



A FILOSOFIA
**CRISTÃ DA
ALIMENTAÇÃO**



© 2018 Monergismo.

Todos os direitos em língua portuguesa reservados por Editora Monergismo
S/A Trecho 4, Lote 2000, Sala 208 - Ed. Salvador Aversa
Brasília, DF, Brasil - CEP 71.200-040
www.editoramonergismo.com.br



A FILOSOFIA
**CRISTÃ DA
ALIMENTAÇÃO**

Peter Bringe



**EDITORA
MONERGISMO**

BRASÍLIA, DF

Copyright © 2012 de Peter Bringe
Publicado originalmente em inglês sob o título
The Christian Philosophy of Food
nos Estados Unidos da América.

▪
Todos os direitos em língua portuguesa reservados por
EDITORA MONERGISMO
SIA Trecho 4, Lote 2000, Sala 208 — Ed. Salvador Aversa
Brasília, DF, Brasil — CEP 71.200-040
www.editoramonergismo.com.br

2ª edição, 2018

Tradução: *Josaiás Cardoso Júnior*
Revisão: *Rogério Portella*
Capa: *Bárbara Lima Vasconcelos*
Projeto gráfico: *Marcos Jundurian*

▪
PROIBIDA A REPRODUÇÃO POR QUAISQUER MEIOS,
SALVO EM BREVES CITAÇÕES, COM INDICAÇÃO DA FONTE.

Todas as citações bíblicas foram extraídas da
Versão *Bíblia Almeida Século XXI*,
© 2008, publicada por Edições Vida Nova,
salvo indicação em contrário.

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Bringe, Peter

A Filosofia Cristã da Alimentação / Peter Bringe, tradução Josaiás
Cardoso Júnior — Brasília, DF: Editora Monergismo, 2018 [2014].

82p.; 21cm.

Título original: *The Christian Philosophy of Food*

ISBN 978-85-62478-81-9

1. Alimentação 2. Cristianismo 3. Teologia

CDD 230

A meu pai, que me ensinou muito sobre várias coisas, em especial sobre a glória de Deus observada na Criação. Sem a instrução dele à mesa sobre a gloriosa provisão divina da boa alimentação, este livro definitivamente não teria acontecido.

A minha mãe, que com amor cuidou de mim e que também colocou em prática o amor do meu pai à Criação de Deus ao fazer pratos belos e nutritivos dia após dia (mesmo quando eu não queria), e por me ensinar o amor à hospitalidade e comunhão à mesa.

A meus pais e mães de gerações anteriores, que me legaram uma herança piedosa e uma boa ética trabalhista; a meu avô, que trabalhou duro na agricultura como agente de extensão, e às gerações dos meus antepassados, que trabalharam como fazendeiros ao longo da história.

Ao meu Pai celestial, o Deus triúno, criador e sustentador de tudo, que me salvou do juízo eterno para o relacionamento pactual consigo, e que me deu sua Palavra como guia para a vida. Tudo o que eu ou minha família já fizemos, bom ou digno de louvor, deve-se apenas à sua graça, e a ele seja toda a glória.

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO À ALIMENTAÇÃO .∞ 9

ALIMENTAÇÃO E SAÚDE .∞ 15

ALIMENTAÇÃO E CULTURA .∞ 29

ALIMENTAÇÃO E ECONOMIA .∞ 45

ALIMENTAÇÃO E CRIAÇÃO .∞ 67

CONCLUSÃO .∞ 77

BIBLIOGRAFIA .∞ 81

Um

INTRODUÇÃO À ALIMENTAÇÃO

Como, então, devemos comer? Em tempos recentes, houve uma invasão de dietas, estudos, pesquisas, declarações, disputas, ações judiciais, filmes e livros — todos sobre o assunto da alimentação. Há muita confusão sobre o tema, em especial depois de a centralização da ciência e da alimentação entrar em discussão, e que todo o mundo parece ser especialista com um conjunto de ideias próprio sobre comida. Vivemos em um tempo semelhante à Reforma Protestante do século XVI, quando a Igreja Católica Romana centralizadora foi colocada em questão, motivando o homem comum a estudar a Escritura por si mesmo. Essa foi uma grande oportunidade para os cristãos voltarem à Escritura e serem edificados a partir do fundamento sólido. No entanto, isso também permitiu que os anabatistas e outras seitas autônomas e heterodoxas se formassem e agissem com excesso. Hoje em dia, a indústria centralizada da alimentação é posta em questão, e assim, o homem comum agora está pesquisando o assunto por si mesmo. Isso é ótimo porque nos permite voltar ao que a Escritura diz sobre o tema e elaborar uma linha de pensamento sobre ela, mas também permite o mesmo para muitos extremistas independentes que se tornaram os “anabatistas da indústria de alimentação”.

Cresci em um ambiente único. Em primeiro lugar, estou acostumado com descentralização porque meus pais educaram a mim e a meus irmãos em casa, em vez de nos enviar a escolas públicas. Isso me permitiu ficar “desconectado” do sistema público de educação centralizado, capacitando-me estudar o mundo de Deus a partir de uma perspectiva bíblica. Em segundo lugar, meu pai, Neal Bringe, é doutor em Ciência de Alimentos, e trabalhou na indústria de alimentação desde 1989. Muitas vezes, nossas discussões no jantar giravam em torno de nutrição e da beleza da comida, do ponto de vista científico e cultural. Durante anos, meu pai partilhou muita sabedoria comigo, por meio de seu discipulado relacional sobre alimentação. Esse conhecimento me forneceu as credenciais que uso para escrever este livro. Não tenho formação em alimentos ou nutrição, mas eu as derivo das instruções do meu pai, como de outros homens piedosos como meu pastor. Esses homens formaram meu pensamento e me deram uma perspectiva equilibrada e única sobre o assunto. Pela graça de Deus, espero que este livro ajude outras pessoas a perceberem as grandes verdades eternas encontradas na Palavra de Deus, que nos ajudarão a reconstruir o entendimento correto da alimentação em meio à grande confusão de nossos dias.

O que há de tão importante na alimentação? É realmente um tema digno de tanta atenção? No nível mais básico, podemos ver que, embora façamos nossa comida, a comida também nos faz. Você não pode escapar da alimentação. É uma das necessidades básicas de sobrevivência; existem poucas coisas mais integradas à nossa vida. O que mais você faz três vezes ao dia por toda a sua vida? O que escolhemos comer afeta muito nossa vida, e nossa vida afeta a comida que

Introdução à Alimentação

escolhemos. É de importância vital pensar sobre a alimentação. Neste livro, percorreremos suas interações com nossa vida enquanto estudamos essa dádiva do Senhor Deus todo-poderoso.

A alimentação é um assunto sensível para as pessoas porque está bastante arraigada em quem somos. A comida não apenas nos sustenta fisicamente, mas também alimenta uma parte de nossas necessidades emocionais. Comida é uma maneira de celebrar e uma maneira de lamentar. É uma forma de lembrar e uma forma de esperar. É um assunto sobre o qual tomamos decisões constantes; logo, ela revela quem somos. O que fazemos é resultado de quem somos. Nossas crenças sobre as coisas determinarão como interagimos com elas. A comida é parte de nossa cultura e visão de vida. Ela mostra o que valorizamos e no que cremos. Por exemplo, se alguém acredita que o prazer tem valor último, então comerá a comida que produz o máximo de sabor e prazer sensual. Se alguém acredita que a vida mortal tem valor último, então será dominado pelo cuidado com o corpo, ou perderá a esperança e não se importará com o que come. Ideias têm consequências, e o que as pessoas comem ilustra esse princípio.

Comida é um assunto igualmente estudado por nutricionistas e chefes de cozinha. De modo geral, o nutricionista científico analisa a composição da comida: nutrientes saudáveis e toxinas ou bactérias nocivas, de modo geral desconsiderando a arte da alimentação. Então, o *chef* examina o sabor e a apresentação do prato com pouca consideração às consequências para a saúde. Ou você termina com um alimento nutritivo, mas insípido, ou uma comida bastante

saborosa, mas um “ataque cardíaco no prato”. Assim, a alimentação consiste em um assunto complexo por ser fonte de nutrição e beleza. Os dois aspectos são importantes para os cristãos. Por sermos cristãos, todo o nosso ser é valioso, tanto a alma quanto o corpo; logo, a saúde é importante e não deve ser marginalizada como um assunto sobre o qual apenas os “maníacos por saúde” pensam. “Portanto, irmãos, rogo-lhes pelas misericórdias de Deus que se ofereçam em sacrifício vivo, santo e agradável a Deus” (Rm 12.1). “Se você encontrar mel, coma apenas o suficiente, para que não fique enjoado e vomite” (Pv 25.16). Mas a beleza dela — o visual, o aroma, o sabor, a atmosfera e as emoções ao redor — também é importante. “Coma mel, meu filho. É bom. O favo é doce ao paladar” (Pv 24.13). Trata-se do equilíbrio entre a revista científica, repleta de informações, em sua maioria, áridas e impraticáveis, e o romance, repleto de sentimentos que podem ser enganosos. Assim, devemos equilibrar a alimentação saudável com pratos que tragam as emoções corretas para a ocasião. Veremos o que a Bíblia diz sobre esses valores em relação à comida, e também descobriremos que esses aspectos não são necessariamente opostos um ao outro, mas estão interconectados e podem trabalhar juntos.

Como comemos é tão importante quanto o que comemos. Grande parte da nossa cultura é construída em torno do materialismo, em que o trabalho é apenas uma forma de conquistar a prosperidade material. Trabalhar por algo que não produz bens é considerado um esforço extra e desnecessário. Isso inclui música, dança, pintura, religião, família, relacionamentos não voltados para os negócios, alimentação de qualidade etc. Muitas refeições são feitas a caminho da próxima

Introdução à Alimentação

reunião ou evento, a fim de nos manter em pé. As pessoas querem refeições rápidas, que saiam logo do caminho para o pronto regresso ao trabalho. A comida não é vista como algo digno de trabalho na cozinha (a não ser que seu salário venha disso). Assim, nossa alimentação perde qualidade e se transforma só em competição para produzir o material comestível mais barato, conveniente e agradável aos sentidos, que inevitavelmente possui uns poucos miligramas das últimas substâncias químicas estudadas pela ciência para aliviar a consciência culpada. Como veremos, essa não é a visão bíblica de trabalho ou alimentação.

A comida é parte da criação de Deus, e nosso conceito da criação afetará como a enxergamos. Se alguém é orgulhoso e despreza os desígnios divinos, confiará nas próprias forças para transformar um alimento em uma nova criação. Quando, em seu orgulho, o homem tenta se revoltar contra o Criador e criar o próprio mundo, ele não pode deixar de se corromper porque a humanidade é depravada e pecadora (Rm 3.12). É possível errar também quando se adora a criação em lugar do Criador. Assim, ele estará contente em deixar o mundo como está e tornar-se o “bom selvagem” amado pelos humanistas. Ele se esquece de que somos chamados para dominar o mundo e esforçar-nos para torná-lo frutífero: “O SENHOR Deus colocou o homem no jardim do Éden para cuidar dele e cultivá-lo” (Gn 2.15). “Sejam férteis e multipliquem-se! Encham e subjuguem a terra! Dominem sobre os peixes do mar, sobre as aves do céu e sobre todos os animais que se movem pela terra” (Gn 1.28). Analisaremos a comida como parte da criação divina e examinaremos como devemos enxergá-la e usá-la.

A FILOSOFIA CRISTÃ DA ALIMENTAÇÃO

Assim, entramos no tema da visão cristã da alimentação. É uma ferramenta para a sobrevivência? É uma expressão de personalidade e emoções? É parte do belo ambiente doméstico ideal? É uma criação divina fantástica que devemos utilizar com cuidado? São todas as anteriores?