

SEMANA 3

Alimento Sólido e Saudável

Você ainda está no leite — ou já come comida de verdade?

1 CORÍNTIOS 3.1-3 · 6.19-20 · APOCALIPSE 3.20

1 O Problema do Paladar Infantil

O cérebro ama prazer, vai pela lei do menor esforço e busca o caminho mais fácil. Isso vale também para a fé: tendemos a preferir o que é leve, fácil e imediato. Paulo identificou isso em Corinto — crentes que ainda não suportavam alimento sólido não por falta de tempo, mas por imaturidade.

“Dei-lhes leite e não alimento sólido, pois vocês não estavam em condições de recebê-lo. De fato, vocês ainda não estão em condições porque ainda são carnis.

1 CORÍNTIOS 3.1-3

O paladar infantil na fé tem origens parecidas com o da alimentação: hábito e criação, fatores emocionais e uma tendência natural ao conforto que, se não for trabalhada, nos mantém no mesmo nível por anos.

2 Leite ou Comida Sólida?

Leite espiritual

Conteúdo raso, fácil de digerir, sem exigência de mudança. Satisfaz no momento, mas não sustenta o crescimento.

Alimento sólido

Palavra aprofundada, oração real, comunhão, serviço. Exige esforço — mas produz maturidade e resistência.

REFERÊNCIA — MINNESOTA STARVATION EXPERIMENT

A inanição prolongada destrói o corpo lentamente. Da mesma forma, uma dieta espiritual pobre em nutrientes produz consequências acumuladas — mesmo que o crente não perceba no curto prazo.

3 Os Nutrientes Espirituais

Paulo diz que o corpo é santuário do Espírito Santo e deve glorificar a Deus (1 Co 6.19-20). Cuidar da saúde espiritual não é opcional — é mordomia. Os "nutrientes" que sustentam uma fé sólida são:



Palavra de Deus

alimento diário e profundo



Oração

diálogo real com o Pai



Adoração

postura de entrega e foco



Comunhão

vida em comunidade real



Serviço

colocar a fé em prática — a fé que não serve, não sustenta

“Eis que estou à porta e bato. Se alguém ouvir a minha voz e abrir a porta, entrarei e cearei com ele, e ele comigo.

APOCALIPSE 3.20

4 Perguntas para o Grupo

- 01 Você diria que sua dieta espiritual atual é mais de leite ou de alimento sólido? O que te leva a isso?
- 02 Dos cinco nutrientes (Palavra, Oração, Adoração, Comunhão, Serviço), qual você mais negligencia?
- 03 Jesus bate à porta para "cear" — uma refeição demorada. O que isso diz sobre o tipo de presença que Ele quer ter na sua vida?