

- Dia Nacional da Pessoa Portadora de Deficiência Física
- **Dia Nacional de Prevenção da Obesidade**
- Dia Nacional do Engenheiro Agrônomo
- Dia internacional da Menina
- Dia do Teatro Municipal

A OBESIDADE E A ESPIRITUALIDADE CRISTÃ



Você está acima do seu peso normal? **Seu corpo precisa de cuidado, e sua alma precisa de domínio próprio.** Alimentos muito calóricos estão por toda parte, e o exercício físico diminuiu na vida moderna. Isso não elimina a responsabilidade pessoal, mas ajuda a compreender essa luta. Cuidar do corpo pode envolver alimentação, movimento, sono, tratamento médico e apoio psicológico. A sociedade também precisa rever ambientes que estimulam o consumo exagerado. Não transforme quem sofre com obesidade em alvo de vergonha, nem trate o excesso como destino

inevitável.

Jesus foi chamado de “comilão e bebedor” porque comia com pessoas rejeitadas pela religião de sua cultura.¹ Não era uma acusação de obesidade. Ele era criticado por comer e beber com pessoas desprezadas. Quem enfrenta a obesidade pode lidar com pressões que vão além da mesa. Frustrações, traumas, medicamentos e problemas de saúde podem participar de alguns quadros de obesidade. Quando comer passa a funcionar como fuga da dor, existe uma ferida que precisa de merecida atenção.

A fé cristã não começa pelo tamanho do corpo. E na Bíblia Jesus não trata o alimento como inimigo. No entanto, coloca a glotonaria entre práticas de fugir dos desafios da vida afogando-se no comer.² Há um ciclo doloroso: vazio interior, ansiedade, comida que não satisfaz, culpa e, por fim, novamente vazio. O pecado é o excesso que domina a pessoa. É o Espírito Santo a inspiração para o domínio próprio como fruto do Espírito de Cristo.³

Na fé em Cristo Jesus é a base para a reconciliação com Deus Pai e com a vida. Só em Cristo existe perdão para o pecado cuja fome não descansa. A fé também inspira possíveis práticas saudáveis até de alimentação. Conhecer a si mesmo e confiar nas promessas de Deus ajuda a buscar domínio próprio. Aprenda a dizer sim à saúde e não ao que escraviza. **Cuide do corpo sem desprezar a alma. Seu corpo precisa de cuidado, e sua alma precisa de domínio próprio inspirado pelo Espírito de Cristo Jesus.**

- Essa mensagem responde à pergunta: **Voce já começou a pensar na relação da obesidade com a espiritualidade cristã?**
- Aplicação para sua vida: **Obesidade não exclui quem quer que seja do convite divino para a reconciliação primeiramente com Deus Pai único medicamento para a alma e depois com a saúde do corpo.**

¹ “Porque veio João o Batista, que não comia pão nem bebia vinho, e dizeis: Tem demônio; ³⁴ Veio o Filho do homem, que come e bebe, e dizeis: Eis aí um homem comilão e bebedor de vinho, amigo dos publicanos e pecadores. ³⁵ Mas a sabedoria é justificada por todos os seus filhos. **Lucas 7:33-35** | ACF

² “...invejas, bebedices, glotonarias e coisas semelhantes a estas, a respeito das quais eu vos declaro, como já, outrora, vos preveni, que não herdarão o reino de Deus os que tais coisas praticam.” **Gálatas 5:21.** | ACF Esta é a menção as festas onde a única preocupação era comer e beber muito e bem em adoração aos deuses.

³ “Ó vós, todos os que tendes sede, vinde às águas, e os que não tendes dinheiro, vinde, comprai, e comei; sim, vinde, comprai, sem dinheiro e sem preço, vinho e leite. ² Por que gastais o dinheiro naquilo que não é pão? E o produto do vosso trabalho naquilo que não pode satisfazer? Ouvi-me atentamente, e comei o que é bom, e a vossa alma se deleite com a gordura. ³ Inclinaí os vossos ouvidos, e vinde a mim; ouvi, e a vossa alma viverá; porque convosco farei uma aliança perpétua, dando-vos as firmes beneficências e Davi. **Isaías 55:1-3** | ACF