

# DE BIJBELSE WEG NAAR GEZONDHEID

*“Hij zei: Als u aandachtig luistert naar de stem van de HEERE, uw God, en doet wat juist is in Zijn ogen, als u Zijn geboden gehoorzaamt en al Zijn verordeningen in acht neemt, dan zal Ik geen enkele van de ziekten over u brengen die Ik over Egypte gebracht heb, want Ik ben de HEERE, uw Heelmeester.”*

*Exodus 15:26*

## **1. De Bijbelse weg naar gezondheid**

Ondanks alle inspanning van de medische wetenschap en de zorg, blijven ziekten in de wereld helaas toenemen. Veel mensen kampen met allerlei klachten en hebben tevergeefs talloze doktoren bezocht. Hebt u alles gedaan wat u kon en hebt u de hoop op genezing bijna opgegeven? De God van de Bijbel wil u graag vanuit Zijn Woord laten zien, dat Hij u wil genezen en op welke manier Hij u tegen ziekten wil beschermen.

### **1.1 Jezus wil dat u gezond wordt**

Iedereen die over Jezus gehoord heeft, weet dat in de Bijbel geschreven staat dat Jezus zich vooral bezighield met het genezen van mensen. Jezus wil dat mensen gelukkig en gezond zijn. Dat geldt ook voor u.

#### Lukas 4:40

Toen de zon onderging, brachten allen die zieken hadden, door allerlei kwalen gekweld, deze zieken bij Hem; en Hij legde ieder van hen de handen op en genas hen.

#### 3 Johannes 1:2

Geliefde, ik wens dat het u in alles goed gaat en dat u gezond bent, zoals het uw ziel goed gaat.

### **1.2 De medische wereld heeft vaak geen antwoord**

Dat de wereldse medische wetenschap ook in de tijd van Jezus niet altijd een antwoord had op ziekten, blijkt uit de vele zieken die tot Jezus gebracht werden. Ook deden hun behandelingen vaak meer kwaad dan goed.

#### Markus 5:25-28

En een zekere vrouw, die al twaalf jaar bloedvloeingen had, en veel geleden had door toedoen van veel dokters, en alles wat zij bezat, daaraan uitgegeven had en geen baat gevonden had, maar met wie het veeleer erger geworden was, deze had van Jezus gehoord en kwam van achteren de menigte in en raakte Zijn bovenkleed aan, want zij zei: Als ik maar Zijn kleren kan aanraken, zal ik gezond worden.

### **1.3 Genezing door eenvoudige methoden**

In het Bijbelse verhaal van Naäman lezen we hoe een officier van het Syrische leger melaats is. Deze man krijgt vervolgens door de knecht van de profeet een simpele boodschap om zijn gezondheid weer terug te krijgen. De man wordt echter woedend omdat hij hele andere verwachtingen had van de behandelmethode. Hij moest zich vernederen om dit aan te nemen.

#### 2 Koningen 5:10-12

Toen stuurde Elisa een bode naar hem toe om te zeggen: Ga heen en was u zevenmaal in de Jordaan; dan zal uw vlees weer gezond worden en zult u rein zijn. Maar Naäman werd erg kwaad en ging weg; hij zei: Zie, ik zei bij mijzelf: Hij zal vast en zeker naar buiten komen, voor mij gaan staan, de Naam van de HEERE, zijn God, aanroepen, zijn hand over de plaats strijken en de melaatsheid wegnemen. Zijn niet de Abana en de Farpar, de rivieren van Damascus, beter dan alle wateren van Israël? Zou ik mij daar niet in kunnen wassen en rein worden? Zo keerde hij zich om en vertrok in woede.

### **1.4 Ongehoorzaamheid de oorzaak van ziekte**

In de volgende Bijbeltekst vinden we ten diepste de oorzaak die de Bijbel aanwijst voor ziekte.

#### Exodus 15:26

Hij zei: Als u aandachtig luistert naar de stem van de HEERE, uw God, en doet wat juist is in Zijn ogen, als u Zijn geboden gehoorzaamt en al Zijn verordeningen in acht neemt, dan zal Ik geen enkele van de ziekten over u brengen die Ik over Egypte gebracht heb, want Ik ben de HEERE, uw Heelmeester.

Ziekte moet mensen doen inzien dat ware gezondheid en het leven bij God vandaan komen. De Bijbel leert zelfs dat ieder moment dat wij leven, komt doordat God ons kracht geeft. Zonder Hem zouden wij direct sterven. God gebruikt ziekte als liefdevolle waarschuwing, om mensen erop te wijzen dat wij niet doen wat Hij vraagt en Hem daarom niet dienen.

## **1.5 Gezondheidswetten gelijk aan de Tien Geboden**

Zoals u gelezen hebt, zegt de Bijbel dat ziekte een oorzaak heeft, namelijk het overtreden van Gods wetten. Hoewel een zondig leven zonder God één van de hoofdoorzaken is van ziekte, zijn er ook andere wetten die God in ons lichaam heeft gelegd. Als wij geen rekening houden met wat ons lichaam nodig heeft, dan is dat in feite ook een overtreding van Gods wet. Dit kan eenvoudig geïllustreerd worden door het roken van sigaretten als voorbeeld te nemen. Gods wet zegt dat u niet mag doden. Maar als u bewust giftige dampen van een sigaret inademt, bent u dan niet net zo schuldig aan het gebod ‘Gij zult niet doden’ dan wanneer u iemand anders iets aandoet dat het leven van die persoon zou verkorten? In feite is het niet goed omgaan met uw lichaam en dingen te doen waarvan u weet dat ze niet goed zijn voor uw lichaam eenzelfde overtreding van het gebod ‘Gij zult niet doden’. De Bijbel zegt het volgende:

### 1 Korinthe 6:19-20

Of weet u niet, dat uw lichaam een tempel is van de Heilige Geest, Die in u is en Die u van God hebt ontvangen, en dat u niet van uzelf bent? U bent immers duur gekocht. Verheerlijk daarom God in uw lichaam en in uw geest, die van God zijn.

## **1.6 Alle aspecten tezamen nodig voor bescherming**

Een volgend essentieel inzicht is te vinden in de brief van Jakobus, waar het volgende staat over de wet van de Tien Geboden:

### Jakobus 2:10-11

Want wie de hele wet in acht neemt, maar op één punt struikelt, die is schuldig geworden aan alle geboden. Immers, Hij Die gezegd heeft: U zult geen overspel plegen, heeft ook gezegd: U zult niet doodslaan. Als u dan geen overspel bedrijft, maar wel doodslaat, bent u toch een wetsovertreder geworden.

Deze regel geldt ook voor de gezondheidswetten van ons lichaam. Stel dat u alle wetten die u kent toepast, maar alleen vasthoudt aan uw schadelijke sigaretten. Kunt u dan op zegen van God vertrouwen en bidden om

genezing? Symbolisch gezien moet dus de hele muur om een stad aanwezig zijn, voordat deze pas nut heeft en tot bescherming dient.

### **1.7 Al zichtbaar resultaat na 10 dagen**

In het Bijbelverhaal van Daniël en zijn vrienden vinden wij een opmerkelijke geschiedenis van de relatie tussen voedsel en het ontvangen van zegen van God. De jongemannen hielden zich strikt aan matige gewoonten. Daardoor kon God hun zegenen met bijzonder verstand en inzicht en konden zij op hun beurt door God gebruikt worden om tot Gods eer te getuigen aan het hof van Babel. Dit verhaal bevat verder nog een mooie uitdaging voor een ieder die dit leest. Daniël vraagt namelijk toestemming om het 10 dagen te mogen proberen. En wat zegt de Bijbel? Al na 10 dagen konden de heidense mannen het verschil zien. Daniël en zijn vrienden zagen er gezonder uit. Wilt u dit eenvoudige dieet en deze simpele regels voor slechts 10 dagen uitproberen?

#### Daniël 1:12-15

Stel uw dienaren toch tien dagen op de proef, en laat men ons plantaardig voedsel geven, zodat wij dat eten, en water, zodat we dat drinken. En laat dan in uw tegenwoordigheid ons uiterlijk en het uiterlijk van de andere jongemannen, die de gerechten van de koning eten, bezien worden, en doe dan met uw dienaren naar wat u ziet. Hij luisterde naar hen in deze zaak. Tien dagen stelde hij hen op de proef. Aan het einde van die tien dagen zag men dat hun uiterlijk knapper was, en zagen zij er gezonder uit dan al de jongemannen die van de gerechten van de koning aten.

### **1.8 Niet onze wil, maar Uw wil geschiedde**

Het laatste en misschien wel het moeilijkste punt voor het menselijke hart, is de acceptatie dat Gods wil altijd het beste voor ons is en dat al Zijn wegen rechtvaardig zijn. Dit betekent dat we niet altijd datgene van God ontvangen, waarvan wij denken dat dat goed voor ons is. In Zijn liefde onthoudt God ons soms iets, omdat Hij overziet wat de afloop of het resultaat zal zijn, als ons gebed verhoord wordt. Hoewel God dus in

principe iedereen kan en wil genezen, weet Hij dat dit soms niet het meest heilzaam is voor onszelf of voor onze naaste. Laten wij daarom bidden dat wij ook in ziekte onze dank en goedheid richting God mogen uitspreken en ons volkomen op Hem mogen richten en erop vertrouwen dat Zijn wil het beste voor ons is.