

Saúde



Sábado, 19 de Agosto

Leia para o estudo desta semana: Levíticos 11-15.

Apartir do Título, e do estudo da semana, anote suas impressões sobre o que se trata a lição:

Pesquise: em comentários bíblicos, livros denominacionais e de Ellen G. White sobre temas neste texto: Levíticos 11-15.

** Estude a lição desta semana para se preparar para o Sábado, 26 de Agosto.*

SAÚDE TOTAL

Nestes dias de doenças e sistemas imunológicos comprometidos, Levítico 11 é mais uma prova de como a Bíblia é incrivelmente relevante ainda hoje. Nosso estudo desta semana foca em Levítico 11-15, que discute alimentos limpos e impuros, saneamento, higiene e até mesmo distanciamento físico.

Se não soubéssemos que este livro veio diretamente de Deus, um fato que o texto nos lembra repetidamente, ficaríamos perplexos com o quanto Moisés sabia. Se você já se perguntou se a Bíblia é verdadeiramente a Palavra de Deus, este capítulo deve fortalecer sua fé, pois os conceitos de saúde contidos no livro de Levítico estão milhares de anos à frente de seu tempo! Como isso é possível? Bem, o versículo 1 de Levítico 11 nos diz: "Então o Senhor falou a Moisés e a Arão".

Infelizmente, muitas vezes espiritualizamos os ensinamentos práticos da Bíblia, ou seja, criamos aplicações espirituais antes de entendermos as práticas. O capítulo 11 nos ensina a importância de lavar roupas, utensílios e nossos corpos para nos proteger da contaminação e doenças (vv. 25, 28, 32). Embora Israel não tivesse conceito de germes, Deus conhecia, e se eles simplesmente confiassem nele ao fazer o que Ele instruía, eles escapariam das doenças comuns em seu tempo. Não é encorajador saber que Deus se preocupa conosco não apenas espiritualmente, mas também fisicamente? Nossa saúde corporal é importante para Ele!

Felizmente, nosso Deus não está no céu criando leis com o propósito de restringir a liberdade e tirar a alegria de nossas vidas. Ao contrário, como mencionado acima, todas as Suas leis, incluindo Suas leis de saúde, são para o nosso bem e são expressões do profundo cuidado do nosso Criador por nós (Romanos 13:8-10).

PRINCÍPIOS DE INGESTÃO

Quatro coisas merecem ser mencionadas enquanto mergulhamos em Levítico 11. Primeiro, observe que Deus nos diz o que podemos comer antes de nos dizer o que não podemos comer (vv. 1-3). Há tanto que podemos aprender com isso. Deus sabe que os seres humanos estão muito mais dispostos a obedecer e menos propensos a rebelar quando são motivados positivamente. É por isso que Deus primeiro disse a Adão e Eva que eles poderiam comer de "todas as árvores do jardim" e depois os advertiu contra comer da árvore que tinha a morte rastejando em seus galhos (Gênesis 2:16, 17). Quando você pensa no que significa ser um cristão adventista do sétimo dia, o que vem à mente primeiro? É uma lista de coisas que você não pode fazer, ou uma lista de coisas que você pode fazer?

Segundo, observe como Deus torna simples para nós identificar carnes saudáveis ou prejudiciais! Animais terrestres que são bons para alimento devem não apenas ruminar, mas também ter casco fendido. Então, casco fendido + ruminar = bom para comer. Bem simples, né? Isso significa que costeletas de porco e carne de camelo estão fora de questão... literalmente. Porcos têm cascos fendidos, mas não ruminam, e camelos ruminam, mas não têm cascos fendidos. E, a propósito, porcos estão cheios de toxinas e contaminantes. Quando tiver a chance, pesquise sobre "triquinose".

Deus também torna fácil diferenciar criaturas aquáticas que são cosher (limpas) ou não-cosher (impuras) para comer. Se eles têm barbatanas e escamas, podem ser comidos (Levítico 11:9). Quanto às aves, embora Deus dê uma lista de aves impuras, pode ser simplificado desta forma: aves e outros animais que são carniceiros ou predadores não devem ser comidos, mas aves e outros animais que comem alimentos não carnívoros em muitos casos podem ser (vv. 13-20). Em outras palavras, diga não para falcões, corujas, abutres e qualquer outros comedores de carne! Já que estamos nisso, tire cobras, répteis, cães, ratos e ursos do cardápio também! (vv. 27, 29, 42).

É interessante notar que adventistas que vivem um estilo de vida vegetariano ou vegano realmente vivem 10 anos a mais do que a pessoa média - dez anos inteiros e produtivos! Faça uma pesquisa no Google sobre "Zonas Azuis de Loma Linda" e descubra mais sobre isso por si mesmo. Também é bom lembrar que uma dieta vegetariana ou vegana era a alimentação original dada ao homem; a opção de comer carne só foi dada após a Queda (Gênesis 1:29; 2:9; 9:3, 4; Levítico 11; Deuteronômio 14:3-21).

Terceiro, o que comemos nos afeta não apenas fisicamente, mas também espiritualmente. Deus mesmo fala no final de Levítico 11, dizendo: "Pois Eu sou o Senhor, vosso Deus. Portanto, santifiquem-se e sejam santos, pois Eu sou santo" (vv. 44).

REFLETINDO SOBRE A RUMINAÇÃO

Alguns argumentam que as leis levíticas sobre alimentos puros e impuros não se aplicam mais a nós hoje. Eles afirmam que, por causa da cruz, os cristãos do Novo Testamento são livres para comer qualquer tipo de carne que desejem. Mas isso é lógico? Não temos os mesmos corpos que eles tinham? E o sangue de Jesus não torna os pecadores, e não a comida, limpos? A verdade é que não há um único versículo no Antigo ou no Novo Testamento que invalide as leis dietéticas de Levítico 11 e Deuteronômio 14. Juntamente com outros versículos, os seguintes versículos são frequentemente usados para argumentar contra a observância das orientações de Deus para uma vida saudável e santa, mas seus verdadeiros significados podem ser descobertos rapidamente quando consideramos o contexto com oração.

Em Marcos 7:18, 19, onde Jesus diz que qualquer coisa que entra em uma pessoa não pode torná-la impura, Ele está falando sobre pureza moral, não declarando que as carnes impuras são limpas. E quando Jesus menciona que os alimentos são purificados pelo estômago, ele não está se referindo às carnes impuras, porque a Bíblia nunca classifica as carnes impuras como alimento.

Quando Deus dá a Pedro a visão em Atos 10:14, 15, Ele está ajudando Pedro a se livrar de seu preconceito em relação aos gentios (considerados erroneamente impuros), usando a analogia de carnes puras e impuras. Pedro entendeu claramente o significado do sonho: "Deus me mostrou que não devo chamar nenhum homem de comum ou impuro" (v. 28). Ele não se levantou dessa visão e foi comer carne de porco; ele se levantou da visão, superou sua parcialidade e abraçou pessoas de todas as nações (vv. 34, 35).

Em 1 Pedro 1:15, 16, o apóstolo Pedro escreveu: "Mas, assim como é santo aquele que vos chamou, sede vós também santos em toda a vossa maneira de viver, porque está escrito: Sede santos, porque Eu sou santo". Como já observamos, isso é uma citação direta de Levítico 11:44.

Embora existam muitas maneiras de ser santo como Deus é santo, certamente o que colocamos em nossos corpos ainda é uma delas! Há alguns que leem isso e se perguntam se talvez seja melhor se abster de carnes completamente, especialmente quando comparamos as carnes nos dias de Levítico com as carnes produzidas hoje e quando consideramos que o objetivo das leis alimentares é trazer glória a Deus. Muitos dentro da Igreja Adventista do Sétimo Dia adotaram essa visão, especialmente ao observar o processo pelo qual até mesmo as carnes puras devem passar antes de chegar aos nossos pratos. Antes de serem abatidos, os animais frequentemente passam por maus-tratos, confinamento excessivo e injeções excessivas de hormônios, sem mencionar infecções e doenças. Se o propósito das leis alimentares é glorificar a Deus, talvez uma dieta vegetariana ou vegana integral seja a melhor maneira de viver nos dias de hoje.

A verdadeira obediência é uma resposta à graça de Deus (Tito 2:11). Quanto mais compreendemos o profundo amor que Ele tem por nós, mais dispostos estamos a obedecer instantaneamente, mesmo quando não entendemos por que Ele deu o comando. Isso não significa que devemos obedecer a Deus cegamente ou que não podemos fazer perguntas, discutir ou debater ideias (Isaías 1:18), mas significa que, mesmo quando não entendemos por que Deus ordena certas coisas, é sempre sábio obedecer enquanto fazemos as perguntas.

(Continuação do estudo de Segunda-feira)

Quarto, Levítico 11 nos lembra que os animais importam para Deus. Nem todo animal deve ser caçado, morto e comido - apenas o que é necessário para sustentar a vida e apenas o que é para nossa melhor saúde e para a glória de Deus (1 Coríntios 10:31). Além disso, o tratamento mais humano foi dado até mesmo aos animais sacrificiais, fato exemplificado pelos critérios cuidadosos e considerados dados em Levítico 22:27, 28. Que Deus compassivo e sábio temos!

Momento de Reflexão

- ▶ Como este capítulo em Levítico nos mostra que foi escrito por Deus?

- ▶ Como os escritos de Ellen White nos ajudam a progredir em uma vida saudável?

- ▶ O que essas leis de saúde nas Escrituras e no Espírito de Profecia nos dizem sobre a preocupação de Deus conosco?

- ▶ O que o cuidado com nossos corpos tem a ver com santidade?

- ▶ Contra quais outras práticas prejudiciais o livro de Levítico nos adverte? (Levítico 7:26; 10:8-11)

FONTES DE SANEAMENTO

Nós passamos muito tempo lidando com a parte da alimentação saudável em Levítico 11, então vamos voltar nossa atenção brevemente para os aspectos de higiene e como eles apontam para Jesus. Antes de conhecermos os germes, Deus preparou Seu povo para evitar muitos dos efeitos contaminantes. Os capítulos 11 a 15 tratam de medidas de higiene, sendo que o último poderia ser chamado de "capítulo de tomar banho e lavar as mãos" (Levítico 15:5–11, 21, 22, 27). Em vários lugares do capítulo 11, o povo de Deus é lembrado para não tocar em pessoas, coisas e animais contaminados (versículos 8, 24, 26, 27, 31). Eles também são instruídos a lavar coisas e pessoas contaminadas (versículos 25, 32, 35, 40). Instruções também foram dadas para mitigar doenças contagiosas como a lepra, isolando os portadores (Levítico 13:4, 5, 31, 33, 46). Toda essa instrução pioneira em termos de limpeza não foi apenas para a saúde, mas principalmente para a santidade (Levítico 11:43–45; 15:31). O povo de Deus deveria se destacar entre as nações pagãs do mundo.

Levítico 11:36 é talvez um dos versículos mais importantes deste capítulo, pois tem implicações poderosas do evangelho. Este versículo declara que a única coisa que não pode ser contaminada pela impureza é uma fonte de água. Você já percebeu como Jesus podia tocar pessoas que eram consideradas impuras pelas regras em Levítico e não se tornar impuro Ele mesmo (Mateus 8:2)? Faz sentido, dado que Jesus é a Água Viva (João 4:10) e a fonte de pureza. Qualquer pessoa que venha a Ele, confessando e abandonando seus pecados, será purificada por Ele (1 João 1:9).

Mas espere, tem mais! Jesus disse que quando O recebemos como nosso Salvador, nos tornamos fontes de água neste mundo. Em outras palavras, você e eu não precisamos ser vítimas do nosso ambiente. Ao invés disso, com Jesus vivendo dentro de nós, podemos ser canais de pureza e mudança positiva em nossas igrejas, escolas e comunidades. Jesus promete se tornar em nós uma fonte de água incorruptível "jorrando para a vida eterna" (João 4:14).

Mesmo que nosso Salvador tenha crescido na problemática cidade de Nazaré (João 1:46), Ele foi capaz de viver em meio à violência, vícios, luxúria, ganância e egoísmo ao Seu redor. Hoje, Ele está mais do que disposto a fazer o mesmo através e com todos aqueles que se submetem à Sua soberania em suas vidas.

LIMPEZA E PIEDADE

No ensinamento que Deus deu a Israel, a preservação da saúde recebeu atenção cuidadosa. As pessoas que haviam saído da escravidão com os hábitos impuros e insalubres que ela gera foram submetidas ao treinamento mais rigoroso no deserto antes de entrar em Canaã. Os princípios de saúde foram ensinados e as leis sanitárias foram cumpridas.

"Muitos alimentos consumidos livremente pelos pagãos ao redor deles eram proibidos para os israelitas. Não foi uma distinção arbitrária que foi feita. As coisas proibidas eram prejudiciais à saúde. E o fato de serem consideradas impuras ensinava a lição de que o uso de alimentos prejudiciais é contaminador. Aquilo que corrompe o corpo tende a corromper a alma. Isso torna a pessoa inadequada para a comunhão com Deus, inadequada para o serviço elevado e santo" (Ibid., p. 280).

"Se os israelitas tivessem obedecido às instruções recebidas e se beneficiado de suas vantagens, teriam sido o exemplo mundial de saúde e prosperidade. Se, como povo, tivessem vivido de acordo com o plano de Deus, teriam sido preservados das doenças que afligiam outras nações. Eles teriam possuído força física e vigor intelectual acima de qualquer outro povo. Teriam sido a nação mais poderosa da Terra" (Ibid., p. 283).

"Cereais, frutas, nozes e vegetais constituem a dieta escolhida para nós pelo nosso Criador. Esses alimentos, preparados da maneira mais simples e natural possível, são os mais saudáveis e nutritivos. Eles conferem uma força, um poder de resistência e um vigor intelectual que não são proporcionados por uma dieta mais complexa e estimulante" (Ibid., p. 296).

"A dieta designada para o homem no princípio não incluía alimentos de origem animal. Somente após o Dilúvio, quando tudo o que era verde na terra havia sido destruído, o homem recebeu permissão para comer carne...

"Após se estabelecerem em Canaã, os israelitas foram autorizados a consumir alimentos de origem animal, mas sob restrições cuidadosas que visavam reduzir os resultados prejudiciais...

"A carne nunca foi o melhor alimento; mas seu consumo agora é duplamente objeçãoável, já que as doenças nos animais estão aumentando rapidamente... As pessoas estão constantemente consumindo carne cheia de germes tuberculosos e cancerígenos. Assim, a tuberculose, o câncer e outras doenças fatais são transmitidas" (Ibid., p. 311–313).

"Muitos morrem de doenças totalmente atribuíveis ao consumo de carne, enquanto a verdadeira causa não é suspeitada por eles próprios ou pelos outros" (Ibid., p. 315).

"A inteligência demonstrada por muitos animais irracionais se aproxima tanto da inteligência humana que é um mistério. Os animais veem, ouvem, amam, temem e sofrem. Eles usam seus órgãos de forma muito mais fiel do que muitos seres humanos usam os seus. Eles manifestam simpatia e ternura para com seus companheiros em sofrimento. Muitos animais mostram uma afeição por aqueles que cuidam deles, muito superior à afeição demonstrada por alguns seres humanos. Eles formam vínculos com o homem que não são rompidos sem grande sofrimento para eles. Que homem, com um coração humano, que já cuidou de animais domésticos, poderia olhar em seus olhos, cheios de confiança e afeto, e voluntariamente entregá-los à faca do açougueiro?"

carta *Missionária*

Fraldas na lista de compras

Em uma manhã de sexta-feira, eu estava fazendo as compras semanais em nosso supermercado local em Beirute, Líbano. Meu marido, Peter, estava comprando maçãs e barras de granola para a excursão de fim de semana dos Desbravadores, e eu estava pegando os alimentos para a família. Servimos como missionários ensinando biologia na Universidade do Oriente Médio.

Enquanto subia as escadas para pegar um pouco de desinfetante e detergente para a louça, olhei para o corredor de fraldas e vi alguém olhando para as fraldas. Pensei comigo mesma como deve ser difícil para as pessoas que precisam de fraldas no Líbano. A situação financeira é extremamente difícil, com a moeda libanesa tendo perdido mais de 90% de seu valor em dois anos e o custo dos produtos disparando.

Mais de 80% do país vive abaixo da linha de pobreza.

De repente, um comando surgiu em minha mente: "Compre um pacote de fraldas."

Fiquei surpresa com esse pensamento repentino. "Senhor, é você?" perguntei. "Por que eu compraria fraldas? O mais novo dos meus três filhos tem 10 anos!"

"Compre um pacote de fraldas."

Comecei a caminhar em direção à escada rolante.

"Senhor, eu nem conheço ninguém com um bebê que precise de fraldas."

O comando se tornou mais insistente: "Compre um pacote de fraldas."

Voltei ao corredor de fraldas e orei: "Está bem, Senhor, vou comprar algumas fraldas, e você terá que me mostrar mais tarde para quem são. Qual tamanho devo pegar?" Peguei um pacote de fraldas tamanho 3 e continuei fazendo compras.

Quando meu marido e eu nos encontramos no carro, eu disse a ele: "Não fique surpreso se você vir um pacote de fraldas no porta-malas. O Senhor me mandou comprá-las. Elas são um presente, mas ainda não sei para quem são." Dirigimos para casa.

No dia seguinte, na igreja, vi um amigo cuja esposa trabalha com famílias de refugiados em Beirute. Conversamos por um tempo, e eu perguntei a ele: "Você acha que sua esposa conhece alguém que precisa de fraldas? O Senhor me mandou comprar algumas ontem, e eu não sei para quem são." Ele prometeu perguntar a ela.

Naquela noite, recebi uma mensagem dele. "Quando contei à minha esposa sua história sobre as fraldas, ela começou a chorar", ele escreveu. "Amanhã ela visitará duas famílias que precisam de fraldas. Podemos buscá-las hoje à noite?"

Fornecido pelo Escritório da Conferência Geral da Missão Adventista, que usa as ofertas missionárias da Escola Sabatina para espalhar o evangelho em todo o mundo. Leia novas histórias diariamente em www.AdventistMission.org.

Acreditamos que Deus aumentou o conhecimento de nosso mundo moderno e que Ele deseja que o usemos para Sua glória e proclamar Seu breve retorno! Precisamos da sua ajuda para continuar a disponibilizar a Lição da Escola Sabatina neste aplicativo. Temos os seguintes custos Firebase, hospedagem e outras despesas. Faça uma **doação** no nosso site WWW.EscolaSabatina.net