

ohne sie – alles nichts?

Eine gute Gesundheit ist die **VORAUSSETZUNG**, die zahlreichen Anforderungen des täglichen Lebens zu bewältigen. Sie entsteht nicht immer durch die Medizin. Sie erwächst im großen Maße aus inneren Frieden, Ruhe im Herzen und in der Seele. – Unzweifelhaft durch Optimismus und Liebe, als auch infolge eines Lebens in guten Beziehungen.

Versuchen wir *herzhaft* über aufkommende Fragen nachzudenken und hilfreiche Ant-Worten zu finden:

Warum leiden trotz Fortschritt der Medizin dennoch so viele Menschen an ‚Leib und Seele'?

Welchen Beitrag kann Liebe zur Gesundheit leisten? Hilft Gebet für schnelleres Gesunden? Unterdrückt liebloses Verhalten die Selbstheilungskräfte?

‚Hauptsache gesund!' Stimmt das eigentlich? Oder ist nicht auch entscheidend in harmonischen und sicheren Beziehungen zu leben und sich in einem sozialen Milieu wohlzufühlen?

In Zeiten wachsender Herausforderungen durch Stress, Bewegungsmangel, Umweltbelastungen und eine alternde Bevölkerung zeigt sich immer wieder: Gesundheit muss aktiv gefördert, geschützt und als zentrales Gut verstanden werden. Sie ist häufig gefährdet aufgrund des **ZEITDRUCKES**, **der**

GESCHWINDIGKEIT, in der wir leben. Das ergibt sich durch die elektronischen Medien und Geräte, durch den Straßenverkehr und vielem mehr, die alle Zeit sparen, jedoch das menschliche Zeitmaß und die Gesundheit zerstören. Ausreichend Schlaf, Bewegung und ausgewogene Ernährung sind keine Luxusgüter, sondern essenzielle Bausteine für ein gesundes Leben.
Für Menschen, die akut oder chronisch krank sind oder mit einer Beeinträchtigung leben, muss sich die Aussage: *‚Hauptsache gesund‘* vermessen anhören. Aufmunternder wäre: *‚Hauptsache geliebt‘* . – **Weil GESUNDHEIT mehr ist als das Freisein von Krankheiten oder Gebrechen**. Sie ist die Gabe, lieben und geliebt zu werden, tätig sein zu können und die Wirklichkeit zu akzeptieren, wie sie ist. Wirklich gesund sind deshalb jene Menschen, die Grenzen in ihrem Leben, ja Leiden und Krankheit zu integrieren wissen und in jeder Situation dennoch Lebensmöglichkeiten ergreifen.

Zahlreiche Erfahrungen zeigen, dass religiöse Menschen **gesünder und widerstandsfähiger** sind und im Krankheitsfall auch schneller gesund werden. Das ‚im Gespräch bleiben‘ mit dem Schöpfer-GOTT, die vertrauensvolle Beziehung mit ihm, sind wesentliche Voraussetzungen dafür. – Die Lebensweisheit: ‚Gesundheit ist nicht alles, aber ohne Gesundheit ist alles nichts‘, möge daran erinnern, die Gesundheit zwar als hohes Gut zu schätzen und aktiv zu erhalten, den GOTT des Heiles aber als höchstes Gut dabei nicht aus den Augen zu verlieren.

– weitere Denk-Anstöße findest du auch im online-Buch

Kommen wir darüber auch mit unserem HERR-GOTT ins Gespräch:

Guter GOTT, ich nehme deine Stimme wahr:
 Mein liebes Kind! Dein Leben ist kostbar. Vom Anfang bis zum Ende. Kostbar, wenn du gesund bist und wenn du krank bist. Kostbar, weil du wertvoll bist in meinen Augen und weil ich dich liebhabe. Ich will dir immer neu den Weg zum Heilsein und Heilwerden zeigen. Fürchte dich nicht, hab Mut und bleib in meiner Liebe!

DU, mein HERR, ich möchte dir sagen:
Es ist mir ein großes Anliegen, gesund und lebensfroh zu sein. In mir sind alle Kräfte für das gute Funktionieren der Organe. Körper und Seele haben ein überfließendes Reservoir um Gesundheit und Wohlergehen, Lebensfreude und

Güte zu bewirken. Meine Zukunft ist frei von Blockaden und Behinderungen. Zuversicht und Freude wirken bis in die einzelnen Zellen hinein. So will ich an meine Kraft denken, an die Dinge, die mich froh machen. Meine positiven Gedanken und die dahinterstehende Freude kann ich ausstrahlen, auf wen ich will. Und das wunderbare: sie wirken.
HERR, schenk mir Gesundheit, um schöpferisch meine Kräfte und Talente einbringen zu können. Lass mich auf die Signale meines Körpers achten und meinem Herzen folgen, um herauszufinden, was mir guttut und nicht nach falschen Vorstellungen handeln, weil diese nicht immer für mein Wohlbefinden förderlich sind.
HERR, ich bitte dich, lege deine heilende Hand auf alle, die krank sind oder leiden. Gib ihnen die Kraft, in diesen schweren Zeiten standhaft zu bleiben und die Gewissheit, dass DU immer bei ihnen bist. DU bist unser Friede, unsere Hoffnung und unsere Freude. Dir sei Lob und Dank. Halleluja!

Hören wir auf die Botschaft unseres Schöpfers und ‚*nehmen wir ihm bei seinem Wort*', das er uns für *liebe-volle* Beziehungen und *rechte* Ant-Worten anbietet:

Klick dazu z.B. auf folgende Bibelstellen (es gibt noch viele andere!): Jer 33,6 oder Spr 3,7
Den Text aus der heutigen *‚Tages-Zeitung' samt Kommentar – zum Lesen wie zum Hören* – findest du unter: www.evangeliumtagfuertag.org

bleib im Gespräch – lebe in *liebe-voller* Beziehung!

© 2026 ANTONIUS
Impressum · Datenschutz