



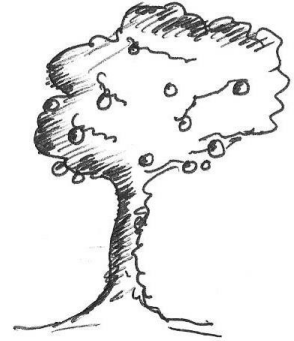
# Dieu nous donne des aliments sains

## ❓ Pourquoi utiliser cette étude biblique ?

Cette étude biblique nous aide à découvrir ce que la Bible nous révèle sur l'importance d'une alimentation saine.

## 📖 Les fruits des arbres

Lisez **Genèse 1:11-13 et 29-31**. Discutez des principaux aliments qui sont consommés dans votre région. Quelle proportion vient de légumes à graines ou d'arbres ?



Dieu a tout d'abord choisi un régime végétarien pour nous. Il a permis aux humains de manger seulement des aliments comme des graines, des arachides, des légumes et les fruits des arbres. Cependant, après le déluge, il a donné permission de manger de la viande. Il a fait savoir aux gens qu'il ne fallait pas qu'ils consomment du sang ou de la graisse et qu'il fallait manger uniquement les animaux « propres » se nourrissant seulement de plantes ou d'insectes, non pas la viande impure provenant des charognards (voir Lévitique 11). Les lois sur les aliments ont été données aux Israélites pour les désigner comme peuple de Dieu mais elles étaient aussi bonnes pour leur santé.



## Points clés

- Dieu nous a donné une variété d'aliments sains pour que nous en jouissions et pour nous aider à rester en bonne santé.
- La Bible nous enseigne que notre corps est le temple du Saint-Esprit, et que nous devons veiller à le garder sain et à ne pas le détruire.
- Dieu se soucie de la façon dont nous traitons notre corps, du soin que nous en prenons et des aliments que nous consommons.



## Questions pour la discussion

Lisez **Genèse 9:1-5**. Dieu réalise une nouvelle alliance sur la nourriture, cette fois avec Noé et sa famille.

- Qu'est-ce qui a changé par rapport à la première alliance faite dans Genèse 1 ?
- Quels nouveaux aliments sont à leur disposition ? À votre avis, d'où vient ce

Sensibilisation

Enfants et jeunes

Climat et environnement

Conflits et consolidation de la paix

Gouvernance et corruption

Gestion des risques de catastrophe

Discrimination et inclusion

Alimentation et moyens de subsistance

Égalité des sexes et Violences sexuelles

Santé et VIH

Influencer les décideurs

Migration et traite des personnes

Eau, assainissement et hygiène

changement ?

- À votre avis, pourquoi Dieu déclare-t-il qu'il ne faut pas manger la viande avec son sang ?
- Pourquoi cette loi ne s'applique-t-elle pas à nous, de nos jours ?

### Lisez Corinthiens 3:16-17.

- Selon vous, que signifie l'affirmation que notre corps est le temple de l'esprit de Dieu ?
- Comment pouvons-nous nous veiller à garder notre corps saint et à ne pas le détruire ?



## Notes

Cette étude biblique a été adaptée d'une étude publiée pour la première fois par Tearfund (en 2005) dans Pas à Pas 65 : *Ajouter de la valeur à la nourriture*.

[http://tilz.tearfund.org/fr-fr/resources/publications/footsteps/footsteps\\_61-70/footsteps\\_65/](http://tilz.tearfund.org/fr-fr/resources/publications/footsteps/footsteps_61-70/footsteps_65/)

### Outils complémentaires

- B – Un bon choix d'alimentation (étude biblique) [*B: Alimentation et moyens de subsistance-1*]
- C2 – Élevage de bétail [*C2: Alimentation et moyens de subsistance-2*]
- C2 – L'élevage de volailles [*C2: Alimentation et moyens de subsistance-3*]
- C2 – Aménager des jardins potagers ruraux [*C2: Alimentation et moyens de subsistance-8*]
- C2 – Aménager des jardins potagers urbains [*C2: Alimentation et moyens de subsistance-9*]
- C2 – Transformer et conserver des produits frais [*C2: Alimentation et moyens de subsistance-11*]

Sensibilisation
Enfants et jeunes
Climat et environnement
Conflits et consolidation de la paix
Gouvernance et corruption
Gestion des risques de catastrophe
Discrimination et inclusion
Alimentation et moyens de subsistance
Égalité des sexes et violences sexuelles
Santé et VIH
Influencer les décideurs
Migration et traite des personnes
Eau, assainissement et hygiène