



## História da alimentação

“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).

Quando as pessoas entregam o coração à incredulidade, colocam-se sob o domínio de Satanás, e ninguém pode dizer a que ponto ele as levará. — The Review and Herald, 29 de outubro de 1903.

**Estudo adicional:** Patriarcas e profetas, pp. 293-297, 377-382.

### DOMINGO, 3 DE SETEMBRO - 1. RESTAURAÇÃO

**1A) Como sabemos que antes da vinda de Cristo deve haver uma restauração dos princípios dados no jardim do Éden?**

**Atos 3:20 e 21; Jeremias 6:16.**

*At 3:20 e 21 — E envie Ele a Jesus Cristo, que já dantes vos foi pregado, 21 o qual convém que o Céu contenha até aos tempos da restauração de tudo, dos quais Deus falou pela boca de todos os Seus santos profetas desde o princípio.*

*Jr 6:16 — Assim diz o Senhor: Ponde-vos nos caminhos e vede, e perguntai pelas veredas antigas qual é o bom caminho, e andai por ele, e achareis descanso para a vossa alma, mas eles dizem: Não andaremos.*

**1B) Qual era a dieta original, e por que foi necessário introduzir a erva do campo? Gênesis 1:29; Gênesis 3:17 e 18; Salmos 104:14.**

*Gn 1:29 — E disse Deus: Eis que vos tenho dado toda erva que dá semente e que está sobre a face de toda a Terra, e toda árvore em que há fruto de árvore que dá semente; ser-vos-ão para mantimento.*

*Gn 3:17 e 18 — E a Adão disse: Porquanto deste ouvidos à voz de tua mulher e comeste da árvore de que te ordenei, dizendo: Não comerás dela, maldita é a Terra por causa de ti; com dor comerás dela todos os dias da tua vida. 18 Espinhos e cardos também te produzirá, e comerás a erva do campo.*

*Sl 104:14 — Ele faz crescer a erva para os animais e a verdura, para o serviço do homem, para que tire da terra o alimento*

Devemos estudar o plano de Deus para a dieta original. Aquele que criou a espécie humana e compreende as necessidades dela, indicou o alimento adequado a Adão. [Gênesis 1:29 é citado aqui.] Ao deixar o Éden para ganhar a vida cultivando o solo sob a maldição do pecado, o ser humano recebeu permissão para comer também “a erva do campo” (Gênesis 3:18).

Grãos, frutas, nozes e verduras formam a dieta que o Criador escolheu para nós. Esses alimentos, preparados da maneira mais simples e natural, são os mais saudáveis e nutritivos. Comunicam uma força, uma resistência e um vigor intelectual que uma dieta mais complexa e estimulante não consegue transmitir. — A ciência do bom viver, pp. 295 e 296.

**1C) Como sabemos que a vontade de Deus não incluía uma dieta com carne? Ezequiel 20:24 e 25; Deuteronômio 12:20; Salmos 106:14 e 15; Romanos 7:7.**

*Ez 20:24 e 25 — Porque não executaram os Meus juízos, e rejeitaram os Meus estatutos, e profanaram os Meus sábados, e os seus olhos se iam após os ídolos de seus pais. 25 Pelo que também lhes dei estatutos que não eram bons, e juízos pelos quais não haviam de viver.*

*Dt 12:20 — Quando o Senhor teu Deus dilatar os teus termos como te disse, e disseres: Comerei carne, porquanto a tua alma tem desejo de comer carne, conforme todo desejo da tua alma, comerás carne.*

*Sl 106:14 e 15 — Mas deixaram-se levar da cobiça no deserto, e tentaram a Deus na solidão. 15 E Ele satisfez-lhes o desejo, mas fez definhar a sua alma.*

*Rm 7:7 — Que diremos, pois? É a Lei pecado? De modo nenhum! Mas eu não conheci o pecado senão pela Lei; porque eu não conheceria a concupiscência se a Lei não dissesse: Não cobiçarás.*

Afastando-se do plano dietético indicado por Deus, os israelitas sofreram um grande prejuízo. — A ciência do bom viver, p. 312.

**1D) Por que Deus proibiu o consumo de gordura e sangue? Levítico 3:17; Levítico 17:11; Atos 15:20.**

Lv 3:17 — *Estatuto perpétuo será nas vossas gerações, em todas as vossas habitações: nenhuma gordura nem sangue algum comereis.*  
Lv 17:11 — *Porque a alma da carne está no sangue, pelo que vo-lo tenho dado sobre o altar para fazer expiação pela vossa alma, porquanto é o sangue que fará expiação pela alma.*  
At 15:20 — *Mas escrever-lhes que se abstenham das contaminações dos ídolos, da prostituição, do que é sufocado e do sangue.*

## SEGUNDA-FEIRA, 4 DE SETEMBRO - 2. PRONTOS PARA JESUS?

### 2A) Por que tantos hebreus foram destruídos no deserto? 1 Coríntios 10:5-10; Hebreus 3:19.

1Co 10:5-10 — *Contudo, Deus não Se agradou da maioria deles, por isso os seus corpos ficaram espalhados no deserto. 6 Essas coisas ocorreram como exemplos para nós, para que não cobicemos coisas más como eles fizeram. 7 Não sejam idólatras, como alguns deles foram, conforme está escrito: “O povo se assentou para comer e beber, e levantou-se para se entregar à farra”. 8 Não pratiquemos imoralidade, como alguns deles fizeram — e num só dia morreram vinte e três mil. 9 Não devemos pôr o Senhor à prova, como alguns deles fizeram — e foram mortos por serpentes. 10 E não se queixem, como alguns deles se queixaram — e foram mortos pelo anjo destruidor. [Nova Versão Internacional.]*

Hb 3:19 — *E vemos que não puderam entrar por causa da sua incredulidade.*

Os vigias sobre os muros de Sião deveriam ter sido os primeiros a saber das notícias da vinda do Salvador, os primeiros a erguer a voz para divulgar a proximidade da chegada dEle, os primeiros a alertar o povo quanto ao preparo para a Sua vinda. No entanto, entregavam-se ao comodismo, sonhando com paz e segurança enquanto o povo dormia em seus pecados. Jesus viu a Sua igreja assemelhando-se à figueira estéril, coberta de pretensiosas folhas, mas destituída do precioso fruto. Notava-se uma arrogante obediência às formas da religião, mas faltava o espírito da verdadeira humildade, arrependimento e fé — os únicos traços que poderiam tornar o culto aceitável a Deus. Em vez das graças do Espírito, havia orgulho declarado, formalismo, vanglória, egoísmo, opressão. Uma igreja apóstata fechava os olhos aos sinais dos tempos. Deus não a abandonou nem permitiu que a fidelidade divina lhe faltasse; mas essa igreja se afastou dEle, separando-se do amor divino. Pelo fato de terem se recusado a cumprir as condições, as promessas de Deus também não se cumpriram neles. — O grande conflito, pp. 315 e 316.

Lembremos que o tempo é curto. Digam ao povo que eles estão desperdiçando preciosas oportunidades para o serviço. Todas as nações devem ser advertidas e instruídas a buscar o Senhor sem demora, pois aquele poderoso anjo que enganou tantos da hoste angélica está atuando incansavelmente para executar as mesmas armadilhas sedutoras que usou para enganar milhões, e que ainda pretende usar para iludir o mundo inteiro. A obra sobre a qual o profeta Zacarias escreve é um tipo de restauração espiritual que deve ocorrer em Israel antes do fim dos tempos. — Manuscript Releases, vol. 1, p. 315.

### 2B) Como isso se aplica a nós na preparação para a segunda vinda de Cristo? 1 Coríntios 10:11.

1Co 10:11 — *Ora, tudo isso lhes sobreveio como figuras, e estão escritas para aviso nosso, para quem já são chegados os fins dos séculos.*

Precisamos realizar uma grande obra de reforma a fim de preparar um povo para permanecer firme no dia de Deus. O Senhor viu que muitos de Seu povo professo não estavam construindo para a eternidade. Por isso, em Sua misericórdia Ele estava prestes a enviar uma mensagem de alerta para despertá-los de sua sonolência e levá-los a se prepararem para a vinda do Senhor. — O grande conflito, p. 311.

A história do Antigo Israel é um exemplo impressionante da experiência passada dos adventistas. Deus guiou Seu povo no movimento adventista, assim como guiou os filhos de Israel ao saírem do Egito. No grande desapontamento, sua fé foi testada como a dos hebreus havia sido no Mar Vermelho. Se ainda tivessem confiado na mão orientadora que esteve com eles em sua experiência passada, teriam visto a salvação de Deus. — O grande conflito, pp. 457 e 458.

## TERÇA-FEIRA, 5 DE SETEMBRO - 3. O POTE COM MANÁ

### 3A) Ao deixar o Egito, pelo que os hebreus logo clamaram, e o que Deus fez quanto a isso? Êxodo 16:3, 13-15.

Êx 16:3, 13-15 — *E os filhos de Israel disseram-lhes: Quem dera que nós morrêssemos por mão do Senhor na terra do Egito, quando estávamos sentados junto às panelas de carne, quando comíamos pão até fartar! Porque nos tendes tirado para este deserto, para matardes de fome a toda esta multidão. [...] 13 E aconteceu que, à tarde, subiram codornizes e cobriram o arraial; e, pela manhã, jazia o orvalho ao redor do arraial. 14 E, alçando-se o orvalho caído, eis que sobre a face do deserto estava uma coisa miúda, redonda, miúda como a geadinha sobre a terra. 15 E, vendo-a os filhos de Israel, disseram uns aos outros: Que é isto? Porque não sabiam o que era. Disse-lhes, pois, Moisés: Este é o pão que o Senhor vos deu para comer.*

Durante seu cativeiro no Egito, os israelitas foram forçados a sobreviver com o alimento mais comum e simples. Como resultado, o bom apetite que a privação e o trabalho árduo provocaram, fizeram-no parecer saboroso. Entretanto, muitos dos egípcios que agora andavam entre eles estavam acostumados a uma dieta mais requintada e abundante, e essas pessoas foram as primeiras a se queixarem. Ao conceder o maná exatamente antes de Israel chegar ao Monte Sinai, o Senhor lhes havia concedido carne em resposta aos seus pedidos, mas eles receberam esse alimento apenas por um dia.

Deus poderia ter providenciado carne com a mesma facilidade com que forneceu o maná, mas lhes impôs uma proibição visando o próprio bem deles. Era propósito divino supri-los de um tipo de alimento mais adaptado às suas necessidades do que a dieta estimulante a que muitos se haviam acostumado no Egito. O apetite pervertido devia alcançar uma condição mais sadia para que eles pudessem aproveitar o alimento que Deus providenciou à humanidade no princípio: os frutos do solo, que o Senhor havia fornecido a Adão e Eva no Éden. Foi por essa razão que os israelitas foram, em grande medida, privados do consumo de carne. — Patriarcas e profetas, pp. 377 e 378.

### **3B) Como os anjos prepararam uma dieta melhor para eles? Salmos 78:25.**

*Sl 78:25 — Comeu cada qual o pão dos anjos; enviou-lhes Ele comida a fartar. [Almeida, Revista e Atualizada.]*

Essa maravilhosa provisão fez [os israelitas] recordarem diariamente o cuidado infalível e o terno amor de Deus ao longo dos quarenta anos que passaram no deserto. Segundo as palavras do salmista, Deus lhes deu “do cereal do Céu. Comeu cada qual o pão dos anjos”, isto é, alimento fornecido por anjos (Salmos 78:24 e 25, Almeida, Revista e Atualizada). — Patriarcas e profetas, p. 297.

### **3C) Como esse alimento foi guardado para fins de lembrança e comemoração? Êxodo 16:32 e 33; Hebreus 9:4.**

*Êx 16:32 e 33 — E disse Moisés: Esta é a palavra que o Senhor tem mandado: Encherás um gômer dele e o guardarás para as vossas gerações, para que vejam o pão que vos tenho dado a comer neste deserto, quando Eu vos tirei da terra do Egito. 33 Disse também Moisés a Arão: Toma um vaso e mete nele um gômer cheio de maná, e põe-no diante do Senhor, em guarda para as vossas gerações.*

*Hb 9:4 — Que tinha o incensário de ouro e a arca do concerto, coberta de ouro toda em redor, em que estava um vaso de ouro que continha o maná, e a vara de Arão que tinha florescido, e as tábuas do concerto.*

No lugar santíssimo, vi uma arca cujo topo e laterais eram de ouro puro. Em cada extremidade da arca havia um lindo querubim com as asas estendidas sobre ela. O rosto de ambos estava voltado um para o outro, e olhavam para baixo. Entre os anjos havia um incensário de ouro. Acima da arca onde estavam os anjos havia uma glória extremamente brilhante, que parecia o trono onde Deus habitava. Jesus ficava ao lado da arca, e quando as orações dos santos subiam a Ele, o incenso fumegava, e Ele oferecia ao Pai as orações deles misturadas à fumaça. Dentro da arca ficava o pote de ouro com o maná, a vara de Arão que tinha florescido e as tábuas de pedra dobradas uma sobre a outra como um livro. Jesus as abriu, e vi os Dez Mandamentos escritos nelas pelo dedo de Deus. — Primeiros escritos, p. 32.

## **QUARTA-FEIRA, 6 DE SETEMBRO - 4. AS PANELAS DE CARNE DO EGITO**

### **4A) Quem foram os primeiros a reclamar da comida? Qual era o tipo específico de carne, e como sabemos que eles não desejavam apenas os acompanhamentos que serviam para temperá-la durante o preparo? Números 11:4-6, 9-13.**

*Nm 11:4-6, 9-13 — Um bando de estrangeiros que havia no meio deles encheu-se de gula, e até os próprios israelitas tornaram a queixar-se, e diziam: “Ah, se tivéssemos carne para comer! 5 Nós nos lembramos dos peixes que comíamos de graça no Egito, e também dos pepinos, das melancias, dos alhos porós, das cebolas e dos alhos. 6 Mas agora perdemos o apetite; nunca vemos nada, a não ser este maná!” [...] 9 Quando o orvalho caía sobre o acampamento à noite, também caía o maná. 10 Moisés ouviu gente de todas as famílias se queixando, cada uma à entrada de sua tenda. Então acendeu-se a ira do Senhor, e isso pareceu mal a Moisés. 11 E ele perguntou ao Senhor: “Por que trouxeste este mal sobre o teu servo? Foi por não Te agradares de mim, que colocaste sobre os meus ombros a responsabilidade de todo esse povo? 12 Por acaso fui eu quem o concebeu? Fui eu quem o trouxe à luz? Por que me pedes para carregá-lo nos braços, como uma ama carrega um recém-nascido, a levá-lo à terra que prometeste sob juramento aos seus antepassados? 13 Onde conseguirei carne para todo esse povo? Eles ficam se queixando contra mim, dizendo: ‘Dê-nos carne para comer!’” [Nova Versão Internacional.]*

[Os hebreus] se cansaram da comida que os anjos lhes preparavam e que o Céu lhes enviava. Eles sabiam que esse era exatamente o alimento que Deus queria que usassem, e que era saudável para si e seus filhos. Apesar de suas dificuldades no deserto, não havia uma só pessoa fraca em todas as tribos. Satanás, o autor da doença e da miséria, se aproximará do povo de Deus por onde conseguirá maior sucesso. Ele tem controlado o apetite em grande medida desde o tempo de sua experiência bem-sucedida com Eva, na qual a levou a comer do fruto proibido. Primeiro, aproximou-se com suas tentações da multidão mista, os egípcios crentes, e os levou a uma murmuração de rebeldia. Essa gente não se contentaria com o alimento saudável

que Deus lhes providenciou. O apetite depravado ansiava por uma variedade maior, especialmente a carne. — The Spirit of Prophecy, vol. 1, p. 281.

**4B) Como Deus atendeu ao pedido deles, e qual foi o resultado desta vez, pois agora conheciam melhor a verdade do que na época em que saíram do Egito? Números 11:18-20 e 33; Salmos 78:27-31.**

*Nm 11:18-20 e 33 — “Diga ao povo: Consagrem-se para amanhã, pois vocês comerão carne. O Senhor os ouviu quando se queixaram a Ele, dizendo: ‘Ah, se tivéssemos carne para comer! Estávamos melhor no Egito!’ Agora o Senhor lhes dará carne, e vocês a comerão. 19 Vocês não comerão carne apenas um dia, ou dois, ou cinco, ou dez ou vinte, 20 mas um mês inteiro, até que lhes saia carne pelo nariz e vocês tenham nojo dela, porque rejeitaram o Senhor, que está no meio de vocês, e se queixaram a Ele, dizendo: ‘Por que saímos do Egito?’ ” [...] 33 Mas, enquanto a carne ainda estava entre os seus dentes e antes que a ingerissem, a ira do Senhor acendeu-se contra o povo, e Ele o feriu com uma praga terrível. [Nova Versão Internacional.]*

*Sl 78:27-31 — E choveu sobre eles carne como pó, e aves de asas como a areia do mar. 28 E as fez cair no meio do seu arraial, ao redor de suas habitações. 29 Então, comeram e se fartaram bem; pois lhes satisfez o desejo. 30 Não refrearam o seu apetite. Ainda lhes estava a comida na boca, 31 quando a ira de Deus desceu sobre eles, e matou os mais fortes deles, e feriu os escolhidos de Israel.*

Nesse caso, o Senhor deu ao povo aquilo que não era para seu bem, mas só porque o queriam. Eles não se contentariam em receber do Senhor apenas aqueles itens que lhes dariam melhor saúde. Por isso, começaram a reclamar e a se rebelar contra Moisés e contra o Senhor só porque não receberam as iguarias que lhes prejudicariam a saúde. O apetite depravado os controlava, e Deus lhes deu carne, satisfazendo-lhes o desejo, e assim permitiu que sofressem os resultados da satisfação do apetite deturpado. Febres ardentes aniquilaram um grande número de pessoas. Os principais culpados de murmuração morreram assim que provaram a carne tão cobiçada. Se tivessem se conformado com o fato de que o Senhor escolheria a comida para eles, e tivessem manifestado gratidão e satisfação por poderem comer um alimento saudável, não teriam perdido o favor de Deus, não teriam sofrido punição por suas rebeldes reclamações nem um grande número deles teria perecido. — The Spirit of Prophecy, vol. 1, pp. 284 e 285.

**4C) Como devemos chamar esse ato consciente de rebelião? Salmos 78:17 e 32.**

*Sl 78:17 e 32 — E ainda prosseguiram em pecar contra Ele, provocando ao Altíssimo na solidão. [...] 32 Com tudo isto, ainda pecaram e não deram crédito às Suas maravilhas.*

**QUINTA-FEIRA, 7 DE SETEMBRO - 5. ESCRITO PARA HOJE**

**5A) Como sabemos que esse alerta quanto às consequências espirituais foi escrito especificamente para nós hoje? 1 Coríntios 10:11; Salmos 106:14 e 15.**

*1Co 10:11 — Ora, tudo isso lhes sobreveio como figuras, e estão escritas para aviso nosso, para quem já são chegados os fins dos séculos.*

*Sl 106:14 e 15 — Mas deixaram-se levar da cobiça no deserto, e tentaram a Deus na solidão. 15 E Ele satisfez-lhes o desejo, mas fez definhar a sua alma.*

Precisamos estar alerta a fim de evitar sofrer o mesmo destino do antigo Israel. A história de sua desobediência e queda foi registrada para nossa instrução a fim de que não sigamos o exemplo deles. Foi escrita “para advertência nossa, para quem já são chegados os fins dos séculos”. Se ignorarmos esses alertas e advertências e desenvolvermos os mesmos traços de caráter que os israelitas manifestaram, que desculpa apresentaremos para isso? — The Review and Herald, 10 de julho de 1900.

**5B) Enquanto se preparavam para entrar na Canaã terrestre, Deus considerava pecado o desejo deles de comer carne. Compare essa situação com a vida na nova Terra. Isaías 11:6; Isaías 65:25.**

*Is 11:6 — E morará o lobo com o cordeiro, e o leopardo com o cabrito se deitará, e o bezerro, e o filho do leão, e a nédia ovelha viverão juntos, e um menino pequeno os guiará.*

*Is 65:25 — O lobo e o cordeiro se apascentarão juntos, e o leão comerá palha como o boi; e pó será a comida da serpente. Não farão mal nem dano algum em todo o Meu santo monte, diz o Senhor.*

**5C) Que oportunidade Deus lhes apresentou na fronteira da terra prometida, e quantos realmente entraram lá? Deuteronômio 30:19; Números 26:63-65.**

*Dt 30:19 — Os céus e a Terra tomo hoje por testemunhas contra ti, que te tenho proposto a vida e a morte, a bênção e a maldição; escolhe, pois, a vida para que vivas, tu e a tua semente.*

*Nm 26:63-65 — Estes são os que foram contados por Moisés e Eleazar, o sacerdote, que contaram os filhos de Israel nas campinas de Moabe, ao pé do Jordão, de Jericó. 64 E entre estes nenhum houve dos que foram contados por Moisés e Arão, o sacerdote, quando contaram aos filhos de Israel no deserto do Sinai. 65 Porque o Senhor dissera deles que certamente morreriam no deserto; e nenhum deles ficou, senão Calebe, filho de Jefoné, e Josué, filho de Num.*

O Deus que no deserto forneceu o maná do Céu aos filhos de Israel ainda vive e reina. [...]

Precisamos olhar para cima com fé. Não devemos nos desanimar, nem por causa de aparente fracasso nem pela demora. Pelo contrário, devemos trabalhar com alegria, esperança e gratidão, crendo que a Terra guarda em seu interior ricos tesouros para o fiel obreiro acumular, e reservas mais ricas do que ouro ou prata. As montanhas e as colinas estão mudando, e a Terra envelhece como um vestido, mas a bênção de Deus, que oferece a Seu povo uma mesa no deserto, nunca cessará. — A ciência do bom viver, p. 200.

### **SEXTA-FEIRA, 8 DE SETEMBRO - PARA VOCÊ REFLETIR**

1. Por que Deus quer que Seu povo restaure a dieta original do Éden?
2. Como a experiência dos hebreus no deserto se relaciona conosco hoje?
3. Por que Deus eternizou o maná na arca?
4. O que acontece quando nos rebelamos conscientemente contra a vontade revelada de Deus?
5. Como sabemos que é pecado insistir em comer carne nestes últimos dias?