

# ESTUDO BÍBLICO

## *Verdades Eternas*

Lição 16 — Saúde nas Escrituras Sagradas



Na Bíblia contém recomendações importantíssimas quanto ao estilo de vida dos servos do Senhor.

Ter saúde é o melhor estilo de vida para o ser humano. O ideal de Deus é que desfrutemos de uma vida saudável, tanto física, quanto espiritual.

Não importa que a vida seja breve ou longa.

Vejamos os conselhos do Senhor:



**1. Que alimentos foi indicado pelo Senhor ao ser humano, logo após a sua criação?**



E disse Deus:

Eis que vos tenho dado toda a erva que dê **semente**,  
que está sobre a face de toda a terra;  
e **toda a árvore**, em que há **fruto que dê semente**,  
ser-vos-á para mantimento.

Genesis 1:29



**2. Quando foi permitido ao homem comer carne?**



De todos os animais  
**limpos tomarás para ti sete e sete,**  
o macho e sua fêmea;  
mas dos animais que não são limpos, dois,  
o macho e sua fêmea.

Gênesis 7:2



E abençoou Deus a Noé e a seus filhos, e disse-lhes:  
Frutificai e multiplicai-vos e enchei a terra.

**Tudo quanto se move, que é vivente,  
será para vosso mantimento;**

tudo vos tenho dado como a erva verde.

A carne, porém, com sua vida, isto é,  
com seu sangue, não comereis.

Gênesis 9:1,3,4



**3. Que duas características dos animais limpos foram indicadas por Deus?**





Dentre os animais,  
todo o que tem unhas fendidas,  
e a **fenda das unhas se divide em duas**,  
e **rumina**, deles comereis.

Levítico 11:3



Porque **és povo santo ao Senhor teu Deus**; e o Senhor te escolheu, de todos os povos que há sobre a face da terra, para lhe seres o **seu próprio povo. Nenhuma coisa abominável comereis**. Estes são os animais que comereis: o boi, a ovelha, e a cabra. O veado e a corça, e o búfalo, e a cabra montês, e o texugo, e a camurça, e o gamo. **Todo o animal que tem unhas fendidas, divididas em duas, que rumina**, entre os animais,



aquilo comereis. Porém estes não comereis,  
dos que somente **ruminam**, ou que têm a **unha fendida**:  
o camelo, e a lebre, e o coelho, porque ruminam mas  
não têm a unha fendida; imundos vos serão.  
Nem o porco, porque tem unha fendida, mas não rumina;  
imundo vos será; não comereis da carne destes,  
e não tocareis nos seus cadáveres.

Deuteronômio 14:2-8



**4. Quais as duas características dos peixes limpos?**



Isto comereis de tudo o que há nas águas;  
tudo o que tem **barbatanas** e **escamas** comereis.

Deuteronômio 14:9



## **5. A Bíblia aprova o consumo de bebidas alcoólicas?**



O vinho é escarnecedor,  
a bebida forte alvoroçadora;  
e todo **aquele que neles errar nunca será sábio.**

Provérbios 20:1



Ai dos que se levantam pela manhã,  
e **seguem a bebedice**; e continuam até à noite,  
até que o vinho os esquente!

Isaías 5:11





E não vos **embriagueis** com **vinho**,  
em que há contenda, mas enchei-vos do Espírito.

Efésios 5:18



**6. Qual o fim dos que comem e bebem aquilo que Deus proibiu?**



Os que se santificam, e se purificam,  
nos jardins uns após outros;  
os que **comem carne de porco**, e a abominação,  
e o **rato**, juntamente **serão consumidos**,  
diz o Senhor.

Isaías 66:17



**7. O que devemos ter em mente em tudo o que formos fazer, inclusive no comer e no beber?**



Portanto, **quer comais quer bebais,**  
ou façais outra qualquer coisa,  
fazei tudo para glória de Deus.

1 Coríntios 10:31



**8. Qual o principal motivo por que devemos cuidar da saúde?**



Não sabeis vós que **sois o templo de Deus**  
e que o **Espírito de Deus habita em vós?**  
Se alguém **destruir o templo de Deus, Deus o destruirá;**  
porque o templo de Deus, que sois vós, **é santo.**

1 Coríntios 3:16-17



Ou não sabeis que  
**o vosso corpo é o templo do Espírito Santo,**  
que habita em vós, proveniente de Deus,  
e que não sois de vós mesmos?

1 Coríntios 6:19





## **9. Por que devemos glorificar a Deus em nosso corpo?**



Porque fostes comprados por bom preço;  
**glorificai, pois, a Deus no vosso corpo,**  
e no vosso espírito, os quais pertencem a Deus.

1 Coríntios 6:20



# **10. Como devemos apresentar nosso corpo a Deus?**



Rogo-vos, pois, irmãos,  
pela compaixão de Deus,  
que apresenteis os vossos corpos  
**em sacrifício vivo, santo e agradável a Deus,**  
que é o vosso culto racional.

Romanos 12:1



**11. Qual o desejo de Deus quanto à nossa saúde?**



Amado,  
desejo que te vá bem em todas as coisas,  
**e que tenhas saúde,**  
assim como bem vai a tua alma.

3 João 1:2



**12. Que exemplo santo e prático encontramos na Bíblia do cuidado com a saúde e da recompensa de Deus aos que escolhem viver de forma simples e saudável?**



E **Daniel propôs no seu coração** não se contaminar com a porção das **iguarias** do rei, nem com o **vinho** que ele bebia; portanto pediu ao chefe dos eunucos que lhe permitisse **não se contaminar**.  
Ora, **Deus fez** com que Daniel achasse graça e misericórdia diante do chefe dos eunucos.

Daniel 1:8,9





Então disse Daniel ao despenseiro  
a quem o chefe dos eunucos havia constituído sobre  
Daniel, Hananias, Misael e Azarias:

Experimenta, peço-te, os teus servos dez dias,  
e que se nos dêem legumes a comer, e água a beber.  
Então se examine diante de ti a nossa aparência,  
e a aparência dos jovens que comem a porção  
das iguarias do rei; e, conforme vires,



procederás para com os teus servos.

E ele consentiu isto, e os experimentou dez dias.

E, ao fim dos dez dias, apareceram os seus semblantes melhores, e eles estavam mais gordos de carne do que todos os jovens que comiam das iguarias do rei.

Assim o despenseiro tirou-lhes a porção das iguarias, e o vinho de que deviam beber, e lhes dava legumes.

Daniel 1:11-16



E ao fim dos dias,

em que o rei tinha falado que os trouxessem,  
o chefe dos eunucos os trouxe diante de Nabucodonosor.

E o rei falou com eles; entre todos eles  
não foram achados outros tais como

Daniel, Hananias, Misael e Azarias;  
portanto ficaram assistindo diante do rei.



E em toda a matéria  
de sabedoria e de discernimento,  
sobre o que o rei lhes perguntou,  
os achou dez vezes mais doutos  
do que todos os magos astrólogos  
que havia em todo o seu reino.

Daniel 1:18-20



**13. Que exemplo prático encontramos na Bíblia da falta de cuidado com a saúde e onde isso pode levar?**



nem cumpriam os deveres de sacerdotes para com o povo; sempre que alguém oferecia um sacrifício o auxiliar do sacerdote vinha com um **garfo de três dentes**, e, enquanto a carne estava cozinhando, ele **enfiava o garfo na panela**, ou travessa, ou caldeirão, ou caçarola, e o sacerdote **pegava para si tudo o que vinha no garfo**. Assim faziam com todos os israelitas que iam a Siló.

1 Samuel 2:13,14



Os **filhos de Eli eram ímpios**; não se importavam com o Senhor  
Mas, antes mesmo de queimarem a **gordura**, vinha o auxiliar do  
sacerdote e dizia ao homem que estava oferecendo o sacrifício:

"Dê um pedaço desta carne para o sacerdote assar;  
ele não aceitará de você **carne cozida, somente crua**".

Se o homem lhe dissesse: "Deixe primeiro a **gordura** se  
queimar e então pegue o que quiser", o auxiliar respondia:  
"Não. Entregue a carne agora. Se não, eu a tomarei à força".

1 Samuel 2:12, 15,16



**14. O homem sábio deve fazer o quê, para ter saúde?**





E todo aquele que luta,  
exerce **domínio próprio** em todas as coisas;  
ora, eles o fazem para alcançar uma coroa corruptível,  
nós, porém, uma incorruptível.

Mas o fruto do Espírito é: o amor, o gozo, a paz,  
a longanimidade, a benignidade, a bondade,  
a fidelidade, a mansidão, o **domínio próprio**;  
contra estas coisas não há lei.

1 Coríntios 9:25 / Gálatas 5:22,23



**15. O homem sábio deve fazer o quê, para ter saúde?**



E disse: Se **ouvires** atento a voz do Senhor teu Deus,  
e **fizeres** o que é reto diante de seus olhos,  
e **inclinares** os teus ouvidos aos seus mandamentos,  
e **guardares** todos os seus estatutos,  
nenhuma das enfermidades porei sobre ti,  
que pus sobre o Egito;  
porque eu sou o Senhor que te sara.

Êxodo 15:26



Nesta lição você aprendeu  
A Verdade Eterna sobre

## **Saúde nas Escrituras Sagradas**

Na próxima lição, conhecerá sobre:

## **Dons dado a igreja de Cristo.**

Até breve!



**ADORADORES  
UNITARIANOS**



Por Fabio Amaro | (84) 9.8806.8208