



Heilung für Gemütskranke.

„Die Gemeinschaft der Seele mit ihm,
der ihr Leben ist.“

Es besteht eine sehr innige Beziehung zwischen Gemüt und Körper; wenn ein Teil angegriffen ist, wird ein anderer davon berührt. Der Gemütszustand wirkt in viel größerem Maße auf die Gesundheit als viele es sich vorstellen. Viele Krankheiten, an denen die Menschen leiden, sind die Folge geistiger Niedergeschlagenheit. Kummer, Angst, Unzufriedenheit, Reue, Schuld, Mißtrauen, alle tragen dazu bei, die Lebenskräfte zu schwächen und Verfall und Tod herbeizuführen.

Krankheit wird manchmal durch Einbildung hervorgerufen und oft sehr dadurch verschlimmert. Viele sind lebenslänglich Invaliden, die wohl sein könnten, wenn sie sich nur dafür halten würden. Viele bilden sich ein, daß jeder leichte Witterungseinfluß Krankheit verursacht und die üble Folge tritt ein, weil sie erwartet wird. Viele sterben an Krankheiten, deren Ursachen vollständig der Einbildung entspringen.

Mut, Hoffnung, Glaube, Mitgefühl, Liebe befördern die Gesundheit und verlängern das Leben. Ein zufriedenes Gemüt und ein fröhlicher Geist ist Gesundheit für den Körper und Kraft für die Seele. „Ein fröhlich Herz fördert Genesung.“¹

Bei der Behandlung der Kranken sollte der Erfolg geistigen Ein-

flusses nicht übersehen werden. Richtig angewendet erweist sich dieser Einfluß als eines der erfolgreichsten Mittel die Krankheit zu bekämpfen.

Die Herrschaft des Geistes über den Geist.

Es gibt allerdings eine Form von Heilung für Gemütskranke, welche eines der erfolgreichsten Werkzeuge zum Bösen ist. Durch diese sogenannte Wissenschaft wird ein Geist unter die Herrschaft eines anderen gebracht, so daß die Persönlichkeit des schwächeren in der des stärkeren Geistes aufgeht. Eine Person führt den Willen einer anderen aus. Man behauptet, daß auf diese Weise der Inhalt der Gedanken verändert, daß lebenspendende Kräfte mitgeteilt und Patienten befähigt werden können, der Krankheit zu widerstehen und sie zu überwinden.

Die Heilmethode ist von Personen angewendet worden, welche ihre wahre Natur und Richtung nicht kannten und welche dieselbe als ein segensreiches Mittel für die Kranken ansahen. Aber diese sogenannte Wissenschaft ruht auf falschen Grundsätzen. Sie steht der Natur und dem Geiste Christi fern. Sie führt nicht zu ihm, der Leben und Heil ist. Derjenige, der die Gedanken anderer auf sich selbst richtet, verleitet sie dazu, sich von der wahren Quelle ihrer Kraft zu trennen.

Es liegt nicht in Gottes Absicht, daß irgend ein menschliches Wesen seinen Geist und Willen der Herrschaft eines anderen unterwerfen und ein willenloses Werkzeug in dessen Händen werden soll. Niemand soll seine Persönlichkeit in der eines anderen aufgehen lassen. Er soll auf kein menschliches Wesen als Quelle der Heilung blicken. Er muß von Gott abhängig sein. In der Würde seiner von Gott gegebenen Männlichkeit soll er von Gott selbst beherrscht werden und nicht durch einen anderen menschlichen Geist.

Gott wünscht die Menschen in direkte Beziehung mit sich selbst zu bringen. In seinem ganzen Verfahren mit den menschlichen Wesen erkennt er den Grundsatz persönlicher Verantwortlichkeit an. Er sucht ein Gefühl persönlicher Abhängigkeit zu erwecken und die Notwendigkeit persönlicher Leitung einzuprägen. Er wünscht, das Menschliche in Gemeinschaft mit dem Göttlichen zu bringen,

damit Menschen in das göttliche Bild verwandelt werden möchten. Satan arbeitet, um diese Absicht zu durchkreuzen. Er sucht Abhängigkeit von Menschen zu befördern. Wenn die Gedanken von Gott abgewendet sind, kann der Versucher sie unter seine Herrschaft bringen. Er kann so die Menschheit beherrschen.

Die Theorie, einen Geist durch den andern zu beherrschen, hat ihren Ursprung in Satan, um sich als Hauptmacher einzuführen, menschliche Philosophie an Stelle der göttlichen zu setzen. Von allen Irrtümern, die inmitten der Christenheit heutzutage Anklang finden, ist keiner eine gefährlichere Täuschung, keiner sicherer, den Menschen von Gott zu trennen, als dieser. So unschuldig es erscheinen mag, wenn es bei Patienten ausgeübt wird, wird es doch zu ihrem Verderben und nicht zur Wiederherstellung führen. Es öffnet eine Thür, durch welche Satan eintreten wird, um sowohl

von der Seele, die von einer anderen beherrscht wird, als von derjenigen, die beherrscht, Besitz zu ergreifen.

Schrecklich ist die Macht, welche auf diese Weise übelgesinnten Män-

nern und Frauen verliehen wird. Welche Gelegenheiten bieten sich solchen, die davon leben, aus der Schwäche oder Torheit anderer Vorteil zu ziehen! Wie viele werden durch die Beherrschung schwacher oder kranker Gemüther ein Mittel finden, ihre Wollust oder die Gier nach Gewinn zu befriedigen!

Wir können uns mit Besserem beschäftigen als die Menschheit durch Menschen beherrschen zu wollen. Der Arzt sollte die Leute belehren, von dem Menschlichen auf das Göttliche zu schauen. Statt die Kranken zu lehren, sich zur Heilung von Seele und Leib auf menschliche Wesen zu verlassen, sollte er sie auf den hinweisen, der retten kann immerdar alle, die zu ihm kommen. Er, der des Menschen Geist schuf, weiß, was der Geist bedarf. Gott allein ist der Eine, der heilen kann. Solche, deren Gemüth und Körper krank



sind, sollen in Christo den Wiederhersteller sehen. Er spricht: „Ich lebe und ihr sollt auch leben.“²

Dies Leben sollen wir den Kranken vorführen und ihnen sagen, daß wenn sie Glauben an Christum als den Wiederhersteller haben, wenn sie mit ihm zusammen wirken, die Gesundheitsgesetze beachten und nach wahrer Heiligkeit in seiner Furcht streben, er ihnen sein Leben mitteilen will. Wenn wir ihnen Christum auf diese Weise vorführen, teilen wir eine Kraft, eine Stärke mit, die Wert hat, denn sie kommt von oben. Dies ist die wahre Wissenschaft der Heilung für Leib und Seele.

Mitgefühl.

Große Weisheit ist nötig bei Behandlung von Gemütskrankheiten. Ein wundet krankes Herz, ein entmutigtes Gemüt bedürfen einer sanften Behandlung. Oftmals zehrt eine ernste häusliche Schwierigkeit gleich einem Krebschaden an der Seele und schwächt die Lebenskraft. Manchmal ist es der Fall, daß Reue über Sünde die Körperkraft untergräbt und die Seele aus dem Gleichgewicht bringt. Nur durch zarte Teilnahme kann diese Klasse von Kranken einen Segen empfangen. Der Arzt sollte zuerst ihr Vertrauen gewinnen und sie dann auf den großen Arzt verweisen. Wenn ihr Glaube auf den wahren Helfer gerichtet werden kann und sie das Vertrauen haben können, daß er ihren Fall übernommen hat, so wird dies das Gemüt erleichtern und oft auch wieder leibliche Gesundheit schenken.

Mitgefühl und Takt werden sich für den Kranken oft von größerem Nutzen erweisen als die beste Behandlung, welche in einer kalten gleichgültigen Weise gegeben wird. Wenn ein Arzt in unachtsamer, sorgloser Weise an das Krankenbett tritt und den Leidenden mit geringer Aufmerksamkeit anschaut, wenn er durch Wort oder Handlung den Eindruck hervorruft, daß der Fall nicht viel Aufmerksamkeit erfordere und dann den Patienten seinen eigenen Betrachtungen überläßt, so hat er jenem Kranken entschiedenen Schaden zugefügt. Der Zweifel und die Entmutigung, welche durch seine Gleichgültigkeit hervorgerufen wurden, werden oft den guten Erfolg der Heilmittel, die er verschreiben mag, verhindern.

Wenn Ärzte sich an die Stelle derjenigen versetzen könnten, deren Geist niedergedrückt und deren Wille durch Leiden geschwächt ist, die nach Worten der Teilnahme und Zuversicht verlangen, so würden sie besser imstande sein, ihre Gefühle zu würdigen. Wenn die Liebe und Teilnahme, welche Christus für die Kranken offenbarte, mit den Kenntnissen des Arztes verbunden sind, so wird seine bloße Gegenwart ein Segen sein.

Offenheit im Verkehr mit einem Patienten erfüllt ihn mit Vertrauen und erweist sich dadurch als eine wichtige Hilfe zur Genesung. Es gibt Ärzte, die es als seine Klugheit betrachten, vor dem Patienten die Natur und Ursache der Krankheit zu verheimlichen, an welcher er leidet. Viele werden, indem sie fürchten, einen Patienten aufzuregen oder zu entmutigen, wenn sie die Wahrheit sagen, falsche Hoffnungen auf Genesung nähren, ja sie werden einen Patienten in das Grab sinken lassen, ohne ihn vor seiner Gefahr zu warnen. All dies ist unklug. Es mag nicht immer sicher oder das Beste sein, dem Patienten die volle Ausdehnung der Gefahr zu erklären; dies möchte ihn erregen und die Genesung verzögern oder gar verhindern. Ebenso kann man denjenigen, deren Leiden größtenteils Einbildung sind, nicht stets die volle Wahrheit sagen. Viele dieser Personen sind unvernünftig und haben sich nicht daran gewöhnt, Selbstbeherrschung zu üben. Sie haben besondere Launen und bilden sich, in bezug auf sich selbst und auf andere, viele Dinge ein, die falsch sind. Für sie aber sind diese Dinge wirklich und diejenigen, welche für sie sorgen, müssen beständige Freundlichkeit und unermüdliche Geduld und Zartgefühl offenbaren. Wenn man diesen Patienten die Wahrheit über sie selbst sagte, so würden manche beleidigt, andere entmutigt sein. Christus sagte zu seinen Jüngern: „Ich habe euch noch viel zu sagen; aber ihr könnet's jetzt nicht tragen.“³ Aber obgleich man nicht bei allen Gelegenheiten die Wahrheit sagen kann, ist Täuschung niemals notwendig oder zu rechtfertigen. Niemals sollten Arzt oder Pfleger sich zu einer Verdrehung der Wahrheit herablassen. Wer dies tut, stellt sich auf einen Platz, wo Gott nicht mit ihm zusammenwirken kann, und indem er das Vertrauen seiner Patienten verliert,

verliert er eins der erfolgreichsten menschlichen Hilfsmittel zu ihrer Wiederherstellung.

Die Macht des Willens.

Die Macht des Willens wird nicht so geschätzt wie sie sollte. Der Wille sollte lebendig und in rechter Richtung erhalten werden, dann wird er dem ganzen Wesen Energie mittheilen und eine wunderbare Hilfe zur Erhaltung der Gesundheit sein. Auch in der Behandlung der Krankheit ist er eine Macht. In rechter Weise geübt, wird er die Einbildung beherrschen und ein mächtiges Mittel sein, Krankheiten des Gemüths und des Leibes zu widerstehen und dieselben zu überwinden. Durch Anwendung der Willenskraft können Patienten, indem sie sich in rechte Beziehung zum Leben setzen, viel thun, um mit den Bemühungen des Arztes für ihre Wiederherstellung zusammen zu wirken. Es gibt Tausende, die ihre Gesundheit wiedererlangen können, wenn sie wollen. Der Herr wünscht nicht, daß sie krank sind; er möchte sie wohl und glücklich sehen und sie sollten sich vornehmen, wohl zu sein. Oft können Schwache der Krankheit widerstehen, indem sie sich einfach weigern, den Schmerzen nachzugeben und in einem Zustand der Untätigkeit zu verharren. Sie sollten sich über ihre Schmerzen und Leiden erheben und sich ihrer Kraft angemessen nützlich beschäftigen. Durch solche Beschäftigung und reichliche Benutzung von Luft und Sonnenschein könnte mancher abgeehrte Invalide Gesundheit und Kraft wieder erlangen.

Biblische Grundsätze der Heilung.

Für solche, die ihre Gesundheit zurückgewinnen oder erhalten wollen, ist eine Lehre in den Worten der Schrift enthalten: „Saufet euch nicht voll Weins, daraus ein unordentlich Wesen folget, sondern werdet voll Geistes.“⁴ Nicht durch die Erregung oder das Vergessen, welches durch unnatürliche oder ungesunde Anregungsmittel erzeugt wird, noch durch Befriedigung niedrigen Appetites oder der Leidenschaften findet man wahre Heilung oder Erquickung für Leib oder Seele. Unter den Kranken sind viele, die ohne Gott und ohne Hoffnung leben. Sie leiden unter unbefriedigten Wünschen, schlimmen

Leidenchaften und der Verdammnis ihres eignen Gewissens; sie verlieren ihren Halt an diesem Leben und haben keine Aussicht für das zukünftige. Die Wärter der Kranken sollten nicht hoffen, solchen Kranken zu nützen, wenn sie ihnen eitle, erregende Befriedigungen gewähren. Diese sind der Fluch ihres Lebens gewesen. Die hungrige, dürstende Seele wird weiter hungern und dürsten, so lange sie sucht, hier Befriedigung zu finden. Solche, die von der Quelle

selbstfüchtiger Vergnügungen trinken, werden getäuscht. Sie

halten irrtümlich Fröhlichkeit für Kraft, aber wenn die Aufregung nachläßt, hört auch ihre Einbildung auf und sie bleiben der Unzufriedenheit und Verzagtheit überlassen.

Dauernder Friede, wahre Ruhe des Geistes hat nur eine Quelle. Hiervon redete

Christus als er sagte: „Kommt her zu mir alle, die ihr mühselig

und beladen seid, ich will euch erquicken.“⁵ „Den Frieden lasse ich euch, meinen Frieden gebe ich euch. Nicht gebe ich euch wie die Welt gibt.“⁶ Dieser Friede ist nicht etwas, das er getrennt von sich gibt. Er ist in Christo und wir können ihn nur empfangen, wenn wir ihn annehmen.

Christus ist der Brunnquell des Lebens. Vielen tut eine klarere Erkenntnis von ihm not; sie sollten geduldig, freundlich, aber doch ernstlich belehrt werden, wie der ganze Mensch den heilenden Kräften des Himmels zugänglich werden kann. Wenn das helle Licht der Liebe Gottes die verdunkelten Räume der Seele erleuchtet, wird die ruhelose Müdigkeit und Unzufriedenheit verschwinden, Zufriedenheit



und Freude werden dem Geiste Kraft und dem Körper Gesundheit und Energie verleihen.

Hilfe in jeder Prüfung.

Wir leben in einer Welt voll Leiden. Schwierigkeiten, Prüfungen und Kummer warten unsrer den ganzen Weg entlang zu dem himmlischen Heim. Aber es gibt viele, welche des Lebens Lasten doppelt schwer machen, indem sie beständig Schwierigkeiten voraussehen. Wenn ihnen Widerwärtigkeit oder Enttäuschung begegnet so denken sie, daß alles zu grunde geht, daß ihr Los das härteste von allen sei und daß sie sicherlich in Not kommen. Auf diese Weise bringen sie Elend über sich selbst und werfen einen Schatten auf alle, die um sie herum sind. Das Leben wird zu einer Last für sie; aber es braucht nicht so zu sein. Es wird sie eine entschiedene Anstrengung kosten, den Lauf ihrer Gedanken zu ändern; aber die Änderung kann gemacht werden. Ihre Glückseligkeit für dieses und für das zukünftige Leben hängt davon ab, daß sie ihre Gedanken auf freundliche Dinge richten. Laßt sie von dem dunklen Bilde absehen, welches nur in ihren Gedanken besteht und dieselben auf die Segnungen richten, welche Gott auf ihren Weg gestreut hat und darüber hinaus auf die unsichtbaren und ewigen.

Für jede Prüfung hat Gott Hilfe vorgeesehen. Als Israel in der Wüste zu dem bitteren Wasser von Mara kam, schrie Moses zu dem Herrn. Der Herr verschaffte kein neues Heilmittel, er lenkte die Aufmerksamkeit auf das vorhandene. Ein Strauch, den er geschaffen hatte, mußte in den Brunnen getan werden, um das Wasser klar und süß zu machen. Als dies geschehen war, trank das Volk von dem Wasser und wurde erquickt. In jeder Prüfung will Christus uns Hilfe spenden, wenn wir ihn suchen. Unsere Augen werden geöffnet werden, die Verheißungen der Heilung zu unterscheiden, die in seinem Wort berichtet sind. Der heilige Geist wird uns lehren, wie wir uns jeden Segen aneignen können, welcher ein Gegenmittel für Kummer ist. Für jeden bitteren Trank, der an unsere Lippen geführt wird, sollen wir einen heilenden Zweig finden.

Wir sollen nicht die Zukunft mit ihren schweren Rätseln, ihren

unbefriedigenden Ausichten unsere Herzen schwach, unsere Kniee zittern und unsere Hände müde machen lassen. Der Allmächtige ratet: „Man ergreife meinen Schutz, mache Frieden mit mir, Frieden mache man mit mir.“⁷ Solche, die ihr Leben seiner Leitung und seinem Dienst übergeben, werden niemals in eine Lage kommen, für welche er keine Vorkehrung getroffen hat. Was unsere Umstände auch sein mögen, wenn wir Täter seines Wortes sind, so haben wir einen Führer, der uns den rechten Weg leitet; was auch unsere Schwierigkeit sein mag, wir haben einen zuverlässigen Ratgeber; was unser Kummer, unser Leid oder unsere Verlassenheit sein mag, wir haben einen mitfühlenden Freund.

Wenn wir in unserer Unwissenheit falsche Schritte tun, so vergißt uns der Heiland nicht. Wir brauchen niemals zu fühlen, daß wir allein sind. Engel sind unsere Gefährten. Der Tröster, den Christus verheißen hat, in seinem Namen zu senden, bleibt bei uns. Auf dem Wege, der zur Stadt Gottes führt, gibt es keine Schwierigkeiten, welche diejenigen, die ihm vertrauen, nicht überwinden können. Es gibt dort keine Gefahren, denen sie nicht entfliehen können. Es gibt keinen Kummer, keinen Schmerz, keine menschliche Schwäche, für welche er nicht ein Heilmittel vorgeesehen hat.

Niemand braucht sich der Entmutigung und Verzweiflung zu überlassen. Satan mag zu dir kommen mit der grausamen Einflüsterung: „Dein Fall ist ein hoffnungsloser, du bist nicht wieder loszukaufen.“ Aber es ist Hoffnung für dich in Christo. Gott gebietet uns nicht, in unsrer eigenen Kraft zu überwinden. Er bittet uns, sich ihm zu nähern. Unter welchen Schwierigkeiten wir auch arbeiten, die Leib und Gemüt niederdrücken, er wartet, um uns frei zu machen.

Indem er die menschliche Natur auf sich nahm, kann er auch mit den Leiden der Menschheit mitfühlen. Christus kennt nicht nur jede Seele und die besonderen Bedürfnisse und Prüfungen jener Seele, sondern er kennt auch alle Umstände, welche den Geist reizen und verwirren. Seine Hand ist in mitleidsvoller Zärtlichkeit nach jedem leidenden Kinde ausgestreckt. Solche, die am meisten leiden, genießen am meisten seiner Teilnahme und seines Mitleids. Er

wird von unseren Unvollkommenheiten gerührt und wünscht, daß wir unsere Verwicklungen und Schwierigkeiten zu seinen Füßen legen und sie dort lassen.

Es ist unflug, auf uns selbst zu blicken und auf unsere Regungen zu achten. Wenn wir dies tun, wird der Feind Schwierigkeiten und Versuchungen vorführen, welche den Glauben schwächen und den Mut vernichten. Unsere Gefühlsbewegungen zu studieren und unseren Gefühlen nachzugeben heißt, den Zweifel einlassen und uns in Schwierigkeit zu verwickeln. Wir sollen von dem eigenen Ich weg und auf Jesum blicken.

Wenn euch Versuchungen bestürmen, wenn Sorge, Verwirrung und Finsternis eure Seele zu umlagern scheinen, so blickt dahin, wo ihr zuletzt das Licht gesehen habt. Ruht in Christi Liebe und unter seiner schützenden Obhut. Wenn Sünde um die Herrschaft in dem Herzen streitet, wenn Schuld die Seele bedrückt und das Gewissen belastet, wenn Unglaube den Geist verdunkelt, so gedenkt daran, daß Christi Gnade genügt, die Sünde zu unterdrücken und die Finsternis zu vertreiben. Wenn wir in Gemeinschaft mit dem Heiland eintreten, betreten wir das Reich des Friedens.

Die Verheißung der Heilung.

„Der Herr erlöst die Seele seiner Knechte,
Und alle, die auf ihn trauen, werden keine Schuld haben.“⁸
„Wer den Herrn fürchtet, der hat eine sichere Festung,
Und seine Kinder werden auch beschirmt.“⁹

„Zion aber spricht.
Der Herr hat mich verlassen, der Herr hat mein vergessen.
Kann auch ein Weib ihres Kindleins vergessen,
Daß sie sich nicht erbarme über den Sohn ihres Leibes?
Und ob sie desselbigen vergäße,
So will ich doch dein nicht vergessen.
Siehe, in die Hände hab ich dich gezeichnet;
Deine Mauern sind immerdar vor mir.“¹⁰

„Fürchte dich nicht, ich bin mit dir;
Weiche nicht, denn ich bin dein Gott.
Ich stärke dich, ich helfe dir auch,
Ich erhalte dich durch die rechte Hand meiner Gerechtigkeit.“¹¹

„Die ihr von mir getragen werdet von Mutterleibe an,
 Und von der Mutter her auf mir liegt.
 Ja, ich will euch tragen bis ins Alter,
 Und bis ihr grau werdet.
 Ich will es tun, ich will heben,
 Und tragen, und erretten.“¹²

Lob und Dank.

Nichts trägt mehr dazu bei, Gesundheit von Leib und Seele zu fördern, als ein Geist voll Dankbarkeit und Lobes. Es ist eine ebenso bestimmte Pflicht, der Schwermut, unzufriedenen Gedanken und Gefühlen zu widerstehen, wie es eine Pflicht ist, zu beten. Ist der Himmel das Ziel unserer Pilgerschaft, wie können wir dahin wandern als eine Schar Trauernder, und den ganzen Weg zu unseres Vaters Haus nur jenseits und klagen?

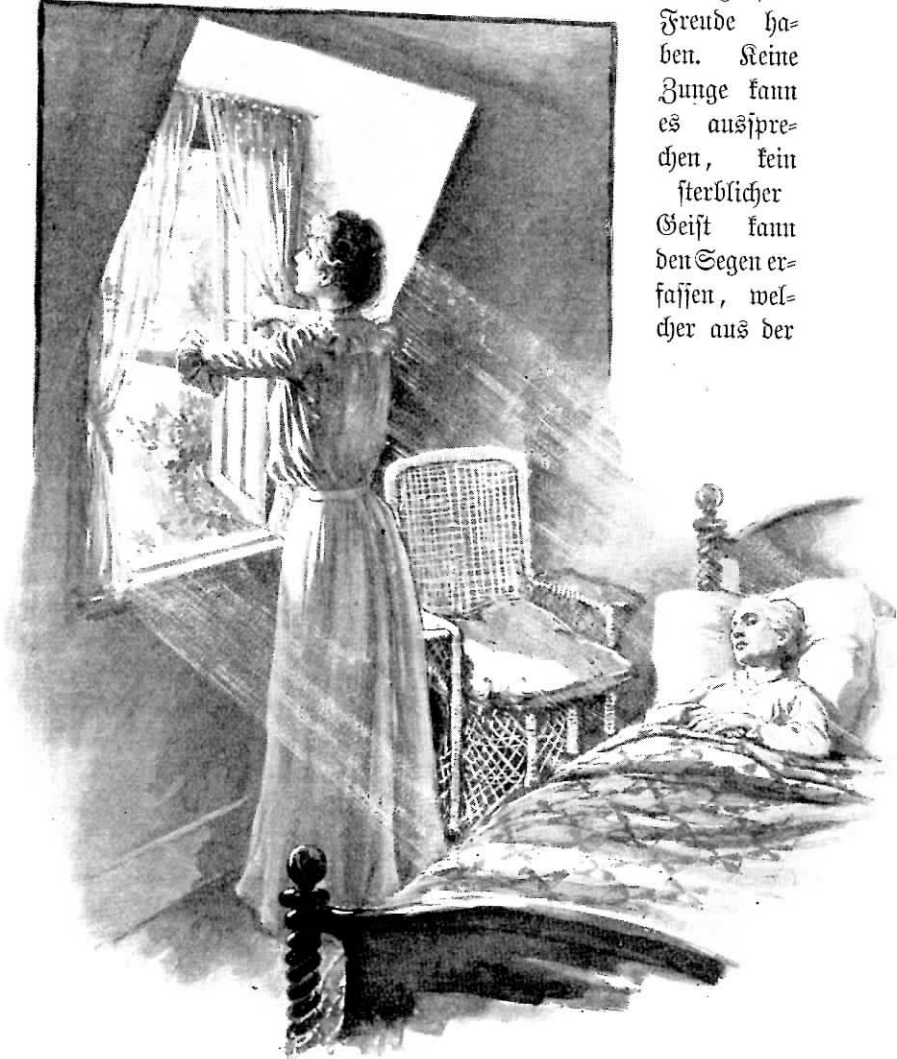
Bekenner des Christentums, die beständig klagen und welche Fröhlichkeit und Freude für eine Sünde zu halten scheinen, haben keine echte Religion. Seelen, die ein trauriges Vergnügen an allem finden, was in der Natur schwermütig ist, welche lieber auf welcke Blätter schauen, als die herrlichen, frischen Blumen zu pflücken, welche hohe Bergespitzen und Täler, mit frischem Grün bekleidet, nicht schön finden, die ihre Sinne der frohen Stimme verschließen, die zu ihnen in der Natur spricht und die dem lauschenden Ohr so süß und melodisch klingt — solche Seelen sind nicht in Christo. Sie sammeln sich Dunkelheit und Finsternis, wo sie Helle haben könnten, ja die Sonne der Gerechtigkeit, die in ihrem Herzen aufgehen möchte mit Heil unter ihren Flügeln.

Oft mögen Schmerzen deinen Geist undüffern. Dann versuche nicht zu denken. Du weißt, daß Jesus dich liebt, er versteht deine Schwächen. Du kannst seinen Willen tun, indem du einfach in seinen Armen ruhest.

Es ist ein Naturgesetz, daß unsere Gedanken und Gefühle ermutigt und gestärkt werden, wenn wir ihnen Ausdruck geben. Während Worte Gedanken ausdrücken, ist es ebenso wahr, daß den Gedanken Worte folgen. Wenn wir unserem Glauben mehr Ausdruck geben würden, und uns mehr der Segnungen freuen, von

denen wir wissen, daß wir sie haben — die große Barmherzigkeit und Liebe Gottes — so könnten wir mehr Glauben und größere

Freude haben. Keine Zunge kann es aussprechen, kein sterblicher Geist kann den Segen erfassen, welcher aus der



„Würden die Menschen die Fenster ihres Herzens aufthun, so würde der Himmel eine Flut heilender Kraft über sie ergießen.“

Würdigung der Güte und Liebe Gottes entspringt. Selbst auf Erden können wir Freude haben wie ein Brunnquell, der niemals versagt, weil er von den Strömen gespeist wird, die vom Throne Gottes fließen.

Laßt uns deshalb unsere Herzen und Lippen erziehen, Gott Dank zu sagen für seine unaussprechliche Liebe. Laßt uns unsere Seelen erziehen, hoffnungsvoll zu sein und in dem Lichte zu verweilen, das von dem Kreuz auf Golgatha scheint. Wir sollten niemals vergessen, daß wir Kinder des himmlischen Königs sind, Söhne und Töchter des Herrn der Heerscharen. Es ist unser Vorrecht, eine stille Ruhe in Gott zu erhalten.

„Der Friede Gottes regiere in euren Herzen . . . und seid dankbar.“¹³ Indem wir unsere eignen Schwierigkeiten und Sorgen vergessen, laßt uns Gott loben für eine Gelegenheit, zur Ehre seines Namens zu leben. Laßt die Segnungen eines jeden neuen Tages Dank in euren Herzen erwecken für diese Zeichen seiner liebenden Fürsorge. Wenn ihr eure Augen am Morgen öffnet, so dankt Gott, daß er euch die Nacht hindurch bewahrt hat; dankt ihm für seinen Frieden in euren Herzen. Laßt morgens, mittags und abends euer Dankgebet als einen süßen Wohlgeruch zum Himmel aufsteigen.

Wenn euch jemand fragt, wie es euch geht, so denkt nicht an etwas Trauriges und erzählt es, damit ihr Teilnahme erregt. Sprecht nicht von eurem Mangel an Glauben, von eurem Kummer und euren Leiden. Der Versucher freut sich, wenn er solche Worte vernimmt. Sprecht ihr über traurige Dinge, so verherrlicht ihr ihn. Wir sollen nicht bei der großen Macht Satans, die er besitzt uns zu überwinden, verweilen. Wir geben uns oft in seine Hände, indem wir von seiner Macht reden. Laßt uns statt dessen lieber von der großen Macht Gottes reden, der alle unsere Interessen zu seinen eignen macht. Sprecht von der unaussprechlichen Liebe Christi und redet von seiner Herrlichkeit. Der ganze Himmel nimmt an unserer Erlösung Anteil. Die Engel Gottes, tausend mal tausend und zehntausend mal zehntausend sind beauftragt, denen zu dienen, die Erben der Seligkeit sein sollen. Sie schützen uns gegen das Böse und drängen die Mächte der Finsternis zurück, die uns zu vernichten suchen. Haben wir nicht Ursache, jeden Augenblick dank-

bar zu sein, dankbar, selbst wenn scheinbare Schwierigkeiten in unserem Wege liegen?

Singt Loblieder.

Laßt Lob und Dankagung in Liedern über eure Lippen strömen. Wenn wir versucht werden, so laßt uns, statt unseren Gefühlen Ausdruck zu geben, uns im Glauben in einem Danklied zu Gott erheben.

Lebendig. *mf* **D Gott, sei gelobt.**

1. D Gott, sei ge = lobt für die Lie = be im Sohn, der mit
 2. D Gott, sei ge = lobt für den hei = li = gen Geist, der zum
 3. Lob, Eh = re und Preis sei für im = mer ge = bracht, dir, dem

f **Chor.**

Blut uns er = warb und dann auf = stieg zum Thron.
 Sei = land uns führt und dann him = mel = wärts weist. } Hal = le =
 Lamm, daß von Sün = de uns se = lig ge = macht!

p *f* *f*

lu = ja, sei ge = prie = sen, Dir sei Lob, Preis und Dank. Hal = le =

p *pp* **Langsam.**

lu = ja, sei ge = prie = sen, Herr seg = ne uns jezt.

Gefang ist eine Waffe, die wir allezeit gegen Entmutigung gebrauchen können. Wenn wir so das Herz dem Lichte der Gegenwart Christi öffnen, werden wir Gesundheit und seinen Segen genießen.

„Danket dem Herrn, denn er ist freundlich,
Und seine Güte währet ewiglich.
So solltet sagen, die erlöst sind durch den Herrn,
Die er aus der Not erlöst hat.“¹⁴

„Singet von ihm und lobet ihn;
Redet von allen seinen Wundern;
Rühmet seinen heiligen Namen;
Es freue sich das Herz derer, die den Herrn suchen.“¹⁵

„Er sättiget die durstige Seele
Und füllet die hungrige Seele mit Gutem.
Die da sitzen mußten in der Finsternis und Dunkel,
Gefangen im Zwang und Eisen. . .
Und sie zum Herrn riefen in ihrer Not,
Und er ihnen half aus ihren Ängsten,
Und sie aus der Finsternis und Dunkel führete,
Und ihre Bande zerriß:
Die sollen dem Herrn danken um seine Güte und um seine Wunder,
Die er an den Menschenkindern tut.“¹⁶

„Was betrübst du dich, meine Seele,
Und bist so unruhig in mir?
Harre auf Gott;
Denn ich werde ihm noch danken,
Daß er meines Angesichts Hilfe
Und mein Gott ist.“¹⁷

„Saget Dank allezeit für alles Gott und dem Vater in dem Namen unsers Herrn Jesu Christi.“¹⁸ Dies Gebot ist eine Versicherung, daß selbst die Dinge, die gegen uns zu sein scheinen, zu unserem Guten wirken. Gott würde uns nicht gebieten, dankbar für etwas zu sein, das uns Leid zufügen würde.

„Der Herr ist mein Licht und mein Heil;
Vor wem sollte ich mich fürchten!
Der Herr ist meines Lebens Kraft;
Vor wem sollte mir grauen!“

„Er deckt mich in seiner Hütte zur bösen Zeit,
Er verbirgt mich heimlich in seinem Gezelt. . .
So will ich in seiner Hütte Lob opfern,
Ich will singen und lobsagen dem Herrn.“¹⁹

„Ich harrete des Herrn;
 Und er neigte sich zu mir und hörte mein Schreien,
 Und zog mich aus der grausamen Grube und aus dem Schlamm,
 Und stellte meine Füße auf einen Fels,
 Daß ich gewiß treten kann;
 Und er hat mir ein neu Lied in meinen Mund gegeben,
 Zu loben unsern Gott.“²⁰

„Der Herr ist meine Stärke und mein Schild;
 Auf ihn hoffet mein Herz, und mir ist geholfen;
 Und mein Herz ist fröhlich,
 Und ich will ihm danken mit meinem Lied.“²¹

Gutesun.

Eines der sichersten Hindernisse zur Genesung der Kranken ist, wenn sich ihre Aufmerksamkeit auf sich selbst richtet. Viele Gebrechliche denken, daß jedermann ihnen Mitgefühl und Hilfe erweisen sollte, während es für sie gerade nötig ist, daß sie von sich selbst abgelenkt werden und für andere denken und sorgen.

Oft werden Gebete für die Angefochtenen, die Traurigen und die Entmutigten dargebracht und dies ist recht. Wir sollten beten, daß Gott Licht in das verdunkelte Gemüt sende und das traurige Herz tröste. Aber Gott beantwortet Gebete für solche, die sich selbst in den Bereich seiner Segnungen versetzen. Während wir für diese Betrübten Gebete darbringen, sollten wir sie ermutigen, zu versuchen, anderen zu helfen, die bedürftiger sind als sie selbst. Die Dunkelheit wird aus ihren eignen Herzen weichen, wenn sie versuchen, anderen zu helfen. Wenn wir andere mit dem Trost zu trösten suchen, damit wir getröstet sind, wird der Segen auf uns zurückkommen.

Das achtundfünfzigste Kapitel Jesaias bietet das Heilmittel für Krankheiten Leibes und der Seele. Wenn wir Gesundheit und wahre Lebensfreude wünschen, müssen wir die in dieser Schriftstelle gegebenen Regeln üben. Der Herr sagt von dem ihm angenehmen Dienst und seinen Segnungen:

„Brich dem Hungrigen dein Brot,
 Und die, so im Elend sind, führe ins Haus;
 So du einen nackt siehst, so kleide ihn,
 Und entzeuch dich nicht von deinem Fleisch.

Alsdann wird dein Licht hervorbrechen wie die Morgenröte,
 Und deine Besserung wird schnell wachsen,
 Und deine Gerechtigkeit wird vor dir hergehen,
 Und die Herrlichkeit des Herrn wird dich zu sich nehmen.
 Dann wirst du rufen, so wird dir der Herr antworten;
 Wenn du wirst schreien, wird er sagen: Siehe, hie bin ich.
 So du niemand bei dir beschweren wirst,
 Noch mit Fingern zeigen, noch übel reden,
 Und wirst den Hungrigen lassen finden dein Herz,
 Und die elende Seele sättigen;
 So wird dein Licht in der Finsterniß aufgehen,
 Und dein Dunkel wird sein wie der Mittag;
 Und der Herr wird dich immerdar führen,
 Und deine Seele sättigen in der Dürre,
 Und deine Gebeine stärken;
 Und wirst sein wie ein gewässerter Garten und wie eine Wasserquelle,
 Welcher es nimmer an Wasser fehlt." ²²

Gute Taten sind ein doppelter Segen, sie kommen dem gütigen Geber und auch dem Empfänger zugute. Das innere Bewußtsein, recht zu tun, ist eine der besten Arzneien für kranke Körper und Gemüther. Wenn der Geist durch das Gefühl erfüllter Pflicht und die Befriedigung, andere glücklich gemacht zu haben, frei und glücklich ist, so flößt der freudige erhebende Einfluß dem ganzen menschlichen Wesen neues Leben ein.

Laßt die Invaliden, statt beständig Mitgefühl zu fordern, suchen, solches mitzuteilen. Legt die Last eurer eignen Schwäche, eures Kammers und eurer Schmerzen auf den mitleidigen Heiland. Öffnet euer Herz seiner Liebe und laßt sie auf andere übergehen. Denkt daran, daß alle schwer zu tragende Prüfungen haben, Versuchungen, denen schwer zu widerstehen ist und ihr könnt etwas tun, um diese Lasten zu erleichtern. Sprecht euren Dank aus für die Segnungen, die ihr habt; würdigt die Beachtung, die euch zuteil wird. Laßt euer Herz mit den köstlichen Verheißungen Gottes erfüllt sein, damit aus diesem Schatzhaus Worte kommen mögen, die für andere Trost und Kraft sind. Dies wird euch mit einem Einfluß umgeben, der hilfreich sein wird und aufrichtet. Laßt es euer Ziel sein, für diejenigen um euch herum ein Segen zu sein und ihr

werdet Wege finden, sowohl eurer eigenen Familie behilflich zu sein als auch anderen.

Wenn solche, denen nur eine schwache Gesundheit beschieden ist, sich selbst vergessen wollten im Interesse anderer, wenn sie des Herrn Gebot erfüllen wollten, denen zu dienen, die hilfsbedürftiger sind als sie, so würden sie die Wahrheit der prophetischen Verheißung erfahren: „Dann wird dein Licht hervorbrechen wie die Morgenröte und deine Heilung wird eilend sprossen.“

Maras und Elin!

O köstliches Elin mit Palmen und Brunnen,
In deinem Schatten ruh heute ich aus,



Noch gestern umgaben mich Maras Einsiden,
Nur Felsen und Sand, kein Balsam, kein Haus.
Und doch, in derselben Wüste liegen beide,
Derselbe heiße Wind streift ihren Grund,
Daselbe niedrige Tal beherbergt beide,
Daselbe Gebirge umschließet sie rund.

So ist es hier in unserem Leben,
So war es solange man denken mag.

Das Bittere, das Süße, der Kummer, die Freude,
 Sie wechseln beständig, oft Tag auf Tag.
 Bald wendet der Herr unser Bittres in Süßes,
 Bald labet er uns am sprudelnden Bach,
 Bald schützet er uns durch seine Wolkensäule,
 Bald wählet er ein duftig Palmendach.



Was bangt Dir denn? Schnell naht das Ende der Zeiten,
 Mara und Elim für immer entweicht,
 Das Wandern durch Wüsten auf immer beendet,
 Die Stadt unseres Gottes endlich erreicht.
 O glückliches Land jenseits einsamer Hügel
 Wo freudig die ewige Quelle fließt,
 O herrliches Paradies, zu dir wir eilen,
 Wo nach der Wandrung man Ruhe genießt.

—H. Bonar.



In Berührung mit der Natur.

„Laß uns aufs Feld hinausgehen.“

Der Schöpfer wählte für unsere ersten Eltern die Umgebung, welche sich für ihre Gesundheit und ihr Glück am besten eignete. Er setzte sie nicht in einen Palast oder umgab sie mit dem künstlichen Schmuck und dem Luxus, den heute so viele zu erlangen streben. Er brachte sie in nahe Berührung mit der Natur und in enge Verbindung mit den heiligen Wesen des Himmels.

In dem Garten, den Gott als Heim für seine Kinder bereitete, begrüßten anmutige Sträucher und duftige Blumen das Auge überall. Da waren Bäume jeder Art, viele von ihnen mit duftenden köstlichen Früchten beladen. In ihren Zweigen sangen die Vögel ihre Loblieder. Unter ihrem Schatten spielten die Geschöpfe der Erde ohne Furcht mit einander.

Adam und Eva freuten sich in ihrer unbefleckten Reinheit an dem, was sie in dem Paradiese sahen und hörten. Gott wies dem ersten Menschenpaar seine Arbeit in dem Garten an, daß es „ihn bauete und bewahrete.“¹ Die Arbeit eines jeden Tages brachte ihnen Gesundheit und Freudigkeit und sie begrüßten hochbeglückt die Besuche ihres Schöpfers, wenn er in der Kühle des Tages mit ihnen wandelte und redete. Täglich erteilte der Herr ihnen Lehren.

Der Lebensplan, den Gott für unsere ersten Eltern bestimmte, enthält Lehren für uns. Obgleich die Sünde ihre Schatten über die Erde geworfen hat, wünscht Gott doch, daß seine Kinder Freude

an den Werken seiner Hände finden. Je genauer sein Lebensplan befolgt wird, desto wunderbarer wird er wirken, um die leidende Menschheit wieder herzustellen. Die Kranken müssen in nahe Beziehung mit der Natur gebracht werden. Ein Leben in der freien Natur würde für manchen hilflosen und fast hoffnungslosen Invaliden Wunder wirken.

Der Lärm, die Aufregung und Verwirrung der Städte, ihr eingeengtes und künstliches Leben wirken sehr ermüdend und erschöpfend auf Kranke. Die mit Rauch, Staub, giftigen Gasen und Krankheitskeimen erfüllte Luft ist eine Lebensgefahr. Die Kranken, während der meisten Zeit auf ihre vier Wände beschränkt, fühlen sich fast wie Gefangene in ihren Zimmern. Sie blicken auf Häuser und Pflaster und die eilende Menge, ohne vielleicht nur eine Spur von dem blauen Himmel oder Sonnenschein oder von Gras, Blumen und Bäumen zu sehen. In dieser Weise abgeschlossen, brüten sie über ihr Leiden und ihren Kummer nach und werden eine Beute ihrer eignen traurigen Gedanken.

Für diejenigen, die schwach an moralischer Kraft sind, bergen die Städte eine noch größere Gefahr. In ihnen sind Patienten, die einen unnatürlichen Appetit zu überwinden haben, beständiger Versuchung ausgesetzt. Sie sollten in eine neue Umgebung gebracht werden, wo ihre Gedanken eine andere Richtung nehmen; sie müssen unter Einflüsse gebracht werden, die gänzlich verschieden von denjenigen sind, die ihr Leben zu einem Bruch gemacht haben. Laßt sie eine Zeitlang den Einflüssen entzogen werden, die von Gott ablenkten und laßt sie in eine reinere Atmosphäre kommen.

Krankenanstalten würden in ihrer Behandlung viel erfolgreicher sein, wenn sie abseits von den Städten gegründet werden könnten. Alle aber, die ihre Gesundheit wieder zu erlangen wünschen, sollten sich so weit als möglich in ländliche Umgebung begeben, wo sie den Segen eines Lebens im Freien genießen können. Die Natur ist Gottes Arzt. Die reine Luft, der schöne Sonnenschein, die Blumen und Bäume, die Obst- und Weingärten, sowie Bewegung im Freien unter dieser Umgebung spenden Gesundheit und Leben.

Ärzte und Pfleger sollen ihre Patienten ermutigen, viel in der

frischen Luft zu sein. Ein Leben im Freien ist oft das einzige Heilmittel, das viele Gebrechliche bedürfen. Es besitzt eine wunderbare Kraft, Krankheiten zu heilen, die durch die Aufregungen und Ausschreitungen des modernen Lebens entstanden sind — eines Lebens, welches die Kräfte von Leib, Seele und Geist schwächt und zerstört.

Wie heilsam erweisen sich für die Invaliden, die das Stadtleben, den Glanz der vielen Lichter und den Lärm der Straßen müde sind, die Ruhe und Freiheit des Landes! Wie begierig wenden sie sich den Szenen der Natur zu! Wie froh würden sie sein, in der freien Luft zu sitzen, sich des Sonnenscheins zu erfreuen und den Wohlgeruch von Bäumen und Blumen zu atmen! Es sind lebenspendende Eigenschaften in dem Balsam der Fichte und dem Wohlgeruch der Tanne enthalten und auch andere Bäume besitzen Eigenschaften, die zur Wiederherstellung der Gesundheit dienen.

Für den chronisch Kranken trägt nichts so sehr dazu bei, Gesundheit und Glück wiederherzustellen, als in schöner ländlicher Umgebung zu leben. Hier können die Hilfslosesten im Sonnenschein oder im Schatten der Bäume liegen oder sitzen. Sie brauchen nur ihre Augen aufzuheben, um über sich das herrliche Laubwerk zu sehen. Ein süßes Gefühl der Ruhe und Erquickung kommt über sie, wenn sie auf das Flüstern und Rauschen des Windes lauschen. Die schwindenden Geister erwachen. Die verfallene Kraft wird wieder erneuert. Ganz unbewußt wird das Gemüt friedvoll, der fieberhafte Puls ruhiger und regelmäßiger. Wenn die Kranken kräftiger werden, werden sie es wagen, einige Schritte zu gehen, um etliche der lieblichen Blumen zu pflücken, köstliche Boten der Liebe Gottes an seine angefochtenen Kinder hier auf Erden.

Es sollten Pläne gelegt werden, um Patienten im Freien zu halten. Für solche, die arbeiten können, sollte eine angenehme, leichte Beschäftigung gefunden werden. Zeigt ihnen, wie passend und hilfreich diese Arbeit im Freien ist. Ermutigt sie, die frische Luft einzuatmen. Lehrt sie, tief zu atmen und beim Atmen und Sprechen die Bauchmuskeln zu üben. Diese Erziehung wird unschätzbar für sie sein.

Bewegung in der freien Luft sollte als lebensgebende Notwendigkeit verordnet werden. Und für solche Bewegung ist nichts besser als die Bearbeitung des Bodens. Gebt den Patienten Blumenbeete, für die sie zu sorgen haben oder laßt sie in dem Obst- und Gemüsegarten arbeiten. Wenn sie ermutigt werden, ihre Zimmer zu verlassen und ihre Zeit in der frischen Luft zuzubringen, indem sie Blumen pflegen oder eine andere leichte Arbeit verrichten, so wird ihre Aufmerksamkeit von sich selbst und ihren Leiden abgelenkt werden.

Je mehr der Patient im Freien gehalten werden kann, desto weniger Pflege wird er erfordern. Je freundlicher seine Umgebung ist, desto hoffnungsvoller wird er sein. Im Hause eingeschlossen, mag es noch so kostbar möbliert sein, wird er verbrießlich und mißmutig werden. Umgebt ihn mit den herrlichen Dingen der Natur; bringt ihn dahin, wo er die Blumen wachsen sehen und die Vögel singen hören kann und sein Herz wird in Harmonie mit den Liedern der Vögel in Gesang sich Luft machen. Es wird für Körper und Geist Erleichterung eintreten. Der Verstand wird erweckt, die Einbildungskraft angeregt und der Geist vorbereitet, die Schönheit des Wortes Gottes zu würdigen.

In der Natur kann stets etwas gefunden werden, die Aufmerksamkeit der Kranken von sich selbst abzulenken und ihre Gedanken auf Gott zu richten. Umgeben von seinen wunderbaren Werken werden ihre Sinne von den sichtbaren Dingen zu den unsichtbaren erhoben werden. Die Schönheit der Natur leitet sie dazu,



„Bewegung in der freien Luft sollte als lebensgebende Notwendigkeit verordnet werden.“
„Gebt den Patienten Blumenbeete.“

an das himmlische Heim zu denken, wo es nichts mehr geben wird, was die Schönheit beflecken, nichts mehr, was verderben und zerstören, nichts mehr, was Krankheit oder Tod herbeiführen kann.

Ärzte und Pfleger sollten aus der Natur Lehren ziehen, worin sie ihnen Gott vorführen. Laßt sie die Patienten auf ihn verweisen, dessen Hand die schlanken Bäume, das Gras und die Blumen gemacht hat; ermutigt sie, in jeder Knospe und Blume einen Ausdruck seiner Liebe zu seinen Kindern zu sehen. Er, der für Vögel und Blumen sorgt, wird auch für die nach seinem Bilde geschaffenen Wesen sorgen. Im Freien, inmitten der Dinge, die Gott geschaffen hat, kann man den Kranken, indem sie die frische gesundheitspendende Luft atmen, am besten von dem neuen Leben in Christo erzählen. Hier kann Gottes Wort gelesen werden. Hier kann das Licht der Gerechtigkeit Christi in durch Sünde verdunkelte Herzen scheinen.

Männer und Frauen, die geistiger, sowie körperlicher Heilung bedürfen, sollten in Berührung mit solchen gebracht werden, deren Worte und Handlungen sie zu Christo ziehen. Sie müssen unter den Einfluß des großen Arztes gebracht werden, der beides, Leib und Seele heilen kann. Sie müssen von der Liebe des Heilandes hören, von der Vergebung, welche für alle reichlich vorhanden ist, die zu ihm kommen und ihre Sünden bekennen.

Unter solchen Einflüssen werden viele Leidende auf den Weg des Lebens geleitet werden. Engel des Himmels wirken mit menschlichen Werkzeugen zusammen, um den Herzen der Kranken und Leidenden Ermutigung, Hoffnung, Freude und Friede zu bringen. Unter solchen Umständen empfangen die Kranken einen doppelten Segen und viele finden Gesundheit. Der schwache Schritt erlangt wieder Elastizität; das Auge glänzt wieder. Die Hoffnungslosen werden hoffnungsvoll. Die einst verzagte Erscheinung drückt nun Freude aus. Der klagende Ton der Stimme weicht Klängen der Freude und Zufriedenheit.

Mein Glaube klanmert sich.



2. Durch deine reiche Gnad',
Führ mich den Lebenspfad,
Mir Eifer schenk'.
Du gabst für mich dein Blut,
Halt meiner Liebe Gut
Stets rein dir, treu und gut,
Mein Herze lenk'.

3. In meiner Lebenszeit
Fehl' mir nie dein Geleit,
Bleib', Herr, bei mir.
Heiß' Nacht und Schatten zieh'n,
Sorgen und Tränen flieh'n,
Nimm nach der Erden Müh'n
Mich, Herr, zu Dir!

Wenn die körperliche Gesundheit zurückgekehrt ist, so sind Männer und Frauen besser instande, jenen Glauben an Christo zu üben, welcher auch die Gesundheit der Seele sichert. In dem Bewußtsein vergebener Sünden liegt unaussprechlicher Friede, Freude und Ruhe. Die umdüsterte Hoffnung des Christen ist erhellt. Die Worte drücken den Glauben aus: „Gott ist unsere Zuversicht und Stärke, eine Hilfe in den großen Nöten.“² „Und ob ich schon wanderte im finsternen Tal, fürchte ich kein Unglück; denn du bist bei mir, dein Stecken und Stab trösteten mich.“³ „Er gibt dem Müden Kraft und Stärke genug dem Unvermögenden.“⁴



Allgemeine Gesundheitspflege

„Ihr seid der Tempel Gottes.“
„Und wird nicht hineingehen
irgend ein Gemeines.“

Die Erkenntnis, daß der Mensch ein Tempel Gottes sein soll, eine Behausung zur Offenbarung seiner Herrlichkeit, sollte uns mehr als alles andere anspornen, unsere Körperkräfte zu pflegen und zu entwickeln. Schaurig und wunderbar hat der Herr den menschlichen Leib gebildet und er gebietet uns, ihn kennen zu lernen, seine Bedürfnisse zu verstehen und unser Teil zu tun, um ihn vor Schaden und Befleckung zu bewahren.

Der Blutkreislauf.

Um gute Gesundheit zu besitzen, müssen wir gutes Blut haben; denn das Blut ist der Lebensstrom. Es ersetzt das Verbrauchte und ernährt den Körper. Wenn es mit den richtigen Nahrungstoffen versehen und durch Berührung mit reiner Luft gereinigt und belebt wird, so bringt es allen Teilen des Systems Leben und Kraft. Je vollkommener der Blutkreislauf ist, desto besser wird diese Arbeit vollbracht werden.

Bei jedem Schlag des Herzens sollte das Blut rasch und leicht nach allen Teilen des Körpers gehen. Seine Zirkulation sollte nicht durch feste Kleidung oder Bänder oder durch ungenügende Bekleidung der Gliedmaßen gehindert werden. Alles, was den Blutumlauf hemmt, drängt das Blut wieder nach den Lebensorganen

zurück und verursacht Stauung; Kopfschmerzen, Husten, Herzklopfen oder schlechte Verdauung sind oft die Folgen.

Atmen.

Um gutes Blut zu haben, müssen wir richtig atmen. Volles tiefes Einatmen reiner Luft, welches die Lungen mit Sauerstoff füllt, reinigt das Blut. Es verleiht ihm eine helle Farbe und sendet es



Sanatoriums-Pfleger üben Atemgymnastik.

als einen lebengebenden Strom nach allen Körperteilen. Tiefes Atemholen beruhigt die Nerven, regt den Appetit an, hilft besser verdauen und erzeugt einen gesunden erquickenden Schlaf.

Den Lungen sollte die größtmögliche Freiheit gewährt werden. Ihre Fähigkeit wird durch freie Bewegung entwickelt; sie verringert sich, wenn sie gehemmt oder zusammen gepreßt werden. Daher die üblen Folgen der so allgemeinen Gewohnheit, wenn sich jemand, besonders bei sitzender Beschäftigung, tief über seine Arbeit beugt. In dieser Stellung ist es unmöglich, tief zu atmen. Oberflächliches Atmen wird bald zu einer Gewohnheit und die Lungen verlieren

ihre Kraft, sich auszudehnen. Ähnliche Folgen werden durch festes Schnüren hervorgerufen. Dem unteren Teile der Brust wird nicht genügend Raum gewährt; die Bauchmuskeln, welche zur Hilfe beim Atmen bestimmt sind, haben keinen vollen Spielraum und die Lungen werden in ihrer Tätigkeit beschränkt.



Gute Ventilation und reichlicher Sonnenschein.

Auf diese Weise wird eine ungenügende Menge von Sauerstoff aufgenommen. Das Blut fließt nur träge. Die verbrauchten giftigen Stoffe, welche durch die Ausatmungen der Lunge entfernt werden sollten, bleiben zurück, und das Blut wird unrein. Nicht nur die Lungen, sondern auch Magen, Leber und Gehirn werden angegriffen. Die Haut wird bleich, die Verdauung verzögert, das Herz ist beengt, die Denkkraft getrübt, die Gedanken sind verwirrt, Traurigkeit oder Schwermut senkt sich über den Geist; das ganze System wird bedrückt und untätig und besonders für Krankheit empfänglich.

Reine Luft.

Die Lungen scheiden beständig Unreinigkeiten aus und müssen fortwährend mit frischer Luft versorgt werden. Unreine Luft liefert nicht die nötige Menge Sauerstoff und das Blut steigt nach dem Gehirn und den anderen Organen, ohne daß es neu belebt ist. Daher die Notwendigkeit gründlicher Ventilation. In geschlossenen, schlecht gelüfteten Zimmern zu leben, wo die Luft dumpf und verdorben ist, schwächt das ganze System. Der Körper wird dadurch gegen den Einfluß von Kälte sehr empfindlich und eine leichte Erkältung erzeugt Krankheit. Gerade das Eingeschlossenensein in den Häusern macht so viele Frauen krank und schwach. Sie atmen immer wieder dieselbe Luft, bis sie mit den von Lungen und Poren ausgeschiedenen Gifstoffen beladen ist; auf diese Weise werden die Unreinigkeiten wieder in das Blut übertragen.

Ventilation und Sonnenlicht.

Bei der Errichtung von Gebäuden, ob sie öffentlichen Zwecken oder als Wohnhäuser dienen sollen, sollte Rücksicht auf gute Ventilation und reichliches Sonnenlicht genommen werden. Versammlungshäuser und Schulräume sind in dieser Hinsicht oft fehlerhaft. Die Vernachlässigung einer richtigen Ventilation ist für ein gut Teil der Schläfrigkeit und Trägheit verantwortlich zu machen, die den Erfolg so mancher Predigt rauben und die Arbeit des Lehrers erschweren und schädigen.

Alle für Menschen bestimmte Wohnungen sollten so weit als möglich auf erhöhtem Boden stehen, der gute Wasserabzüge hat. Dadurch würde eine trockne Lage gesichert und die Gefahr von Krankheit durch Feuchtigkeit und schlechte Ausdünstung verhindert. Aber diese Sache wird oft zu gering geachtet. Fortgesetzt schwache Gesundheit, ernste Krankheiten und viele Todesfälle sind die Folgen der Feuchtigkeit und des Malaria tief gelegener, schlecht abgeleiteter Häuser.

Beim Häuserbau ist es besonders wichtig, für gründliche Ventilation und viel Sonnenlicht zu sorgen. In jedem Zimmer des Hauses sollte reichlich Luft und eine Fülle von Licht vorhanden sein. Schlafzimmer sollten so gelegen sein, daß Tag und Nacht die Luft frei durchziehen kann. Kein Raum ist als Schlafzimmer

geeignet, wenn er nicht täglich der Luft und dem Sonnenschein geöffnet werden kann. In vielen Gegenden ist es nötig, die Schlafzimmer mit Heizeinrichtungen zu versehen, damit sie bei kaltem oder nassem Wetter gründlich erwärmt und getrocknet werden können.

Das Gastzimmer sollte die gleiche Sorgfalt empfangen wie die übrigen Zimmer, die zu beständigem Aufenthalt bestimmt sind. Es sollte gleich den andern Schlafzimmern Luft und Sonnenschein haben und mit Heizvorrichtung versehen sein, um die Feuchtigkeit auszutrocknen, die sich stets in unbenutzten Zimmern ansammelt. Wer in einem sonnenlosen Zimmer schläft oder ein Bett benutzt, welches nicht gründlich trocken und gelüftet ist, gefährdet seine Gesundheit und oft auch selbst das Leben.

Beim Bauen treffen viele sorgfältige Vorkehrung für ihre Pflanzen und Blumen. Man achtet darauf, daß das Gewächshaus oder Fenster, welches für dieselben bestimmt ist, warm und sonnig sind; denn ohne Wärme, Luft und Sonnenschein würden Pflanzen nicht gedeihen und blühen. Wenn diese Bedingungen aber zum Leben der Pflanzen erforderlich sind, wie viel notwendiger sind sie dann für unsere eigene Gesundheit und diejenige unserer Familien und Gäste.

Wenn wir wünschen, daß in unserem Heim Gesundheit und Glück wohnen sollen, so muß es hoch genug gelegen sein, um der schädlichen Ausdünstung und dem Nebel der Niederungen zu entgehen und um den lebengebenden Kräften des Himmels freien Zutritt zu gewähren. Nehmt die schweren Vorhänge weg, öffnet die Fenster und Salousien, laßt keinen rankenden Wein, wie herrlich er auch sei, die Fenster beschatten und laßt keine Bäume so nahe am Hause stehen, daß sie den Sonnenschein ausschließen. Das Sonnenlicht mag die Vorhänge und Teppiche bleichen und die Bilderrahmen trüben; aber es wird die Wangen der Kinder mit einer gesunden Farbe röten.

Solche, die für alte Leute zu sorgen haben, sollten daran denken, daß diese besonders warme, angenehme Zimmer brauchen. Die Kraft nimmt mit den fortschreitenden Jahren ab und läßt weniger Lebenskraft übrig, um ungesunden Einflüssen zu widerstehen; deshalb ist es für die Bejahrten um so notwendiger, reichlich Sonnenlicht und frische, reine Luft zu haben.

Reinlichkeit.

Die peinlichste Reinlichkeit ist für die körperliche und geistige Gesundheit wesentlich. Durch die Haut werden beständig Unreinigkeiten aus dem Körper ausgeschieden. Die Millionen Poren derselben werden rasch verstopft, wenn sie nicht durch häufiges Baden rein gehalten werden; dann werden die Unreinigkeiten, welche durch die Haut entweichen sollten, zu einer vermehrten Last für die anderen Ausscheidungsorgane. Den meisten Menschen würde ein kaltes oder laues Bad täglich, morgens oder abends, gut tun. Anstatt die Neigung zu Erkältung zu vermehren, schützt ein richtig genommenes Bad gegen dieselbe, weil es den Blutkreislauf verbessert; das Blut wird mehr zur Oberfläche gebracht und es wird ein leichter und regelmäßiger Umlauf gesichert. Geist und Körper werden gleicherweise belebt. Die Muskeln werden biegsamer, der Verstand wird heller. Das Bad beruhigt auch die Nerven. Baden ist gut für die Eingeweide, den Magen und die Leber, indem es allen Gesundheit und Kraft verleiht und die Verdauung fördert.

Es ist auch wichtig, daß die Kleidung rein sei. Die getragenen Kleidungsstücke nehmen die verbrauchten Stoffe auf, welche durch die Poren entweichen; wenn sie nicht häufig gewechselt und gewaschen werden, so werden die Unreinigkeiten wieder aufgenommen werden.

Jede Art von Unreinlichkeit führt zu Krankheit. Todbringende Keime befinden sich reichlich in dunklen, vernachlässigten Ecken, in verderbenden Abfällen, in Feuchtigkeit, in Moder und Schimmel. Man sollte nicht gestatten, daß Pflanzenabfälle oder Haufen welker Blätter in der Nähe des Hauses liegen, um zu verfaulen und die Luft zu vergiften. Innerhalb des Hauses sollte nichts Unreines oder in Fäulnis übergehendes geduldet werden. In Orten und Städten, die man für vollkommen gesund ansah, ist manche Fieber-epidemie auf die verdorbenen Stoffe in dem Haushalt einiger gleichgültiger Hausfrauen zurückgeführt worden.

Vollkommene Reinlichkeit, reichlich Sonnenlicht, sorgfältige Beachtung der Gesundheit in allen Kleinigkeiten des häuslichen Lebens sind wichtig, um die Einwohner des Hauses vor Krankheit zu bewahren und ihnen Frohsinn und Kraft zu verleihen.



Gesundheitspflege unter den Israeliten.

„Im Gehorsam gegen Gottes
Gesetz ist Gesundheit.“

In den Lehren, die Gott Israel gab, wurde die Bewahrung der Gesundheit sorgfältig beachtet. Das Volk, welches aus der Sklaverei gekommen war, behaftet mit den unreinen und ungesunden Gewohnheiten, welche dieselbe erzeugt hatte, wurde in der Wüste der strengsten Erziehung unterworfen, ehe es Kanaan betreten durfte. Gesundheitsgrundsätze wurden gelehrt und sanitäre Gesetze eingeschärft.

Verhütung von Krankheit.

Nicht nur in ihrem Gottesdienste, sondern in allen Dingen des täglichen Lebens wurde der Unterschied zwischen rein und unrein beachtet. Wer mit ansteckenden oder befleckenden Krankheiten in Berührung kam, wurde aus dem Lager abgesondert und durfte nicht eher zurückkehren, bis sowohl die Person, wie die Kleidung gründlich gereinigt war. In dem Falle jemand an einer befleckenden Krankheit litt, wurde die Anweisung gegeben:

„Alles Lager, darauf er liegt, wird unrein werden. Und wer sein Lager anrühret, der soll seine Kleider waschen, und sich mit Wasser baden, und unrein sein bis auf den Abend. Und wer sich setzt, da er gegessen ist, der soll seine Kleider waschen, und sich mit

Wasser baden, und unrein sein bis auf den Abend. Wer sein Fleisch anrühret, der soll seine Kleider waschen, und sich mit Wasser baden, und unrein sein bis auf den Abend. . . . Und wer anrühret irgend etwas, das er unter sich gehabt hat, der wird unrein sein bis auf den Abend. Und wer solches trägt, der soll seine Kleider waschen, und sich mit Wasser baden, und unrein sein bis auf den Abend. Und welchen er anrühret, ehe er die Hände wäscht, der soll seine Kleider waschen, und sich mit Wasser baden, und unrein sein bis auf den Abend. Wenn er ein irden Gefäß anrühret, das soll man zerbrechen; aber das hölzerne Gefäß soll man mit Wasser spülen.“¹

Das Gesetz betreffs des Aussatzes veranschaulicht ebenfalls die Gründlichkeit, mit welcher diese Ordnungen eingeschärft werden sollten.

„Und so lange das Mal an ihm ist (dem Aussätzigen), soll er unrein sein, allein wohnen und seine Wohnung soll außer dem Lager sein. Wenn aber an einem Kleid des Aussatzes Mal sein wird, es sei wollen oder leinen, am Aufzug oder am Eintrag, es sei leinen oder wollen, oder an einem Fell oder an allem, das aus Fellen gemacht wird, das ist gewiß ein Mal des Aussatzes; darum soll's der Priester besehen. . . . Und wenn das Mal hat weiter gefressen am Kleid, am Aufzug oder am Eintrag, am Fell oder an allem, das man aus Fellen macht, so ist das Mal ein fressender Aussatz, und es ist unrein. Und man soll das Kleid verbrennen, oder den Aufzug oder den Eintrag, es sei wollen oder leinen oder allerlei Fellwerk, darin solch Mal ist; denn es ist fressender Aussatz und man soll es mit Feuer verbrennen.“²

Ebenfalls wurde ein Haus, wenn Merkmale sich zeigten, die es zur Bewohnung ungeeignet machten, zerstört. Der Priester sollte anordnen, das Haus abzubrechen, „Steine und Holz und alle Tünche am Hause, und soll's hinausführen vor die Stadt an einen unreinen Ort. Und wer in das Haus gehet, solange es verschlossen ist, der ist unrein bis an den Abend. Und wer darinnen liegt, oder darinnen isset, der soll seine Kleider waschen.“³

Reinlichkeit.

Die Notwendigkeit persönlicher Reinlichkeit wurde in der eindringlichsten Weise gelehrt. Ehe sie sich am Berge Sinai versammeln konnten, um der Verkündigung des Gesetzes durch die Stimme Gottes zu lauschen, wurde das Volk aufgefordert, sich selbst und ihre Kleider zu waschen. Dieser Befehl wurde bei Todes-



Berg Sinai.

„Darum sollt ihr mir heilig sein; denn ich, der Herr, bin heilig, der euch abgesondert hat von den Völkern, daß ihr mein wäret.“

strafe eingeschärft. Keine Unreinigkeit sollte in der Gegenwart Gottes geduldet werden.

Während ihres Aufenthalts in der Wüste waren die Israeliten fast beständig in der frischen Luft, wo Unreinigkeiten keine so schlimmen Folgen erzeugen, als bei den Bewohnern geschlossener Häuser. Es wurde aber die strengste Beachtung der Reinlichkeit inner- und außerhalb ihrer Zelte gefordert. Kein Abfall durfte in dem Lager oder um dasselbe herum bleiben. Der Herr sprach: „Der Herr, dein Gott wandelt unter deinem Lager, daß er dich errette, und gebe deine Feinde vor dir. Darum soll dein Lager heilig sein.“⁴

Diät.

Der Unterschied zwischen rein und unrein wurde in allen Dingen der Diät gemacht. „Ich bin der Herr, euer Gott, der euch von den Völkern abge sondert hat, daß ihr auch absondern sollt das reine Vieh vom unreinen, und unreine Vögel von den reinen, und eure Seele nicht verunreiniget am Vieh, an Vögeln und an allem, das auf Erden freucht, das ich euch abge sondert habe, daß es unrein sei.“⁵

Viele Nahrungsmittel, die von den Heiden um sie herum reichlich genossen wurden, waren den Israeliten verboten. Es war kein willkürlicher Unterschied, der hierbei gemacht wurde. Die verbotenen Dinge waren ungesund. Und die Tatsache, daß sie für unrein erklärt wurden, lehrt, daß der Gebrauch schädlicher Nahrung befleckend ist. Das was den Leib verdirbt, verdirbt auch leicht die Seele. Es macht den, der sie gebraucht, unwert für die Gemeinschaft mit Gott; und untüchtig für hohen und heiligen Dienst.

Vorzüge und Einrichtungen.

In dem verheißenen Land wurde die in der Wüste begonnene Zucht unter Umständen fortgesetzt, die der Bildung richtiger Gewohnheiten günstig waren. Das Volk wurde nicht in den Städten zusammengedrängt, sondern jede Familie hatte ihren eignen ländlichen Besitz, der alle lebengebenden Segnungen eines natürlichen, unverdorbenen Lebens einschloß.

Betreffs der grausamen, zügellosen Gewohnheiten der Kananiter, welche von Israel vertrieben wurden, sagte der Herr:

„Wandelt nicht in den Sätzen der Heiden, die ich vor euch her werde austößen. Denn solches alles haben sie getan, und ich habe einen Greuel an ihnen gehabt.“⁶ „Darum sollst du nicht in dein Haus den Greuel bringen, daß du nicht verbannt werdest, wie dasselbe ist.“⁷

In allen Angelegenheiten ihres täglichen Lebens empfangen die Israeliten die Lehre, welche der heilige Geist auch uns noch heute vorhält:

„Wisset ihr nicht, daß ihr Gottes Tempel seid, und der Geist Gottes in euch wohnet? So jemand den Tempel Gottes verderbet, den wird Gott verderben; denn der Tempel Gottes ist heilig, der seid ihr.“⁸

Mit Freude.

„Ein fröhliches Herz bringt gute Besserung.“⁹ Dankbarkeit, Freude, Wohltätigkeit, Vertrauen in Gottes Liebe und Fürsorge sind der Gesundheit bester Schutz. Für die Israeliten sollten sie der Grundton des Lebens sein. Die jährlich dreimalige Reise zu den jährlichen Festen in Jerusalem, der einwöchentliche Aufenthalt in Zelten während des Laubhüttenfestes waren Gelegenheiten zur Erholung im Freien und für geselliges Leben. Diese Feste waren Gelegenheiten zur Freude, die schöner und lieblicher gemacht wurden durch den gastfreien Willkomm, der den Fremden, den Leviten und Armen zuteil wurde.

„Du sollst fröhlich sein über allem Gut, das dir der Herr, dein Gott, gegeben hat und deinem Hause, du und der Levit und der Fremdling, der bei dir ist.“¹⁰

So wurden in späteren Jahren, als das Gesetz Gottes den von Babylon zurückgekehrten Gefangenen in Jerusalem vorgelesen wurde, und das Volk über seine Übertretungen weinte, die gnädigen Worte gesprochen: „Seid nicht traurig . . . Gehet hin, und esset das Fette, und trinket das Süße, und sendet denen auch Teile, die nichts für sich bereitet haben; denn dieser Tag ist heilig unserm Herrn. Und bekümmert euch nicht; denn die Freude am Herrn ist eure Stärke.“¹¹

Und es wurde verkündet und ausgerufen „in allen ihren Städten und zu Jerusalem und sagen: „Gehet hinaus auf die Berge, und holet Ölzweige, Balsamzweige, Myrthenzweige, Palmenzweige und Zweige von dichten Bäumen, daß man Laubhütten

machte, wie es geschrieben steht. Und das Volk ging hinaus, und holten, und machten sich Laubhütten, ein jeglicher auf seinem

Dach und in ihren Höfen, und in den Höfen am Hause Gottes und auf der breiten Gasse am Wassertor und auf der breiten Gasse



„Und machten sich Laubhütten, ein jeglicher auf seinem Dach und in ihren Höfen . . . und auf der breiten Gasse.“

am Tor Ephraim. Und die ganze Gemeinde derer, die aus dem Gefängnis waren wiederkommen, machten Laubhütten und wohnten drinnen . . . und war eine sehr große Freude.“¹²

Folgen des Gehorsams gegen Gottes Gesetz.

Gott unterwies Israel in all den Grundsätzen, die sowohl zu körperlicher wie zu moralischer Gesundheit wesentlich waren und es bezog sich nicht weniger auf diese Grundsätze als auf diejenigen des Moralgesetzes, wenn er ihnen gebot:

„Diese Worte, die ich dir heute gebiete, sollst du zu Herzen nehmen; und sollst sie deinen Kindern einschärfen, und davon reden, wenn du in deinem Hause sitzt, oder auf dem Wege gehst, wenn du dich niederlegst oder aufstehst; und sollst sie binden zum Zeichen auf deine Hand, und sollen dir ein Denkmal vor deinen Augen sein; und sollst sie über deines Hauses Pfosten schreiben.“¹³

„Wenn nun dich dein Sohn heute oder morgen fragen wird, und sagen: Was sind das für Zeugnisse, Gebote und Rechte, die euch der Herr, unser Gott, geboten hat? So sollst du deinem Sohne sagen: . . . Geboten hat uns der Herr, zu tun nach allen diesen Rechten, daß wir den Herrn, unsern Gott, fürchten, auf daß es uns wohlgehe alle unsere Lebtag, wie es gehet heutiges Tages.“¹⁴

Hätten die Israeliten die empfangene Unterweisung befolgt und von ihren Vorzügen Nutzen gezogen, so würden sie für die Welt ein Beispiel von Gesundheit und Gedeihen gewesen sein. Wenn sie als ein Volk nach dem Plan Gottes gelebt hätten, würden sie vor den Krankheiten bewahrt worden sein, welche andere Völker befielen. Sie würden vor allen anderen Völkern körperliche Kraft und Schärfe des Verstandes besessen haben. Sie würden die mächtigste Nation der Erde gewesen sein. Gott sagte: „Gesegnet wirst du sein über allen Völkern.“¹⁵

„Und der Herr hat dir heute zugesagt, daß du sein eigen Volk sein sollst, wie er dir verheißt hat, daß du alle seine Gebote haltest, und er dich das höchste mache, und du gerühmet, gepriesen und geehret werdest über alle Völker, die er gemacht hat; daß du dem Herrn, deinem Gott, ein heilig Volk seiest, wie er geredet hat.“¹⁶



„Und werden über dich kommen
alle diese Segen,
Und werden dich treffen, darum,
Daß du der Stimme des Herrn,
deines Gottes,

Bist gehorsam gewesen.
Gesegnet wirst du sein in der Stadt,
Gesegnet auf dem Acker.
Gesegnet wird sein die Frucht
deines Leibes,

Die Frucht deines Landes
Und die Frucht deines Viehs,
Die Früchte deiner Kinder
Und die Früchte deiner Schafe.
Gesegnet wird sein dein Korb
und dein Backtrog.

Gesegnet wirst du sein, wenn
du eingehefst,

Gesegnet, wenn du ausgehest.“¹⁷

„Der Herr wird gebieten dem Segen,

Daß er mit dir sei in deinem Keller

Und in allem, das du vornimmst,

Und wird dich segnen in dem Land,

Daß dir der Herr, dein Gott, gegeben hat.

Der Herr wird dich ihm zum heiligen Volk aufrichten,

Wie er dir geschworen hat,

Darum daß du die Gebote des Herrn, deines Gottes, hältst,

Und wandelst in seinen Wegen;

Daß alle Völker auf Erden werden sehen,

Daß du nach dem Namen des Herrn genannt bist,

Und werden sich vor dir fürchten.

Und der Herr wird machen, daß du Überfluß an Gütern haben wirst,

An der Frucht deines Leibes, an der Frucht deines Viehs,

An der Frucht deines Acker, auf dem Land,

Daß der Herr deinen Vätern geschworen hat, dir zu geben.

Und der Herr wird dir seinen guten Schatz aufthun, den Himmel,

Daß er deinem Land Regen gebe zu seiner Zeit,

Und daß er segne alle Werke deiner Hände.

Und der Herr wird dich zum Haupt machen, und nicht zum Schwanz,

Und wirst oben schweben, und nicht unten liegen,

Darum daß du gehorsam bist den Geboten des Herrn, deines Gottes,

Die ich dir heute gebiete zu halten und zu tun.“¹⁸

Aaron, dem Hohepriester und seinen Söhnen wurde die Anweisung gegeben:

„Also sollt ihr sagen zu den Kindern Israel, wenn ihr sie segnet:

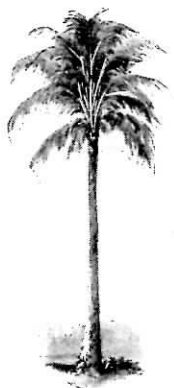
„Der Herr segne dich, und behüte dich;
Der Herr lasse sein Angesicht leuchten über dir,
Und sei dir gnädig;
Der Herr hebe sein Angesicht über dich,
Und gebe dir Frieden.
Denn ihr sollt meinen Namen auf die Kinder Israel legen,
Daß ich sie segne.“¹⁹

„Dein Alter sei wie deine Jugend.
Es ist kein Gott wie der Gott Jesuruns.
Der im Himmel sitzt, der sei deine Hilfe,
Und des Herrlichkeit in Wolken ist.
Zuflucht ist bei dem alten Gott
Und unter den ewigen Armen. . . .
Israel wird sicher allein wohnen,
Der Brunnen Jakobs wird sein auf dem Lande,
Da Korn und Most ist,
Dazu sein Himmel wird mit Tau triefen.
Wohl dir, Israel! Wer ist dir gleich?
O Volk, das du durch den Herrn selig wirst,
Der deiner Hilfe Schild
Und das Schwert deines Siegs ist!“²⁰

Die Israeliten erfüllten nicht die Absicht Gottes und empfangen darum auch nicht die Segnungen, die sie hätten haben können. Aber in Joseph und Daniel, in Moses und Elias und vielen anderen haben wir edle Beispiele der Folgen eines richtigen Lebensplanes. Gleiche Treue heutzutage wird gleiche Erfolge zeitigen. Für uns steht es geschrieben:

„Ihr aber seid das auserwählte Geschlecht, das königliche Priestertum, das heilige Volk, das Volk des Eigentums, daß ihr verkündigen sollt die Tugenden des, der euch berufen hat von der Finsternis zu seinem wunderbaren Licht.“²¹

„Gefegnet aber ist der Mann,
 Der sich auf den Herrn verläßt,
 Und der Herr seine Zuversicht ist.“²²
 „Der Gerechte wird grünen wie ein Palmbaum,
 Er wird wachsen wie eine Zeder auf Libanon.
 Die gepflanzt sind in dem Hause des Herrn,
 Werden in den Vorhöfen unsers Gottes grünen.
 Und wenn sie gleich alt werden,
 Werden sie dennoch blühen,
 Fruchtbar und frisch sein.“²³
 „Seine Blätter bleiben grün . . .
 Er bringet ohne Aufhören Früchte.“²⁴



„Dein Herz behalte meine Gebote.
 Denn sie werden dir langes Leben
 Und gute Jahre und Frieden bringen; . . .
 Dann wirst du sicher wandeln auf deinem Wege,
 Daß dein Fuß sich nicht stoßen wird.
 Legest du dich, so wirst du dich nicht fürchten,
 Sondern süße schlafen,
 Daß du dich nicht fürchten darfst vor plötzlichem Schrecken,
 Noch vor dem Sturm der Gottlosen, wenn er kommt.
 Denn der Herr ist dein Trost;
 Der behütet deinen Fuß, daß er nicht gefangen werde.“²⁵