Barnabasbrief (um 100 n. Chr.) will eine wörtliche Auslegung der Reinheitsgebote nicht mehr gelten lassen (Barnabas 10). Er legt sie geistlich aus. Eleutherus, der von 175-189 n. Chr. Bischof von Rom war, verkündet, dass der Christ keine Speise verschmähen soll, die Gott geschaffen habe. So steht es im *Liber Pontificalis*, einer chronologischen Sammlung von päpstlichen Biographien. Kirchenvater Irenäus (132-202 n. Chr.) hielt jedoch weiter nur Wiederkäuer mit gespaltenen Hufen für rein. Wer Jesus seinen Herrn nenne, müsse auch tun, was er sage, sonst sei er zu Recht als »fleischlich« (sündig) zu bezeichnen. (*Adversus haereses*, Buch 5, Kap. 8, Vers 4).

## Christliche Vegetarier damals und heute

Der Vegetarismus im Christentum hat eine lange Geschichte. Die Mönche der Ostkirchen und einiger Orden der Westkirche (zum Beispiel Kartäuser) essen bis heute kein Fleisch. Oft berief man sich auf Kir-

chenvater Hieronymus (347-419), der den Vegetarismus vertrat. Auch verschiedene biblisch orientierte Gruppen wie Essener, Nazoräer, Ebioniten, Eusthathianer, Bogomilen, Katharer, lebten vegetarisch.

Es gibt Aussagen in Schriften aus der Zeit der Kirchenväter, dass Jakobus, der Bruder Jesu und die Apostel Petrus und Matthäus sich fleischlos ernährt hätten. Paulus selbst deutete sogar an, dass er zum Vegetarismus neige und diesen befürworte, wenn er ihn auch nicht gebot (1. Korinther 8,13; Römer 14,21).

Heutzutage dürfte es in allen christlichen Konfessionen eine wachsende Anzahl Vegetarier geben. Vegetarier gibt es unter den Quäkern als Ausdruck der Gewaltlosigkeit und unter den Charismatikern als Paradiesköstler.

Für ihren vegetarischen Lebensstil am bekanntesten sind ein beträchtlicher Teil der Siebenten-Tags-Adventisten, die ihren Körper als Tempel des Heiligen Geistes betrachten und deshalb einen gesunden Lebensstil vertreten. Ellen White, die Mitgründerin und prophetische Stimme der Bewegung, führte gesundheitliche, zahlreiche biblische und auch ethische Gründe für den Vegetarismus an. So riet sie vom Metzgerberuf ab, weil er eine verrohende Wirkung habe (*Testimonies for the Church 2*, S. 60) und sah im Vegetarismus eine Vorbereitung aufs Paradies. Das führt uns zu unserer letzten Frage: Was hat die Vorbereitung aufs Paradies mit dem Auftrag zu tun, den Jesus seinen Nachfolgern gab? ■

# Sehnsucht nach dem Paradies



© misterQM - Photocase.com

**S**ehnsucht nach Heilung, nach Freiheit von Zwang, Angst und Schmerz, Krankheit und Tod steckt so tief in jedem Menschen, wie die Sehnsucht nach Liebe und Partnerschaft. Der Grund: Das Paradies gibt es tatsächlich (Johannes 14,2-4). Deshalb sehnt sich der Mensch danach. Und zu diesem Paradies führt ein Weg. Jesus sagt: »Ich bin der Weg.« (Vers 5-6) Er sandte seine Jünger aus, »das Reich Gottes zu verkündigen und die Kranken zu heilen.« (Lukas 9,2) Er sagte: »Wenn jemand dürstet, der komme zu mir und trinke! Wer an mich glaubt, wie die Schrift gesagt hat, aus seinem Leib werden Ströme lebendigen Wassers fließen [eine Leben spendende Flut von heilenden Gedanken, Worten und Taten].« (Johannes 7,37-38)

»Und es wird gepredigt werden dies Evangelium [dt.: Gute Nachricht] vom Reich in der ganzen Welt zum Zeugnis für alle Völker, und dann wird das Ende kommen [das Paradies].« (Matthäus 24,14 Luther 84)

»Wolf und Lamm werden einträchtig weiden, und der Löwe wird Stroh fressen wie das Rind ... Sie werden nicht Schaden

noch Verderben anrichten auf meinem ganzen heiligen Berg! Spricht der Herr.« (Jesaja 65,25)

Die paradiesische Sicht: »Wer einen Stier schlachtet, gleicht dem, der einen Mann erschlägt; wer ein Schaf opfert, gleicht dem, der einem Hund das Genick bricht.« (Jesaja 66,3) »An jenem Tag will ich auch zu ihren Gunsten einen Bund schließen mit den Tieren des Feldes und mit den Vögeln des Himmels und mit allem, was auf Erden kriecht; und ich will Bogen, Schwert und alles Kriegsgerät im Land zerbrechen und sie sicher wohnen lassen.« (Hosea 2,20)

»Diejenigen, die ... Schweinefleisch, Mäuse und andere verbotene Speisen essen, werden alle miteinander ein schreckliches Ende nehmen, sagt der Herr.« (Jesaja 66,17 Neues Leben)

## Ausblick

Nun, haben Sie noch mehr Sehnsucht nach dem Paradies bekommen? In einer der folgenden Ausgaben dieser Zeitschrift wird es um den Sabbat gehen, Gottes Ruhetag und Vorgeschmack aufs Paradies.

Doch jetzt beschließen wir die zahlreichen Artikel mit der eindrücklichen Schilderung einer Brotvermehrung und der Liebe, die sie möglich machte. Jesus von Nazareth, Messias der Juden, Christen und Muslime, ja aller Menschen, kam in diese Welt, um uns zu zeigen, wie Gott wirklich ist. Lesen Sie selbst ... ■

# Die Speisung der 5000

Der Messias hatte sich mit seinen Jüngern an einen abgelegenen Ort zurückgezogen. Doch schon bald war es mit dieser seltenen Zeit friedlicher Stille vorbei. Die Jünger meinten an diesem Ort ungestört zu sein. Bald vermissten die Menschen aber den göttlichen Lehrer und fragten, wo er sei. Einige von ihnen hatten gesehen, in welche Richtung Jesus und seine Jünger gefahren waren. Viele kamen zu Fuß, andere folgten ihm mit dem Boot über den See. Es war kurz vor dem Passahfest, und von nah und fern kamen die Jerusalem-Pilger in Scharen zusammen, um Jesus zu sehen. Immer mehr kamen hinzu, bis sich fünftausend Männer, dazu Frauen und Kinder versammelt hatten. Bevor Jesus das Ufer erreichte, wartete schon eine große Menschenmenge auf ihn. Dennoch landete er unbemerkt und verbrachte eine kurze Zeit allein mit den Jüngern.



© SermonView.com

## Getrieben von tiefem Mitgefühl

Voller Mitgefühl schaute er von den Hängen hinab auf die wogende Menge. Obwohl sie seine Ruhe störte, war er nicht ungeduldig. Etwas Wichtigeres forderte jetzt seine Aufmerksamkeit, während er immer und immer mehr Menschen kommen sah. »Es ergriff ihn tiefes Mitgefühl, denn sie waren wie Schafe, die keinen Hirten haben.« (Markus 6,34 Neue Genfer) Er trat aus seinem Versteck und fand einen geeigneten Platz, von dem aus er ihnen dienen konnte. Bei den Priestern und Füh-

ern erhielten sie keine Hilfe, von Jesus aber strömte heilendes Lebenswasser. Er lehrte das Volk den Weg der Erlösung.

Die Menschen lauschten den Worten der Barmherzigkeit, die in Strömen von den Lippen des Gottessohnes flossen. Sie hörten die freundlichen Worte, so einfach und deutlich, dass sie für ihre Seelen wie Gilead-Balsam waren (Jeremia 46,11). Die Heilung durch seine göttliche Hand brachte den Sterbenden Freude und Leben, den Kranken und Leidenden Gesundheit und Wohlbefinden. Es war für sie wie der Himmel auf Erden, und sie merkten gar nicht, wie lange sie schon nichts mehr gegessen hatten.

Schließlich war der Tag fast vergangen. Im Westen sank die Sonne, und noch immer blieben die Menschen. Jesus hatten den ganzen Tag ohne Essen und Pause gearbeitet. Er war blass vor Müdigkeit und Hunger, und die Jünger baten ihn inständig, mit der Arbeit aufzuhören. Doch er konnte sich einfach nicht von der Menge lösen, die ihn von allen Seiten umgab.

## **Gebt ihr ihnen zu essen!**

Schließlich drängten die Jünger ihn, die Leute wenigstens um ihrer selbst willen fortzuschicken. Viele waren von weit her gekommen und hatten seit dem Frühstück nichts gegessen. In den umliegenden Ortschaften und Dörfern würden sie vielleicht etwas zu Essen kaufen können. Doch Jesus sagte: »Gebt ihr ihnen zu essen!« (Markus 6,37) Philippus blickte über das Meer von Menschen und dachte: Keine Chance, für so viele ausreichend Essen zu

besorgen! Er antwortete, mit zweihundert Silberroschen könne man nicht einmal annähernd genug Brot kaufen, dass jeder ein wenig bekommt. Jesus erkundigte sich, wie viel Essen man unter den Leuten finden könne. »Es ist ein Knabe hier«, sagte Andreas, »der hat fünf Gerstenbrote und zwei Fische; doch was ist das für so viele?« (Johannes 6,9) Jesus ließ das Essen zu sich bringen. Dann wies er seine Jünger an, die Leute in Fünziger- oder Hundertergruppen auf die Wiesen aufzuteilen, damit kein Chaos ausbreche und alle sehen könnten, was er nun tun würde. Daraufhin nahm Jesus das Essen, »sah zum Himmel auf, dankte, brach die Brote und gab sie den Jüngern; die Jünger aber gaben sie dem Volk.« (Matthäus 14,19) »Und sie aßen alle und wurden satt. Und sie hoben zwölf Körbe voll an Brocken auf, und auch von den Fischen.« (Markus 6,42-43)

## **Bei Jesus Ruhe finden**

Jesus lehrte die Menschen den Weg zum Frieden und zum Glück. Ihre irdischen und geistlichen Bedürfnisse waren ihm beide gleich wichtig. Die Menschen waren müde und matt. Mütter hielten Babys auf dem Arm, kleine Kinder hingen ihnen am Rockzipfel. Viele hatten stundenlang gestanden. Sie interessierten sich so sehr für das, was Jesus zu sagen hatte, dass sie überhaupt nicht daran gedacht hatten, sich hinzusetzen. So viele Menschen waren hier zusammen, dass die Gefahr bestand, dass manche niedergetrampelt würden. Doch Jesus wollte ihnen Gelegenheit zum Ausruhen schaffen, und so bat er sie, sich zu setzen. An jenem Ort wuchs viel Gras, so dass alle bequem ausruhen konnten.

## Eine Lektion in Schlichtheit

Jesus wirkte nur Wunder, um echte Bedürfnisse zu stillen. Jedes Wunder führte die Menschen zum Baum des Lebens, dessen Blätter »zur Heilung der Völker dienen« (Offenbarung 22,2). Das einfache Essen, das die Jünger mit eigener Hand austeilten, war eine bescheidene Kost: Fische und Gerstenbrote waren die tägliche Nahrung der Fischer am See Genezareth. Jesus hätte den Menschen ein Festessen servieren können, doch von solchen Gourmetspeisen konnten sie nichts für ihr Wohl lernen. Jesus zeigte ihnen, dass der Mensch Gottes natürliche Fürsorge missbraucht hatte. Nie hatten Menschen ein üppiges, nur für den verdorbenen Geschmack zubereitetes Festmahl so sehr genossen wie jene Menschen hier die Ruhe und das einfache Essen, das ihnen Jesus so weit weg von jeglicher Zivilisation austeilte.

Pflegten die Menschen eine schlichte Kultur im Einklang mit der Natur und ihren Gesetzen, dann wäre für den Bedarf der ganzen Menschheit im Überfluss gesorgt. Man hätte weniger eingebilddete Bedürfnisse und könnte mehr für Gott tun. Doch Selbstsucht und die Befriedigung eines entarteten Geschmacks haben Sünde und Elend in die Welt gebracht – Überfluss auf der einen Seite und Mangel auf der anderen.

Jesus wollte die Menschen nicht für sich gewinnen, indem er ihr Verlangen nach Luxus befriedigte. Für die große Menschenmenge, die nach dem langen, aufregenden Tag müde und hungrig war,

war das einfache Essen nicht nur Zeichen seiner Macht, sondern auch seiner liebevollen Anteilnahme an ihren alltäglichen Bedürfnissen. Der Heiland hat seinen Nachfolgern keinen irdischen Luxus versprochen. Ihr Essen mag einfach sein, ja sogar kärglich. Ihr Los mag von Armut geprägt sein. Doch sein Wort verspricht, dass ihre Bedürfnisse gestillt werden. Er hat weit Besseres als irdische Güter verheißen, nämlich den bleibenden Trost seiner eigenen Gegenwart.

## Speisung der Milliarden

Mit der Speisung der Fünftausend hebt Jesus den Schleier von der Natur und offenbart jene Macht, die beständig für unser Wohlergehen wirkt. Jeden Tag vollbringt Gott ein Wunder, wenn er die Ernte der Erde wachsen und reifen lässt. Durch natürliche Vorgänge geschieht das Gleiche wie bei jener Speisung. Der Mensch bereitet die Erde vor und sät den Samen, doch der Same keimt durch das Leben, das Gott schenkt. Gottes Regen, Luft und Sonnenschein lassen »zuerst den Halm, danach die Ähre, dann den vollen Weizen in der Ähre« wachsen (Markus 4,28). Gott ist es, der jeden Tag Millionen Menschen durch die Erntefelder der Erde ernährt. Die Menschen dürfen mit Gott zusammenwirken, wenn sie aus dem Getreide den Brotlaib zubereiten, doch gerade dadurch verlieren sie die göttliche Macht aus den Augen. Das Wirken seiner Macht wird natürlichen Ursachen oder menschlichen Hilfsmitteln zugeschrieben. Statt Gott wird der Mensch verherrlicht. Gottes Gnadengaben werden für selbstsüchtige Zwecke missbraucht und zum Fluch statt

zum Segen. Doch Gott möchte das alles ändern. Er möchte unsere Augen für seine barmherzige Güte öffnen, damit wir ihn für seine Macht preisen. Er möchte, dass wir ihn in seinen Geschenken erkennen, damit sie uns wie geplant zum Segen werden. Mit diesem Ziel vollbrachte Jesus die Wunder.

## Schneeballsystem

Nachdem die Menge satt geworden war, blieb noch eine Fülle Essen übrig. Doch Jesus, dem alle Hilfsmittel unendlicher Macht zur Verfügung standen, sagte: »Sammelt die übrig gebliebenen Brocken, damit nichts verdirbt!« (Johannes 6,12) Keine Verschwendung. Wir dürfen keinen irdischen Vorteil ungenutzt lassen, nichts vernachlässigen, was einem anderen Menschen zum Segen werden könnte. Alles soll gesammelt werden, was die Not der Hungernden lindern kann; die gleiche Sorgfalt herrsche in geistlichen Dingen. Als dann die Körbe mit den Brotresten eingesammelt wurden, dachten die Menschen an ihre Freunde zu Hause. Sie wollten sie an dem Brot teilhaben lassen, das Jesus gesegnet hatte. Der Inhalt der Körbe wurde an die begeisterte Menge ausgeteilt und wanderte in die umliegenden Gebiete. So würden die Festbesucher auch anderen das Himmelsbrot bringen und ihren Seelenhunger stillen. Sie würden berichten, was sie Wunderbares über Gott gelernt hatten. Nichts sollte verloren gehen. Kein einziges Wort über ihr ewiges Heil sollte zu Boden fallen.

## Eine Lektion in Vertrauen

Das Wunder von den Broten lehrt auch Gottvertrauen. Hier stand Jesus mit fünftausend Männern, dazu Frauen und Kindern, in der Wildnis. Er hatte die riesige Menschenmenge nicht gebeten, ihm zu folgen. Sie war ohne Einladung und Aufforderung gekommen. Doch er wusste, die Leute würden sich hungrig und schwach fühlen, nachdem sie ihm so lange zugehört hatten, denn auch er wusste, was Hunger war. Sie befanden sich weit weg von zu Hause, die Nacht würde bald hereinbrechen. Viele von ihnen hatten kein Geld, um sich Essen zu kaufen. Vierzig Tage hatte er für sie in der Wüste gefastet. Er würde sie nicht fastend nach Hause zurückkehren lassen. Jesus wurde ganz bewusst von Gott in diese Situation hineingestellt. Jetzt war er völlig auf seinen Vater angewiesen, der allein in der Lage war, den Bedarf zu stillen.

Geraten wir in Schwierigkeiten, dürfen auch wir uns auf Gott verlassen. Jeder Schritt unseres Lebens geschehe weise und besonnen, damit wir uns nicht durch Leichtsinns selbst in Probleme stürzen. Wenn wir aber nach unseren eigenen Vorstellungen Pläne machen, wird der Herr uns auch unseren eigenen Fehlern überlassen. Folgen wir jedoch seinen Anweisungen und geraten dann in die Klemme, wird er uns befreien. Also, nur nicht entmutigt aufgeben! In jeder Notlage bietet er uns Hilfe an. Er hat unbegrenzte Möglichkeiten. Er wird jeden bewahren, der in Verlegenheit gerät, wenn er sich bemüht, den Weg des Herrn zu gehen.

## Leben aus der Kraftquelle

Jesus fordert uns durch den Propheten Jesaja auf: »Brich dem Hungrigen dein Brot« und sättige »die niedergedrückte Seele«. »Wenn du einen nackt siehst, so kleide ihn, und die im Elend ohne Obdach sind, führe ins Haus!« (Jesaja 58,7.10 Luther 84 und Elberfelder) Er hat uns geboten: »Geht hin in alle Welt und predigt das Evangelium aller Kreatur.« (Markus 16,15 Luther 84) Doch wie oft verzagen unsere Herzen. Wie oft verlässt uns der Glaube, wenn wir sehen, wie groß die Not ist und wie gering die Mittel in unseren Händen. Wie Andreas schauen wir auf die fünf Gerstenbrote und die zwei kleinen Fische und rufen aus: »Was ist das für so viele?« (Johannes 6,9) Oft zögern wir und sind nicht bereit, alles zu geben, was wir haben. Wir haben Angst, im Dienst für andere aufgezehrt zu werden. Doch Jesus hat uns geboten: »Gebt ihr ihnen zu essen!« (Markus 6,37) Sein Gebot ist eine Verheißung, hinter der dieselbe Macht steht, die die Menschenmenge am See speiste. Jesus empfing vom Vater, gab den Jüngern, die Jünger gaben den Menschen und die Menschen gaben untereinander. So emp-

fangen alle, die mit Jesus verbunden sind, von ihm das Lebensbrot, die himmlische Speise, und geben sie anderen weiter.

Wer für Jesus wirkt, läuft Gefahr seine Aufgabe Organisationen zu überlassen, statt sich ganz auf die Quelle aller Kraft zu stützen. Es ist ein großer Fehler, im Werk Gottes auf menschliche Weisheit oder Zahlen zu vertrauen. Der Erfolg hängt weniger von Zahlen und Talent ab als von reinen Zielen und der wahren Schlichtheit ersten Vertrauens. Wenn du von Menschen umgeben bist, die Hilfe brauchen, darfst du wissen, dass Jesus da ist. Rede mit ihm, bringe ihm deine Gerstenbrote. Geh im Glauben voran. Gott wird für den Erfolg sorgen. Das Wenige, was wir weitergeben, wird sich schon beim Weitergeben vermehren. Wenn wir zur Quelle aller Kraft mit offenen, ausgestreckten Glaubenshänden gehen, werden wir in unserer Arbeit auch unter den widrigsten Umständen getragen, sodass wir anderen Lebensbrot geben können.

Gekürzt aus: Ellen White, *The Desire of Ages*, Mountain View, Kalifornien: Pacific Press Publishing Company (1898), Seite 364-371 ■

## DANKSAGUNG

Die Redaktion bedankt sich bei Wilhelm Winter für die substantielle Anregung zu dieser Ausgabe sowie bei Mary Ann McNeilus, Walter Veith und Dave Westbrook für die Möglichkeit auf wertvolle Gedanken zugreifen zu dürfen.

Doch unser größter Dank geht an Gott, unseren himmlischen Vater, und unseren Retter Jesus Christus für die Führung des Heiligen Geistes bei der Erstellung.

## LESERINFORMATION

Dies ist die zweite unserer themenbezogenen Ausgaben, von denen wir bis zu vier Ausgaben jährlich veröffentlichen möchten. Die anderen Ausgaben richten sich wie in den vergangenen Jahren weiterhin mit gemischten Themen an Leser mit Interesse am Leben, am Glauben und an der Geschichte der Siebenten-Tags-Adventisten. Der Herausgeber ist eine Privatorganisation, die von Laien dieser Freikirche gegründet wurde. Wir möchten mit unseren Publikationen gerne über jegliche Grenzen hinweg alle erreichen, die sich durch unseren Dienst bereichert fühlen.

## NEWSTARTCENTER

Hohenegg 2 • 79692 Raich  
Tel.: (+49) 0 76 29 91 91 10  
info@newstartcenter.de  
www.newstartcenter.de



### Auf den Spuren des großen Arztes Der Weg zur Gesundheit

*Ellen White*

Wie Jesus heilte – wie seine Anhänger selbst gesund werden und anderen bei ihrer Gesundung helfen können.

**432 Seiten, Paperback, Advent-Verlag Lüneburg,  
ISBN 3-8150-1800-5  
oder 416 Seiten, Paperback,  
Missionswerk Eben-Ezer**



### Bewusst essen, bewusst leben

*Ellen White*

Eine ausführliche Sammlung von Ernährungstipps im Sinne der Bibel mit veganem Rezeptteil

**415 Seiten, Paperback, MHA e.V.**



### Das große Handbuch der vegetarischen Vollwert-Ernährung

*Frese & Gutschenreiter*

420 vegane Rezepte – 22 Gesundheits- und Ernährungsthemen

**480 Seiten, gebunden, NewStartCenter,  
ISBN 978-3-933785-23-7**



### Unser täglich Brot

*Kurt & Doris Sternberger*

Rezepte (Vollwertküche ohne tierische Produkte)

**210 Seiten, gebunden, Edelstein Verlag Weinheim,  
ISBN 3-933032-46-6**

## Bibelstream

das Evangelium im Internet

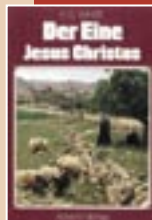


### Kochtreff - natürlich gesund

*Petra Sedlbauer*

Eine Ernährung frei von tierischen Produkten gewinnt gegenwärtig an grosser Bedeutung. Petra Sedlbauer stellt ein paar Kochrezepte vor, die schnell und leicht zu realisieren sind.

[www.bibelstream.org](http://www.bibelstream.org)



### Der Eine (Jesus Christus)

*Ellen White*

Von Bethleem bis zum Ölberg  
Eine zu Herzen gehende, getreue  
Nacherzählung der Evangelien

**872 Seiten, Paperback,  
Ausgabe 2002,  
Advent-Verlag Krattigen,  
ISBN 3-905008-40-1**