



## **Vegetarianismo nas Escrituras Sagradas** **Antigo e Novo Testamento**

## **Introdução**

O debate sobre o vegetarianismo não se restringe apenas a questões contemporâneas de saúde, ética ou ecologia. Ele também possui raízes profundas no campo da espiritualidade e da tradição religiosa. Tanto o Antigo como o Novo Testamento contêm passagens que permitem refletir sobre o papel da alimentação humana e a relação do ser humano com os animais e a criação. Neste estudo, examina-se como as Escrituras Sagradas apresentam fundamentos que podem ser interpretados como favoráveis a uma dieta vegetariana, bem como os limites e contextos dessas passagens.

## **Vegetarianismo no Antigo Testamento**

### **1. O projeto original da criação**

No relato da criação em Gênesis, encontra-se a primeira menção à dieta humana:

“E disse Deus: Eis que vos tenho dado toda erva que dá semente, que está sobre a face de toda a terra, e toda árvore em que há fruto que dá semente, ser-vos-ão para mantimento” (Gn 1:29).

Esse texto apresenta uma perspectiva primordial: a alimentação humana foi concebida, originalmente, de

forma vegetariana, baseada em frutos e sementes. O consumo de carne não aparece como parte do plano inicial divino, mas como uma concessão posterior.

## **2. A concessão pós-diluviana**

Após o dilúvio, Deus concede a Noé e seus descendentes a permissão para consumir carne:

“Tudo quanto se move, que é vivente, será para vosso mantimento; tudo vos tenho dado, como a erva verde” (Gn 9:3).

Esse versículo mostra uma mudança, interpretada por muitos estudiosos como uma adaptação a um contexto de sobrevivência. A humanidade, após o cataclismo, recebe liberdade alimentar ampliada. Contudo, há restrições éticas: o sangue, símbolo da vida, não poderia ser ingerido (Gn 9:4). Essa ressalva indica que, mesmo diante da permissão, a sacralidade da vida animal continuava presente.

## **3. A legislação mosaica**

A Lei mosaica não impôs o vegetarianismo, mas estabeleceu categorias de animais "puros" e "impuros" (Lv 11; Dt 14). Essa regulamentação revela um controle religioso e simbólico sobre a dieta carnívora, distinguindo o povo de Israel das demais nações. Entretanto, surgem exemplos individuais de escolha vegetariana por motivos espirituais.

#### 4. O exemplo dos quatro jovens hebreus na Babilônia

Um dos relatos mais notáveis encontra-se em Daniel 1:8-16. Daniel, Hananias, Misael e Azarias, jovens de linhagem nobre de Judá levados para a corte de Nabucodonosor, recusaram-se a participar das iguarias e do vinho da mesa real. Eles pediram para consumir apenas **legumes e água**, em um ato de fidelidade às suas tradições religiosas e de preservação de pureza espiritual.

O chefe dos eunucos temia que tal dieta os deixasse debilitados, mas Daniel propôs um **teste de dez dias**. O resultado surpreendeu: sua aparência tornou-se melhor e mais saudável do que a dos jovens que comiam carne e bebiam vinho do rei. O responsável, convencido, permitiu que continuassem com a dieta vegetariana.

Esse episódio constitui um exemplo concreto e simbólico de que a abstinência da carne podia ser entendida não apenas como uma questão alimentar, mas como prática de **disciplina espiritual, fidelidade religiosa e saúde física**. A narrativa ressalta que a opção pelo vegetarianismo não diminuía, mas fortalecia o vigor e a sabedoria daqueles que o praticavam.

## **Vegetarianismo no Novo Testamento**

### **1. A relativização dos alimentos**

No Novo Testamento, observa-se um deslocamento: o centro da fé cristã não está mais na dieta, mas na atitude do coração. Jesus afirma:

“O que entra pela boca não contamina o homem, mas o que sai da boca, isso é o que contamina o homem” (Mt 15:11).

Com isso, relativiza-se o papel dos alimentos para a salvação. Porém, não se elimina a possibilidade de o cristão adotar voluntariamente práticas alimentares mais restritivas.

### **2. A liberdade cristã e o respeito mútuo**

Paulo aborda diretamente a questão em suas cartas. Em Romanos 14, ele defende a liberdade cristã na escolha alimentar, mas exorta ao respeito entre irmãos:

“Um crê que de tudo pode comer, e outro, que é fraco, come legumes. O que come não despreze o que não come; e o que não come não julgue o que come” (Rm 14:2-3).

Aqui, o vegetarianismo aparece como uma prática legítima, embora não obrigatória. O apóstolo enfatiza que cada escolha deve ser feita “para o Senhor” (Rm 14:6), e

que a caridade e a consciência são mais importantes que a imposição de regras alimentares.

### 3. O jejum de carnes como prática espiritual

O Novo Testamento também valoriza o **jejum** como disciplina de oração, purificação e busca de proximidade com Deus (Mt 6:16-18; At 13:2-3). Embora o texto não especifique sempre o tipo de abstinência, a tradição cristã primitiva desenvolveu a prática de jejuns alimentares parciais — entre eles, a **abstinência de carnes**.

O jejum de carnes, inspirado na sobriedade bíblica, pode ser entendido como uma forma de retomar o ideal do Éden e de imitar a disciplina dos profetas. Essa prática foi mantida por séculos na tradição cristã (por exemplo, nas abstinências da Quaresma), baseada na lógica neotestamentária de que o corpo é templo do Espírito Santo (1Co 6:19-20) e deve ser disciplinado (1Co 9:27).

Assim, o jejum de carnes não é apenas renúncia, mas expressão de **simplicidade, humildade e domínio de si mesmo**, valores centrais na espiritualidade cristã.

### 4. O ideal escatológico

Algumas passagens proféticas sugerem uma visão futura de harmonia entre os seres vivos, sem violência ou derramamento de sangue:

“O lobo habitará com o cordeiro, e o leopardo se deitará junto ao cabrito [...] e a vaca e a ursa pastarão juntas” (Is 11:6-7).

Esse quadro messiânico pode ser interpretado como a restauração do plano original da criação, em que o vegetarianismo simboliza uma paz universal e a superação da violência.

### **Reflexão Teológica**

O vegetarianismo bíblico pode ser compreendido em quatro perspectivas complementares:

1. **Origem** – No Éden, a dieta humana era vegetariana, simbolizando harmonia com a criação.
2. **Concessão** – Após o dilúvio, a carne tornou-se permitida, mas regulada, refletindo a adaptação à condição humana.
3. **Exemplos de fidelidade** – Daniel e seus companheiros mostraram que a dieta vegetariana podia ser vivida como testemunho espiritual e exemplo de saúde.
4. **Liberdade e jejum** – No Novo Testamento, a alimentação é questão de consciência e liberdade, mas a abstinência, inclusive de carnes, surge como

uma forma legítima de jejum, disciplina e busca de santidade.

## Conclusão

O vegetarianismo, à luz da Bíblia, pode ser visto tanto como ideal divino na criação quanto como escolha ética e espiritual no presente. O Antigo Testamento enfatiza o projeto inicial da alimentação baseada em vegetais, as restrições impostas após o dilúvio e o exemplo dos jovens hebreus que se destacaram pela sua fidelidade ao adotar uma dieta sem carne. O Novo Testamento, por sua vez, valoriza a liberdade, a consciência individual e a harmonia comunitária, mas também legitima práticas como o **jejum de carnes**, compreendido como ato de disciplina espiritual e aproximação de Deus.

Assim, o cristão que opta por uma dieta vegetariana permanente ou temporária, seja por saúde, ética ou devoção, encontra nas Escrituras respaldo teológico e espiritual para sua prática, interpretando-a como expressão de cuidado com o corpo, reverência à vida e antecipação de uma realidade futura de paz universal.

