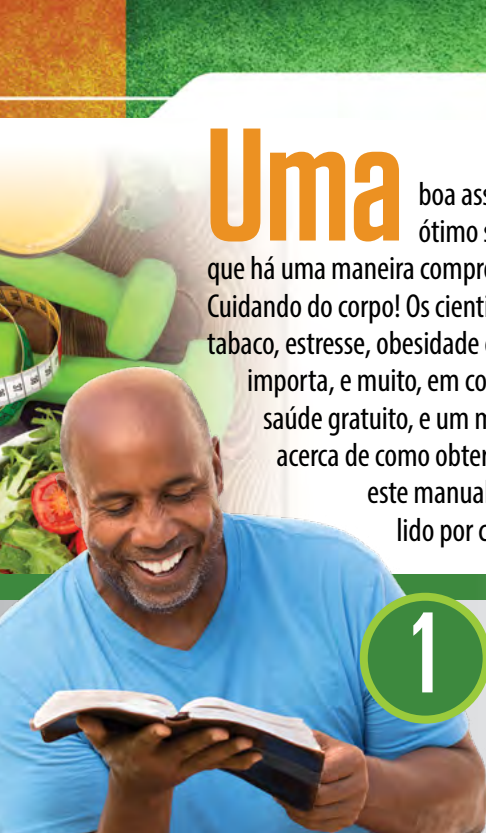


O Plano de Saúde Gratuito de Deus



Manual de Estudos
da Amazing Facts

13



Uma boa assistência médica não tem preço — mas não seria ótimo se não precisássemos mais de médicos? Você sabia que há uma maneira comprovada de deixar muitos médicos sem o ofício? ... Cuidando do corpo! Os cientistas têm advertido sobre os perigos do colesterol, tabaco, estresse, obesidade e álcool; então, por que abusar da sorte? Deus se importa, e muito, em como cuidamos do nosso corpo, e nos deu um plano de saúde gratuito, e um manual a seguir... a Bíblia! Para saber fatos incríveis acerca de como obter uma saúde abundante e uma vida mais longa, leia este manual de estudos — porém, certifique-se de que o tenha lido por completo antes de tirar conclusões precipitadas!

1

Os princípios de saúde são realmente uma parte da verdadeira religião da Bíblia?

“Amado, acima de tudo, faço votos por tua prosperidade e saúde, assim como é próspera a tua alma” (3 João 1:2).

Resposta: Sim. De fato, a Bíblia coloca a saúde bem perto do topo da lista de importância. A mente do homem, sua natureza espiritual e seu corpo são todos inter-relacionados e interdependentes. O que atinge um, atinge o outro. Se o nosso corpo não é bem cuidado, nossa mente e natureza espiritual não podem ser o que Deus planejou que fossem — e não conseguiremos viver uma vida abundante. (Ver João 10:10.)

2

Por que Deus deu instruções de saúde ao Seu povo?

“O Senhor nos ordenou cumpríssemos todos estes estatutos e temêssemos o Senhor, nosso Deus, para o nosso perpétuo bem, para nos guardar em vida” (Deuteronômio 6:24). “Servireis ao Senhor, vosso Deus, e ele abençoará o vosso pão e a vossa água; e tirará do vosso meio as enfermidades” (Êxodo 23:25).

Resposta: Deus deu princípios de saúde porque Ele sabe o que é melhor para o corpo humano. Os fabricantes de automóveis colocam um “Manual de Instruções” no porta-luvas de cada automóvel novo porque eles sabem o que é melhor para o produto deles. Deus, que fez nosso corpo, também tem um “manual de instruções” que se chama Bíblia Sagrada. Ignorar o “manual de instruções” de Deus geralmente resulta em enfermidades, pensamentos conturbados, e vidas emocionalmente esgotadas da mesma forma que abusar de um carro tem como consequência sérios problemas no veículo. Seguir as instruções divinas resulta em “saúde salvadora” (Salmos 67:2, BKJ) e vida mais abundante (João 10:10). Com nossa cooperação, Deus pode usar essas grandes leis de saúde para reduzir significativamente e eliminar os efeitos das doenças de Satanás (Salmos 103:2, 3).

2



3

As instruções de saúde de Deus têm alguma coisa a ver com comer e beber?

“Comei o que é bom” (**Isaías 55:2**). “Portanto, quer comais, quer bebeis ou façais outra coisa qualquer, fazei tudo para a glória de Deus” (**1 Coríntios 10:31**).

Resposta: Sim, um cristão vai até comer e beber de maneira diferente — para a glória de Deus — desfrutando apenas daquilo “que é bom”. Se Deus diz que não convém comer algo, deve ter um bom motivo para isso, pois não é um ditador severo, mas um Pai de amor, e todos os Seus conselhos são sempre para o nosso bem. A Bíblia promete: “Nenhum bem sonega aos que andam retamente” (**Salmos 84:11**). Portanto, se Deus retém uma coisa de nós, é porque não nos fará bem.

Nota: Ninguém entrará no reino do Céu pelo que come. Somente a aceitação de Jesus Cristo como Senhor e Salvador pode fazer isso. Entretanto, ignorar as leis de saúde de Deus pode fazer com que uma pessoa perca o bom senso e caia em pecado, podendo chegar ao ponto de perder a salvação.

4

O que Deus proveu como alimento ao ser humano ao criá-lo num ambiente perfeito?

“E disse Deus ainda: Eis que vos tenho dado todas as ervas que dão semente [...], toda árvore [...] que dê semente”. [...] De toda árvore do jardim comerás livremente” (**Gênesis 1:29; 2:16**).

Resposta: A dieta que Deus preparou às pessoas no começo era composta de frutas, cereais e castanhas. As verduras foram acrescentadas um pouco depois (**Gênesis 3:18**).





5

Quais itens são especificamente mencionados por Deus como imundos e proibidos?

Resposta: Em Levíticos 11 e Deuteronômio 14, Deus aponta claramente os seguintes grupos como imundos. Leia os dois capítulos inteiros.

- A. Qualquer animal que não tenha unhas fendidas, nem o casco se divida em dois, nem rumine (**Deuteronômio 14:6**).
- B. Todas as criaturas da água que não possuam barbatanas e escamas (**Deuteronômio 14:9**). Quase todos os peixes são considerados limpos.
- C. Todas as aves de rapina, comedoras de carniça, e de peixes (**Levítico 11:13–19**).
- D. A maioria das “criaturas rastejantes” (ou invertebrados) também são imundas (**Levítico 11:21–44**).



Nota: Esses capítulos nos esclarecem que a maioria dos animais, pássaros e criaturas marinhas que as pessoas usam para se alimentar são limpos. Há, no entanto, algumas exceções notáveis. De acordo com as leis de Deus, os seguintes animais são imundos e não devem ser ingeridos, como: gatos, cachorros, cavalos, camelos, águias, abutres, porcos, esquilos, coelhos, peixes-gato, enguias, lagostas, mariscos, caranguejos, camarão, ostras, rãs e muitos outros.

6

Se alguém gosta de comer carne de porco, ele será destruído na segunda vinda?

“Porque eis que o Senhor virá em fogo [...], porque com fogo e com a sua espada entrará o Senhor em juízo com toda a carne; e serão muitos os mortos da parte do Senhor. Os que se santificam e se purificam [...], que comem carne de porco, coisas abomináveis, e rato serão consumidos, diz o Senhor” (**Isaías 66:15–17**).

Resposta: Isso pode ser chocante, mas é a verdade e deve ser dita. A Bíblia afirma positivamente que todo aquele que come “carne de porco” e outras coisas imundas que são “abominação” será destruído com o fogo que vem do Senhor. Quando Deus diz que não devemos comer algo, devemos obedecer-lhe em todos os sentidos. Afinal, o fato de Adão e Eva terem comido do fruto proibido ocasionou a entrada do pecado e da morte a este mundo. Será que alguém ainda dirá que Deus não se importa? Deus diz que o homem será destruído porque eles “escolheram aquilo em que eu não tinha prazer” (**Isaías 66:4**).



7

Mas essa lei sobre os animais limpos e imundos não se originou com Moisés? Não foi dada somente para os judeus e terminou na cruz?

“Disse o SENHOR a Noé: Entra na arca [...]. De todo animal limpo levarás contigo sete pares [...]; dos animais imundos, um par” (**Gênesis 7:1, 2**).

Resposta: De forma alguma! A Bíblia possui amplas evidências de que havia animais limpos e imundos desde o início da criação. Noé viveu muito antes da existência de qualquer judeu, no entanto, ele sabia quais animais eram limpos e quais imundos, porque colocou na arca sete pares de animais limpos e dois pares de animais imundos.

Apocalipse 18:2 faz referência a alguns pássaros imundos especificamente antes da segunda vinda de Cristo. A morte de Cristo não alterou as leis de saúde, porque a Bíblia diz que todo aquele que as viola será destruído quando Jesus voltar (**Isaías 66:15–17**). O sistema digestivo dos judeus não difere em nenhum aspecto do sistema dos gentios. Essas leis de saúde são para todas as pessoas de todos os tempos.



8

A Bíblia proíbe a ingestão de bebidas alcoólicas?

“O vinho é escarnecedor, e a bebida forte, alvoroçadora; todo aquele que por eles é vencido não é sábio” (**Provérbios 20:1**). “Não olhes para o vinho, quando se mostra vermelho, quando resplandece no copo e se escoia suavemente. Pois ao cabo morderá como a cobra e picará como o basilisco” (**Provérbios 23:31, 32**). “Não vos enganeis: [...] nem adúlteros [...] nem bêbados [...] herdarão o reino de Deus.” (**1 Coríntios 6:9, 10**).

Resposta: Sim. A Bíblia alerta veementemente contra o consumo de bebidas alcoólicas.





Resposta: Sim, a Bíblia nos apresenta seis motivos pelos quais o uso de substâncias prejudiciais, como o tabaco, desagrada a Deus:

- A. O uso de substâncias prejudiciais danifica a saúde e contamina o corpo.** “Não sabeis que sois santuário de Deus e que o Espírito de Deus habita em vós? Se alguém destruir o santuário de Deus, Deus o destruirá; porque o santuário de Deus, que sois vós, é sagrado” (1 Coríntios 3:16, 17).
- B. A nicotina é uma substância viciante que escraviza as pessoas.** Romanos 6:16 diz que nós nos tornamos servos de qualquer um a quem (de qualquer coisa à qual) nos entregarmos. Os usuários do tabaco são servos da nicotina. Jesus diz: “Ao Senhor, teu Deus, adorarás, e só a ele darás culto” (Mateus 4:10).
- C. O hábito do tabaco é algo impuro.** “Por isso, retirai-vos do meio deles, separai-vos, diz o Senhor; não toqueis em coisas impuras; e eu vos receberei” (2 Coríntios 6:17). É realmente absurdo pensar que Cristo aprovaria o uso do tabaco sob qualquer aspecto, não é mesmo?
- D. O uso de substâncias prejudiciais desperdiça dinheiro.** “Por que gastais o dinheiro naquilo que não é pão?” (Isaías 55:2). Somos administradores de Deus do dinheiro que recebemos, e “é requerido dos administradores que cada homem seja achado fiel” (1 Coríntios 4:2, BKJ).
- E. O uso de substâncias prejudiciais enfraquece nossa capacidade de discernir as impressões do Espírito Santo.** “Exorto-vos [...] a vos absterdes das paixões carnis, que fazem guerra contra a alma” (1 Pedro 2:11). O uso de substâncias prejudiciais é um desejo carnal.
- F. O uso de substâncias prejudiciais encurta o tempo de vida.** A ciência tem confirmado que o uso frequente do tabaco pode encurtar drasticamente o tempo de vida. Isso viola o mandamento de Deus contra o assassinato (Êxodo 20:13). Mesmo que seja um assassinato lento, ainda é um assassinato. Uma das melhores maneiras de adiar o seu funeral é parar de usar tabaco.



10

Quais são algumas das leis de saúde que nós encontramos na Bíblia que, apesar de simples, são muito importantes?



Resposta: Eis aqui 11 princípios bíblicos sobre saúde:

A. Faça as refeições em intervalos regulares, e não use gordura animal e nem sangue. “Sentam à mesa [comem] a seu tempo para refazerem as forças.” (Eclesiastes 10:17). “Estatuto perpétuo será [...]; gordura nenhuma nem sangue jamais comereis” (Levítico 3:17).



Nota: A ciência confirmou que a maioria dos ataques cardíacos resulta de um nível elevado de colesterol no sangue — e que o uso de “gordura” é grandemente responsável por esse alto nível. Parece que Deus sabe bem do está nos advertindo, não é verdade?

B. Não coma em excesso. “Mete uma faca à tua garganta, se és homem glutão” (Provérbios 23:2). Em Lucas 21:34 (ACF), Cristo faz um alerta especialmente contra a “glotonaria” (intemperança) nos últimos dias. Comer demasiadamente causa muitas doenças degenerativas.

C. Não guarde inveja ou rancor. Esses males perturbam os processos do corpo. A Bíblia diz que a inveja traz “podridão aos ossos” (Provérbios 14:30). Cristo até mesmo nos ordena que devemos esclarecer rancores que os outros possam ter contra nós (Mateus 5:23, 24).



D. Mantenha uma disposição alegre. “O coração alegre é bom remédio” (Provérbios 17:22). “Porque, como imagina em sua alma, assim ele é” (Provérbios 23:7). Muitas doenças sofridas pelas pessoas são resultado de depressão. Ter uma disposição alegre transmite saúde e prolonga a vida!

E. Deposite a sua total confiança no Senhor. “O temor do Senhor conduz à vida; aquele que O tem ficará satisfeito, e mal nenhum o visitará” (Provérbios 19:23). Confiar no Senhor fortalece a saúde e a vida. “Filho meu, atenta para as minhas palavras; aos meus

ensinamentos inclina os ouvidos [...]; porque são vida para quem os acha e saúde, para o seu corpo” (**Provérbios 4:20, 22**). Portanto, a saúde vem da obediência aos mandamentos de Deus e de depositar a sua total confiança Nele.



F. Equilibre trabalho e exercício físico com sono e repouso.

“Seis dias trabalharás e farás toda a tua obra. Mas o sétimo dia é o sábado do Senhor, teu Deus; não farás nenhum trabalho” (**Êxodo 20:9, 10**). “Doce é o sono do trabalhador” (**Eclesiastes 5:12**).

“No suor do rosto comerás o teu pão” (**Gênesis 3:19**). “Inútil vos será levantar de madrugada, repousar tarde” (**Salmos 127:2**). “Pois que tem o homem de todo o seu trabalho e da fadiga do seu coração, em que ele anda trabalhando debaixo do sol? Até de noite não descansa o seu coração; também isto é vaidade” (**Eclesiastes 2:22, 23**).

G. Mantenha seu corpo limpo. “Estai vós limpos” (**Isaías 52:11, BKJ**).

H. Seja temperante em todas as coisas. “Todo atleta em tudo se domina” (**1 Coríntios 9:25**).

“Seja a vossa moderação conhecida de todos os homens” (**Filipenses 4:5**). Um cristão evitará completamente todas as coisas que são prejudiciais e será moderado no uso de coisas que são boas. Hábitos que prejudicam a saúde quebram o mandamento “Não matarás” aos poucos. Eles são como um suicídio a prestações.

I. Evite qualquer coisa prejudicial ao corpo (1 Coríntios 3:16, 17). Isso pode surpreender alguns, mas a ciência médica confirmou o fato de que o chá preto, o café e refrigerantes que contêm cafeína e outros ingredientes prejudiciais são nocivos ao corpo humano. Nenhum deles contém valor

alimentício, exceto devido ao açúcar ou creme acrescentado, e a maioria de nós já utiliza muito açúcar. Os estimulantes dão um impulso perigoso e artificial ao corpo e é como tentar carregar uma tonelada em um pequeno carrinho de mão. A popularidade dessas bebidas não se deve ao sabor ou à propaganda, mas às doses de cafeína e açúcar que elas contêm. Muitos são os que estão doentes por causa do seu vício em café, chá preto, e refrigerantes. Isso agrada ao diabo e destrói vidas humanas.



J. Faça da refeição um momento feliz. “E também que é dom de Deus que possa o homem comer, beber e desfrutar o bem de todo o seu trabalho” (**Eclesiastes 3:13**). Situações desagradáveis no momento da refeição atrapalham a digestão. Evite-as.

K. Ajude os que estão em dificuldades. “Soltes as ligaduras da impiedade, desfaças as ataduras da servidão, deixes livres os oprimidos e despedaces todo jugo, [...] repartas o teu pão com o faminto, e recolhas em casa os pobres desabrigados, e, se vires o nu, o cubras, e não te escondas do teu semelhante [...]. Então, [...] a tua cura brotará sem detença” (**Isaías 58:6-8**). Isso é muito simples para que não consigamos entender: quando ajudamos os pobres e necessitados, melhoramos nossa saúde.





11

Que lembrete solene é dado para aqueles que ignoram os princípios de Deus?

“Não vos enganeis: de Deus não se zomba; pois aquilo que o homem semear, isso também ceifará” (**Gálatas 6:7**).

Resposta: Aqueles que ignoram os princípios de saúde de Deus terão maior probabilidade de colher corpos destruídos e vidas emocionalmente esgotadas, da mesma forma como aquele que abusa do seu automóvel muito provavelmente terá sérios problemas com seu veículo. Aqueles que continuam a quebrar as leis de saúde de Deus acabarão sendo destruídos pelo Senhor (**1 Coríntios 3:16, 17**). As leis de saúde divinas não são arbitrárias; trata-se de leis naturais estabelecidas no Universo, como a lei da gravidade, e ignorá-las sempre acarretará resultados desastrosos! A Bíblia diz que “a maldição sem causa não se cumpre” (**Provérbios 26:2**). Os problemas aparecem quando ignoramos as leis de saúde, mas Deus, em Sua misericórdia, nos diz que essas leis são para que possamos evitar as tragédias que acontecem ao quebrá-las.



12

Que verdade terrível e impactante sobre a saúde envolve nossos filhos e netos?

“Não o comerás, para que bem te suceda a ti e a teus filhos, depois de ti” (**Deuteronômio 12:25**). “Porque eu sou o Senhor, teu Deus, Deus zeloso, que visito a iniquidade dos pais nos filhos até à terceira e quarta geração daqueles que me aborrecem” (**Êxodo 20:5**).

Resposta: Deus deixa bem claro que filhos e netos (até a quarta geração) pagam pela insensatez dos pais que ignoram os princípios de saúde de Deus. Os filhos e netos herdam corpos enfermos e fracos, quando a mãe ou o pai desafia as recomendações que Deus deu para as suas vidas. Você não evitaria qualquer coisa que viesse a prejudicar seus filhos e netos amados?

13

Que outro fator preocupante a Palavra de Deus nos revela?

“Nela [a cidade santa do reino da glória de Deus], jamais penetrará coisa alguma contaminada” (Apocalipse 21:27). “Mas, quanto àqueles cujo coração se compraz em seus ídolos detestáveis e abominações, eu farei recair sobre sua cabeça as suas obras, diz o Senhor Deus” (Ezequiel 11:21).

Resposta: Nada contaminado ou impuro será permitido no reino de Deus. Todo hábito imundo corrompe uma pessoa. O uso de alimento impróprio contamina uma pessoa (Daniel 1:8). É preocupante, mas é verdade. Escolher os seus “próprios caminhos” e aquilo que desagrada a Deus terminará custando às pessoas a sua salvação eterna (Isaias 66:3, 4, 15–17).



14

O que todo cristão sincero deveria se esforçar por fazer imediatamente?

“Purifiquemo-nos de toda impureza, tanto da carne como do espírito” (2 Coríntios 7:1). “E a si mesmo se purifica todo o que nele [em Cristo] tem esta esperança, assim como ele é puro” (1 João 3:3). “Se me amais, guardareis os meus mandamentos” (João 14:15).

Resposta: Os cristãos sinceros devem estar com sua vida em harmonia com as regras de Deus

porque O amam. Eles sabem que as Suas recomendações acrescentam felicidade e os protegem das enfermidades do diabo (Atos 10:38). Os conselhos e as regras de Deus são sempre para o nosso bem, assim como as regras e os bons conselhos dos pais são para o bem dos seus filhos. Uma vez que sabemos o que devemos e não devemos fazer, Deus nos responsabiliza. “Portanto, aquele que sabe que deve fazer o bem e não o faz nisso está pecando” (Tiago 4:17).



15

Alguns hábitos prejudiciais aprisionam as pessoas. O que elas podem fazer?

“Mas, a todos quantos o receberam, deu-lhes o poder de serem feitos filhos de Deus” (João 1:12). “Tudo posso naquele que me fortalece” (Filipenses 4:13).

Resposta: Entregue todos esses maus hábitos aos pés de Cristo, pois Ele lhe dará, com muita alegria, um novo coração e o poder necessário para eliminar qualquer hábito maligno e se tornar um filho ou uma filha de Deus (Ezequiel 11:18, 19). Quão emocionante e comovente é saber que “para Deus tudo é possível” (Marcos 10:27). E Jesus disse: “E o que vem a mim, de modo nenhum o lançarei fora” (João 6:37). Jesus está pronto para quebrar os grilhões que nos aprisionam. Ele deseja nos libertar, e vai, se Lhe permitirmos. Nossas preocupações, maus hábitos, tensões nervosas, e medos irão embora quando fizermos a Sua vontade. “Tenho-vos dito estas coisas para que [...] o vosso gozo seja completo” (João 15:11). O argumento do diabo é que a liberdade se acha na desobediência, mas isso é falso! (João 8:44).



16

Que promessas empolgantes são feitas a respeito do novo reino de Deus?

“Nenhum morador de Jerusalém dirá: Estou doente” (Isaías 33:24). “Já não haverá luto, nem pranto, nem dor” (Apocalipse 21:4). “Sobem com asas como águias, correm e não se cansam, caminham e não se fatigam” (Isaías 40:31).

Resposta: Os cidadãos do novo reino de Deus obedecerão às Suas leis de saúde, e não haverá enfermidade ou doença. Eles serão abençoados com eterno vigor e juventude e viverão com Deus em suprema felicidade e alegria por toda a eternidade.

17

Já que ter uma vida saudável realmente faz parte da religião da Bíblia, você está disposto a seguir todos os princípios de saúde de Deus?

Resposta:

Suas Dúvidas Esclarecidas

1. 1 Timóteo 4:4 diz: “Pois tudo que Deus criou é bom, nada é recusável”. Como se explica isso?

Resposta: Essa passagem da Bíblia está se referindo aos alimentos “que Deus criou para serem recebidos, com ações de graças” (**versículo 3**) pelo Seu povo. Esses alimentos são as carnes limpas listadas em **Levítico 11** e **Deuteronômio 14**. O versículo 4 deixa claro que todas as criaturas de Deus são boas, portanto, não devem ser recusadas, desde que estejam entre as que foram criadas para “serem recebidas com ações de graças” (os animais limpos). O versículo 5 nos diz por que esses animais (ou alimentos) são aceitáveis: eles são “santificados” pela Palavra de Deus, que atesta que são limpos, e por uma “oração” de bênção que é oferecida antes da refeição. Atente, no entanto, que Deus consumirá as pessoas que tentam “se santifica[r]” enquanto comem alimentos imundos (**Isaías 66:17**).

2. Mateus 15:11 diz: “Não é o que entra pela boca o que contamina o homem, mas o que sai da boca”. Como explicar isso?

Resposta: O assunto em **Mateus 15:1–20** é comer sem antes lavar as mãos (**versículo 2**). O foco aqui não está no comer, mas no lavar. Os escribas ensinavam que comer qualquer alimento sem uma cerimônia especial de lavagem contaminava a pessoa. Jesus disse que as cerimônias de lavagens não tinham sentido. No versículo 19, Ele listou certos males, como: assassinatos, adultérios, roubos, etc. Em seguida, Ele conclui: “São estas as coisas que contaminam o homem; mas o comer sem lavar as mãos não o contamina” (**versículo 20**).

3. Mas, Jesus não purificou todos os animais na visão de Pedro, conforme registrado em Atos 10?

Resposta: Não. O assunto dessa visão não eram os animais, mas as pessoas. Deus deu a Pedro essa visão para mostrar-lhe que os gentios não eram imundos, como os judeus acreditavam. Deus havia instruído Cornélio, um gentio, a enviar homens para visitar Pedro. No entanto, Pedro teria recusado vê-los se Deus não tivesse dado a ele essa visão; porque a lei judaica proibia qualquer aproximação com os gentios (**versículo 28**). Mas quando os homens finalmente chegaram, Pedro os recebeu bem, explicando que normalmente ele não teria feito isso, “mas Deus me demonstrou que a nenhum homem considerasse comum ou imundo” (**versículo 28**). No capítulo seguinte (**Atos 11**), os membros da igreja criticaram Pedro por falar com esses gentios. Então, Pedro contou a eles a história inteira da visão dele e o seu significado. **Atos 11:18** diz: “E, ouvindo eles estas coisas, apaziguaram-se e glorificaram a Deus, dizendo: Logo, também aos gentios foi por Deus concedido o arrependimento para vida”.



4. Para que Deus criou o porco, se não foi para comer?

Resposta: Para o mesmo propósito que Ele criou o urubu — como um lixeiro para limpar a sujeira. E o porco serve a esse propósito fielmente.

5. Romanos 14:3, 14, 20 diz: “Quem come não despreze o que não come; e o que não come não julgue o que come. [...] Nenhuma coisa é de si mesma impura. [...] Todas as coisas, na verdade, são limpas”. Você pode explicar isso?

Resposta: Os versículos 3 a 6 são discussões daqueles que comem certas coisas versus aqueles que não comem. A passagem não diz qual dos dois está certo, mas sim, aconselha que nenhum dos dois julgue o outro. Em vez disso, deixe Deus ser o Juiz (**versículos 4, 10–12**). Os versículos 14 e 20 se referem aos alimentos que primeiro foram oferecidos aos ídolos — e eram, portanto, *cerimonialmente* impuros — não às carnes limpas e impuras de Levítico capítulo 11. (**Leia 1 Coríntios 8:1, 4, 10, 13.**) O ponto da discussão é que nenhum alimento é “limpo” ou “impuro” apenas por ter sido oferecido aos ídolos primeiro, porque um ídolo é “nada no mundo” (**1 Coríntios 8:4**). Mas se a consciência de uma pessoa o incomoda por comer tal alimento, ela deve deixá-lo de lado; ou mesmo que ofenda apenas um irmão, deve também abster-se dele.

6. Não é o suficiente apenas amar o Senhor, e não se preocupar com as leis de saúde de Deus?

Resposta: Mas se alguém realmente ama o Senhor, estará ávido por obedecer às Suas leis de saúde, porque Ele nos projetou para atingirmos o máximo da saúde, felicidade e pureza. “Tornou-se o Autor da salvação eterna para todos os que Lhe obedecem” (**Hebreus 5:9**). Jesus disse: “Se me amais, guardareis os meus mandamentos” (**João 14:15**). Quando realmente amamos o Senhor, não tentaremos nos esquivar de Suas leis de saúde (nem de qualquer de Seus mandamentos) nem dar desculpas. Essa atitude realmente revela que o coração está verdadeiramente nas coisas de Deus. “Nem todo o que me diz: Senhor, Senhor! entrará no reino dos céus, mas aquele que faz a vontade de meu Pai, que está nos céus” (**Mateus 7:21**).

Escreva seus comentários ou dúvidas aqui

Este Manual de Estudos é apenas um de uma série de 14!

*Cada lição está repleta de fatos
incríveis que transformarão você
e sua família, trazendo esperança
eterna. Estude cada um deles!*



Manual de Estudos 1:
Resta Algo em que
Confiar?



Manual de Estudos 2:
Deus Criou
o Diabo?



Manual de Estudos 3:
Salvo da Morte
Certa



Manual de Estudos 4:
Uma Cidade Colossal
no Espaço



Manual de Estudos 5:
Princípios Para um
Casamento Feliz



Manual de Estudos 6:
Escritos em Pedra!



Manual de Estudos 7:
O Dia Perdido
da História



Manual de Estudos 8:
A Libertação Final



Manual de Estudos 9:
Pureza e Poder!



Manual de Estudos 10:
Os Mortos estão
Realmente Mortos?



Manual de Estudos 11:
É o Diabo Quem Toma
Conta do Inferno?



Manual de Estudos 12:
1.000 Anos de Paz



Manual de Estudos 13:
O Plano de Saúde
Gratuito de Deus



Manual de Estudos 14:
É Legalismo
Obedecer?

*Ao concluir os 14 primeiros Manuais de Estudos, solicite nossa série avançada.
Amazing Facts Brasil - Caixa Postal 18 - Bananeiras, PB 58220-000*

Ficha de Resumo 13

Leia esta lição antes de concluir esta Ficha de Resumo. Todas as respostas podem ser encontradas no Manual de Estudos. Marque um “x” na resposta correta. Os número entre parênteses (1) indicam o número de respostas corretas. Para preencher o formulário, use o “Adobe Reader”.

1. Seguir as regras de saúde de Deus para o corpo humano (1)

é necessário para as crianças, mas não é de grande importância para um adulto.

é uma parte muito importante da verdade da religião da Bíblia.

não tem nada a ver com a religião pessoal de alguém.

2. As leis de saúde de Deus foram dadas (1)

pelo amor que Deus teve por nós desde o princípio, e Ele sabe o que é melhor para a nossa felicidade.

apenas para os judeus, e não para serem colocadas em prática hoje.

para mostrar que é Ele quem manda e controla.

3. Um cristão verdadeiro deve (1)

comer e beber qualquer coisa que desejar.

apenas amar o Senhor supremamente e ignorar as Suas leis de saúde porque elas foram abolidas na cruz.

comer e beber apenas coisas que fortalecem o corpo, a mente, o caráter e trazem honra a Deus.

4. A primeira dieta do homem (1)

consistia em frutas, cereais e castanhas.

incluía bebidas alcoólicas e carne.

consistia em tudo e qualquer coisa que Adão e Eva quisessem.

5. Deus lista estas criaturas como imundas: (7)

Vaca.	Coelho.	Molusco.
Porco.	Peixe-gato.	Camarão.
Galinha.	Veado.	Lagosta.
Esquilo.	Truta.	Bode.

6. As bebidas alcoólicas (1)

são algo normal para um cristão, se forem consumidas com moderação.

são algo errado de alguém tomar, somente se esse alguém achar que é errado.

não devem ser ingeridas por um cristão.

7. O uso do tabaco (1)

é escolha particular de cada pessoa e não tem relação com a sua religião.

não deve ser praticado de forma alguma, nem por um ímpio e nem por um cristão.

é benéfico ao cristão.

8. Identifique abaixo as leis de saúde de Deus: (9)

Não coma demasiadamente.

Fume depois de cada refeição.

Seja feliz e alegre.

Ingira bebida alcoólica antes das refeições.

Mantenha o seu corpo limpo.

Coma muita carne de porco.

Beba bastante café e chá preto.

Seja temperante em todas as coisas.

Faça as refeições em horários regulares.

Não guarde rancores.

Equilibre trabalho, exercício e sono.

Confie plenamente no Senhor.

Não use gordura animal nem sangue.

9. Uma verdade muito importante sobre as leis de saúde de Deus é que (1)

filhos e netos frequentemente têm corpos e mentes enfraquecidos porque seus pais ignoram as leis de saúde de Deus. essas leis foram para os judeus apenas, e não para serem aplicadas hoje.

se realmente amamos a Cristo, Suas leis de saúde são importantes.

10. A melhor forma de superar esses hábitos pecaminosos é (1)

“diminuir aos poucos”.

entregá-los totalmente a Cristo, que nos dá força para realizar todas as coisas. esperar que eles vão embora.

11. As leis de saúde de Deus são (1)

como as instruções para usar um veículo: elas são o melhor que há para nós, e entramos em sérios problemas quando as ignoramos.

uma parte da lei de Moisés que foi abolida na cruz.

uma boa ideia, mas não afeta o relacionamento de alguém com Deus.

12. Um cristão sincero vai (1)

passar mais tempo orando, e ignorar as recomendações de Deus.

mudar imediatamente qualquer hábito que entre em conflito com as regras de Deus, porque quando amamos a Cristo, nós guardaremos suas regras e mandamentos com alegria.

sentir-se livre para fazer uso do tabaco.

13. É meu plano seguir as regras de saúde de Deus.

Sim.

Não.

Certifique-se de responder a todas as perguntas acima!



**Digite seu nome, e-mail e número de telefone para se matricular.
Clique em “Enviar” para receber seu próximo Manual de Estudos GRÁTIS.**

Nome:				
E-mail:				
Número de telefone:				
Endereço:				
Cidade:	Estado		País:	
CEP:	Faixa etária:		Sexo:	

Atualize suas informações de contato