Valorize Mais a Sua Vida

A. Balbach

Valorize Mais a Sua Vida















Valorize Mais a Sua Vida

A. Balbach

Autor de: Como Ter Êxito na Vida, Grandes Factos e Problemas do Mundo, Conhecereis a Verdade Novo Mundo, Meus Filhos, Lar Ideal,

> Edições Une Apartado 27 001 1201-950 LISBOA PORTUGAL







Título original: *Put More Value Into Your Life*Tradução: David P. Silva
Paginação: Mário Félix - Artes Gráficas
Fotografia da Capa: Shutterstock
Impressão e acabamento: Printer Portuguesa

Todos os direitos reservados. Nenhuma parte desta obra pode pode ser reproduzida, armazenada, transmitida de nenhuma forma nem por nenhum meio, sem a prévia autorização dos editores.

> Edição Portuguesa 2008 © Edições Une – Apartado 27 001 – 1201-950 Lisboa

> > ISBN 978-972-99908-8-5 Depósito Legal n.º 281767/08

> > > Impresso em Portugal







Índice

Valorize Mais a Sua Vida

Prefácio	7
1. Que é o Homem?	11
2. O Valor do Homem	16
3. Qual é o propósito da sua vida	20
4. Fixou um objectivo para a sua vida	26
5. O seu êxito depende da sua perseverança	34
6. Não se considere derrotado antecipadamente	39
7. Pode vencer o desânimo	
8. Pode vencer os seus medos	48
9. Não se deixe vencer pela ansiedade	56
10. Ultrapasse as suas preocupações	63
11. Cura mental: verdadeira e falsa	
12. Cuidado com a superstição	81
13. A arte de permanecer jovem e viver mais	88
14. Drogas, álcool e cigarro: amigos ou inimigos?	98
15. Viva contente	102
16. A grande necessidade do ser humano	108
17. Use sabiamente o seu tempo	





18. A pontualidade vale mais que o dinheiro	118
10.71 polituaridade vare mais que o difficiro	110
19. Use sabiamente o seu dinheiro	123
20. Cultive o dom da comunicação	130
21. Tenha cuidado com a negligência e o descuido	138
22. Possua senso de direcção	142
23. Pense de maneira positiva	146
24. Pode transformar o pior no melhor	151
25. Tenha fé em Deus	159
26. O poder de falar com Deus	169
27. Lute para ser vitorioso	173
28. Antes que seja tarde demais	188







Prefácio

O universo é governado de acordo com inúmeras leis que são obedecidas pelas estrelas, pelos planetas e pelos satélites. Plantas, animais e seres humanos estão todos sujeitos a leis específicas. As obras da criação revelam uma organização perfeita que aponta para uma Inteligência, um grande Legislador, que estabeleceu leis precisas para reger o universo e para assegurar a vida nesta terra.

A vida humana, em todas as suas fases, é governada por leis. A navegação aérea, por exemplo, depende de leis precisas, a que os pilotos devem obedecer. Não pode haver excepção, ou negligência, ou descuido no ar. O piloto deve respeitar as regras ou sofrer as consequências.

Quando consideramos o corpo humano, vemos de novo a mão do nosso Criador nas leis biológicas que preservam a nossa existência na terra. A violação dessas leis produz enfermidade, deformidade, e morte prematura. Se o embrião é prejudicado no ventre materno por causa de hábitos erróneos da mãe com respeito à saúde, o seu bebé pode manifestar defeitos físicos e mentais. Hábitos dietéticos erróneos podem causar grande número de enfermidades. Onde as leis de Deus são violadas, há efeitos calamitosos.

A seguinte observação vem de Voltaire, conhecido escritor céptico da França, que morreu pouco antes da Revolução Francesa: "Os filósofos jamais necessitaram de Homero ou dos fariseus para







se convencerem de que tudo é regido por leis imutáveis; que tudo está estabelecido; que tudo constitui necessário efeito de uma causa anterior".

A nossa vida moral e espiritual é governada, não por acaso, mas por um código dado por Deus. A obediência às Suas leis produz bênçãos. A desconsideração das Suas leis traz um estado caótico em nossas mentes, às nossas almas e ao nosso comportamento. Eis porque há tantas personalidades fracassadas neste mundo.

Immanuel Kant, filósofo alemão, afirmou: "Duas coisas me impressionam com temor: [as leis dos] céus estrelados acima, e a lei moral interna." Afirmava o grande pensador que as leis que governam esses dois mundos são igualmente válidas e inevitáveis. Graças à lei moral, o homem foi dotado de inteligência e consciência para prever a relação de causa e efeito em todas as suas acções.

Às vezes, pensamos e falamos como se os seres humanos estivessem sob o controlo do acaso e das circunstâncias, e como se estes fossem os principais factores que fazem a diferença entre as pessoas bem sucedidas e as infelizes, entre os vencedores e os perdedores, entre a vitória e a derrota. Isso pode ser verdade em alguns casos. Como regra geral, entretanto, o homem escolhe o conjunto de circunstâncias que controlarão a sua vida. A Bíblia ensina: "Não vos enganeis: de Deus não se zomba; pois aquilo que o homem semear, isso também ceifará". Gálatas 6:7.

O que representa a vida para si? Em que está mais interessado? Na aquisição de riqueza? Não se engane. Muitos ricos têm tirado a própria vida porque as suas riquezas não lhes trouxeram a necessária segurança e paz de consciência. Um rico avarento, que nada mais têm que dinheiro, pode ser mais pobre que o mendigo na rua.

Poderia dizer que procurar prazeres mundanos é o principal objectivo da sua vida? Repito: Não se engane. Não há satisfação duradoura em contentar os desejos da carne. Quanto mais fundo







uma pessoa se atola no pântano do pecado, tanto mais se odiará a si mesma.

Alguém afirmou que, quando se adquire riqueza, nada se ganha; mas quando se desenvolve uma personalidade nobre, faz-se uma grande conquista.

Mas isso não é tudo. Estou certo de que, à sua nobre personalidade, o leitor desejará acrescentar êxito em todos os caminhos dignos da vida. E também deseja acrescentar boa saúde, tanto física como espiritual. Entretanto, mesmo então, pode não encontrar alegria completa nas suas aquisições. Porquê? Porque quanto mais idoso e sábio alguém se torna, tanto mais segurança deseja ter quanto ao seu futuro eterno. Com essa certeza acima de todas as outras coisas, sentir-se-á realizado.

Para alcançar esse elevado ideal, o ser humano necessitará continuamente de coragem e orientação nas suas batalhas. Se está realmente determinado a ter vitórias após vitórias onde outros têm sofrido derrota após derrota, este livro prestar-lhe-á grande ajuda.

A. Balbach













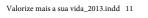
Que é o Homem?

Crê-se de modo geral, especialmente entre os chamados eruditos, que toda a vida nesta terra tem um ancestral comum. Essa crença é correcta desde que se reconheça a Deus na Sua posição, mas qualquer outra conclusão é incorrecta, para dizer o mínimo.

Teorias especulativas classificam o ser humano como estando intimamente relacionado com o macaco e afirmam que o homem descende realmente de uma criatura simiesca. Tais teorias não podem ser mantidas em nome da ciência por uma simples razão: "Ciência é conhecimento comprovado, isto é, conhecimento que pode ser ratificado e comunicado a outros". George Simpson. Portanto, o evolucionismo não pode ser tratado como ciência. É nada mais que uma teoria especulativa.

"Um número crescente de cientistas, particularmente um número crescente de evolucionistas..., argumentam que a teoria evolucionista darwiniana não é teoria genuinamente cientifica em absoluto... Muitos dos críticos têm as mais elevadas credenciais como intelectuais". Michael Ruse, *New Scientist* (Grã-Bretanha), 25 de Junho de 1981.

Em relação ao livro de Darwin, *Origem das Espécies*, um evolucionista escreveu: "Temos aqui a ironia suprema. Um livro que se tornou famoso por explicar a origem das espécies, em





realidade não explica nada nesse sentido". Christopher Booker, *The Star* (Joanesburgo), 20 de Abril de 1982. Além disso, Booker acrescenta: "Um século depois da morte de Darwin, ainda não temos a menor ideia demonstrável ou mesmo plausível de como a evolução realmente ocorreu e em anos recentes esse problema tem levado a uma extraordinária série de batalhas em torno do assunto como um todo". Booker admitiu honestamente: "No que se refere ao como e ao porque isso realmente aconteceu, não temos a mais leve ideia e provavelmente nunca a teremos".

Francis Hitching, evolucionista, escreveu: "Apesar de a sua aceitação no mundo científico como grande princípio unificador da biologia, o darwinismo, depois de 125 anos, acha-se em surpreendentemente grandes dificuldades". "Subitamente, uma ideia mantida por muito tempo é destruída pelo peso de uma evidência contrária e uma nova ideia toma o lugar da anterior". *The Neck of the Giraffe*, pp. 12, 7, 8.

O Dr. T. N. Tahmisian, cientista, declarou: "Os cientistas que saem por aí ensinando que a evolução é um facto da vida são grandes vigaristas, e a história que contam pode ser o maior embuste jamais visto. Para explicar a evolução, não temos sequer um só facto". *The Fresno Bee* (jornal).

Robert Jastrow, famoso astrónomo, disse: "Para seu desapontamento, [os cientistas] não têm nenhuma resposta clara, porque os químicos jamais conseguiram reproduzir os factos da natureza no que diz respeito à criação de vida a partir da matéria inerte. Os cientistas não sabem como isso ocorreu". "É difícil aceitar a evolução do olho humano [por exemplo] como obra do acaso. E ainda mais difícil é aceitar a evolução da inteligência humana como produto de certos rompimentos que tenham ocorrido por acaso nas células cerebrais dos nossos antepassados". "O olho aparece como planeado. Nenhum projec-





tista de telescópios poderia haver feito algo melhor". "Os cientistas não têm provas para dizer que a vida não é o resultado de um acto da criação". *The Enchanted Loom: Mind in the Universe*, pp. 19, 98, 100, 96, 19.

A fonte de informação infalível

Em Génesis 1:26-28, temos o registo da criação do homem, o acto coroador da criação de Deus. Primeiro, observe o que Deus planeou fazer: "Façamos o homem". O homem não veio à existência apenas através da palavra falada; apareceu como resultado de um acto criador de Deus. Deus fez o homem de material existente. Ver Génesis 2:7. De acordo com esse verso, o homem recebeu a sua vida de Deus.

O homem é colocado num plano muito mais elevado do que o restante da criação. Embora tenha carne, osso, e sangue, como a criação animal, a sua herança é de um nível muito superior. Isso se torna evidente no Salmo 8. Leia-o atentamente e então considere o verso 5: "Contudo, pouco menor o fizeste do que os anjos e de glória e de honra o coroaste". Essa é a resposta à pergunta que aparece no verso 4: "Que é o homem?" Observe cuidadosamente o elo divino nesse relacionamento-o homem não é simplesmente mais elevado do que o macaco; é, isso sim, um pouco menor do que os anjos. Que herança maravilhosa!

Ao passo que as criaturas viventes têm uma estrutura comum, há algumas diferenças fundamentais entre nós e as criaturas de nível inferior. Por exemplo: O homem possui mente (capacidade de raciocínio) e consciência (sentido moral do certo e do errado). Os animais não são dotados dessas qualidades. Tendo os animais sob o nosso controlo, fazemo-los executar a nossa vontade porque não são capazes de raciocinar da causa para o efeito.







Essa diferença mostra aonde somos levados pela teoria da evolução – controlo completo da consciência do povo por uns poucos ateus revestidos de poder controlador. Noutras palavras, onde quer que essa diferença se perca de vista, e onde quer que a consciência humana seja desconsiderada, temos uma forma de escravidão. A história de várias nações do século xx, cujos governantes ateus degradaram a dignidade humana com as mais terríveis consequências sociais, deve abrir os nossos olhos.

Deus poderia ter feito o homem como um autómato. Nesse caso, Ele controlaria os nossos desejos e intenções, e nós seguiríamos Sua vontade automaticamente. Mas Ele deu-nos o livre arbítrio, e uma compreensão das leis físicas e espirituais que nos capacita a cooperar com Ele na execução dos Seus propósitos. Ele também nos deu um relato escrito dos acontecimentos, tanto bons como maus, para que não tenhamos de andar nas trevas sem saber que consequências as nossas acções terão.

A Ciência e a Religião são parceiras

Uma escritora cristã declarou: "Todas as filosofias da natureza humana produzem confusão e vergonha quando Deus não é reconhecido como tudo em todos... Os mais profundos intelectos do mundo, quando não são iluminados pela Palavra de Deus, confundem-se e perdem-se enquanto tentam investigar os assuntos da ciência e da revelação... As teorias e especulações filosóficas querem fazer-nos crer que o homem surgiu de graus inferiores, não meramente de um estado selvagem, mas da forma mais inferior da criação animal irracional... Deus iluminou o intelecto humano, e derramou um dilúvio de luz no mundo mediante descobertas na arte e na ciência. Mas os que consideram







isso apenas dum ponto de vista humano certamente chegarão a conclusões erróneas". 7BC 906.

"A ciência sem a religião é aleijada; a religião sem a ciência é cega." Einstein.

Amigo leitor: Não nos envergonhemos da nossa origem. Não somos descendentes do macaco; somos filhos de Deus, nosso Criador.







O Valor do Homem

Frederico II ou Frederico o Grande, rei da Prússia (1712-1786), certo dia visitou uma escola e, dirigindo-se às crianças, disse-lhes:

"Quantos reinos existem?" Prontamente responderam: "Três."

"Quais são eles?" Responderam: "O reino animal, o reino vegetal e o reino mineral."

Ele então pegou numa pedra e disse: "A que reino pertence isto?" Responderam: "Ao reino mineral."

A seguir mostrou-lhes uma maçã e perguntou: "A que reino pertence esta fruta?" "Ao reino vegetal," responderam.

Então o rei chamou a atenção das crianças para seu cão e perguntou: "A que reino pertence ele?" "Ao reino animal," foi a resposta.

Finalmente o rei apontou para si mesmo e perguntou: "E a que reino pertenço eu?"

Houve silêncio absoluto por um momento. As crianças estavam desconcertadas. Seria, sem dúvida, um insulto, na classificação, comparar o amado rei com um cão. Mas uma criança teve uma ideia brilhante e encontrou uma saída. "Ao reino de Deus," disse o garotinho.

Embora o rei tivesse aversão a todas as religiões, pois aderira a uma teoria filosófica e materialista, gostou da resposta inteligente do estudante. De facto, o homem não é um mero animal. A ordem de seres à qual pertencemos é muito preciosa aos olhos do céu. Po-





demos ter a tendência de depreciar-nos pela nossa atitude em relação à vida e arruinar-nos por nossas acções, contudo, Deus ainda coloca um preço elevado em nós.

Ha maneiras correctas e erradas de calcular o valor do homem. Em conversa com os seus vizinhos, um senhor idoso afirmou estar bem na vida. Com base nessa declaração, ele era considerado um homem de fortuna. Finalmente, as suas palavras chegaram aos ouvidos do fiscal de impostos do município, que bateu à sua porta para obter dele uma declaração dos seus bens.

"E verdade que o senhor possui um grande capital?" perguntou o representante do governo.

"Sim, sou muito rico", disse o ancião.

"Neste caso, tenho de avaliar as suas posses", disse o visitante enquanto tirava a sua agenda. "Fale-me a respeito da sua riqueza".

"Desfruto de boa saúde, e a saúde vale muito", disse o ancião.

"Tudo bem", disse o fiscal. "E que mais o senhor possui?"

"Tenho uma boa esposa, e ela vale mais que diamantes".

"Parabéns! Mas, sem duvida, o senhor deve possuir mais do que isso".

"É verdade! Tenho filhos sadios, inteligentes e decentes. É uma rica posse."

"Tem mais alguma coisa?" perguntou o fiscal.

"Sim, tenho uma herança assegurada no céu. Pode um ser humano possuir algo mais precioso do que isso?"

"Mas não possui algum imóvel?"

"Não!"

"Não possui dinheiro no banco?"

"Não! Não possuo nada além daqueles tesouros que mencionei", explicou o ancião.

"Meu amigo, o senhor de facto é rico", disse o fiscal enquanto guardava a sua agenda. "E ninguém pode levar as suas riquezas, nem mesmo o governo."





O maior homem que já viveu nesta Terra ensinou: "Tende cuidado e guardai-vos de toda e qualquer avareza; porque a vida de um homem não consiste na abundância dos bens que ele possui". Lucas 12:15.

Noutras palavras, um homem que não possui outra coisa a não ser dinheiro é de facto um homem pobre.

O homem é composto de dezassete ou dezoito elementos derivados do solo e do ar. Na realidade, de um ponto de vista puramente científico, o homem é simplesmente pó.

Referindo-se à criação do homem, o escritor inspirado diz: "Então, formou o SENHOR Deus ao homem do pó da terra e lhe soprou nas narinas o fôlego de vida, e o homem passou a ser alma vivente". Depois do pecado, Deus disse ao homem: "Tu és pó e ao pó tornarás". Génesis 2:7; 3:19. Todo o homem vem à existência, começando com a primeira célula formada no ventre materno, pela absorção dos elementos contidos nos alimentos ingeridos (cereais, nozes, frutas e verduras) que vêm da terra. Indirectamente, pois, todo o homem vem do pó da terra. No que se refere à composição do homem, a ciência e o registo bíblico estão em perfeita harmonia.

Do ponto de vista comercial, o homem não vale muito. Alguém tentou calcular o valor dos vários elementos que compõem um ser humano adulto e chegou a um resultado muito baixo – pouco mais que um Euro. É uma pena que muitos, pela maneira como pensam e agem, não se valorizam mais do que essa quantia.

À vista do céu, porém, o ser humano é considerado de tão grande valor que o preço pago pela sua redenção não pode ser calculado em Euros. Pode ser avaliado somente à luz da cruz. Jesus disse: "Porque Deus amou ao mundo de tal maneira que deu o seu Filho unigénito, para que todo o que nele crê não pereça, mas tenha a vida eterna." João 3:16. E o apóstolo Pedro explicou: "Não foi mediante coisas corruptíveis, como prata ou







ouro, que fostes resgatados do vosso fútil procedimento que vossos pais vos legaram, mas pelo precioso sangue, como de um cordeiro sem defeito e sem mácula, o sangue de Cristo." 1 Pedro 1: 18, 19.

Companheiro leitor: Se considerarmos o valor que Deus lhe atribuiu, a si e a mim, não importa quão pobres sejamos, sempre diremos: "Sou rico."







Qual é o propósito da sua vida?

Certo dia, um pastor, na Alemanha, recebeu uma chamada urgente dum industrial que estava em estado de desespero. O homem insistia: "Por favor, venha imediatamente". O pastor dirigiu-se rapidamente à casa do referido senhor. À sua chegada, recebeu a triste noticia: "Meu filho acaba de suicidar-se com um tiro na boca".

Tudo parecia indicar que o rapaz não tinha razão alguma para fazer o que fez. Tinha boa saúde, boa aparência, e era um estudante bem sucedido. Dispunha de muito dinheiro para gastar. Possuía o seu próprio carro, um veículo de último modelo. Tinha tudo o que o seu coração podia desejar. E não estava envolvido em nenhum escândalo. O que o levou a pôr fim à vida? "Não vejo nenhum propósito em continuar a viver", disse ele numa carta. "Portanto, decidi pôr um ponto final. Para mim, a vida não tem sentido."

Quando li essa história, ocorreu-me a ideia de que os animais irracionais às vezes agem de maneira mais sensata que alguns seres humanos. Um dos cães do meu vizinho era visto muitas vezes na propriedade onde eu vivia. Um dia joguei-lhe um pedaço de bolo. Como ele o ignorou e se afastou, agachei-me para recolher o bocado com a intenção de colocá-lo nalgum outro lugar. Mas não fui suficientemente rápido. O cão pulou, agarrou o pedaço de bolo e afastou-se. Pensei: "Que animal inteligente! Não está com fome agora, mas sabe que poderá sentir fome mais tarde, quando o seu dono talvez não







esteja em casa para alimentá-lo". Fiz uma comparação entre o rapaz e o cão, e cheguei a uma simples conclusão: O bom senso deveria ter levado aquele jovem a raciocinar da seguinte maneira: "Há muitas questões sérias para as quais hoje não possuo resposta. Por exemplo: De momento não posso compreender a razão da minha existência. Mas poderei encontrar uma resposta convincente amanhã". Há sempre lugar para novas experiências, investigações adicionais e conclusões mais maduras.

Uma lição de uma experiência

Cientistas numa universidade efectuaram uma experiência com cães para saberem até que ponto a condição psicológica de um ser humano o leva à actividade e ao consumo de energia. De maneira que mantiveram cães sem pulgas numa jaula e cães com pulgas noutra jaula. Os animais sem pulgas levavam uma vida tranquila, porque não tinham nada contra que lutar. Como resultado, criavam problemas latindo, uivando e brigando entre si todo o tempo. Os outros, que tinham pulgas, não tinham tempo nem inclinação para se tornarem problemáticos. Estavam ocupados, durante todo o tempo, a lutar com os seus próprios problemas. E quando tinham um momento de folga, ficavam felizes por poderem descansar. Ansiavam por um momento de tranquilidade, enquanto os outros, isentos de pulgas, estavam sempre inclinados à delinquência canina.

Daquela experiência, os psicólogos extraíram uma lição que tem aplicação na vida humana. Precisamos de ter na vida um propósito pelo qual devamos batalhar e gastar as nossas energias. De contrário, tornamo-nos infelizes irrequietos, e enfadados. E não sabemos por que razão vivemos.









Fulton J. Sheen, bispo auxiliar de Nova Iorque, escreveu: "As pessoas mais enfadadas da vida não são as desprivilegiadas mas as superprivilegiadas... A moralidade é ter algo para fazer, algo por que viver... Quando a vida não tem objectivo; quando não possui acampamento, nem porto, nem ideal, é cheia de mediocridade e tédio".

Em busca de respostas

Muitas pessoas bem educadas, inteligentes e felizes, que estavam lutando com dúvidas ou haviam perdido a fé, finalmente acharam saída para o seu labirinto espiritual. Jesus disse: "Buscai e achareis." Qualquer um que esteja na condição daquele rapaz deveria compreender que um coração destituído de esperança hoje poderá estar cheio de esperança amanhã. Todo o incrédulo é um crente em potencial. Os pesquisadores honestos verão luz no fim do túnel.

Algumas vezes, quando vejo um rebanho de vacas num pasto verde, digo a mim mesmo: "Esses animais devem ser criaturas felizes." Alimentação, reprodução e autodefesa parecem ser as únicas coisas com que se preocupam. Não têm que saber por que existem. A pergunta: "Para que estamos aqui?" jamais os incomoda. Lamentavelmente, multidões de seres humanos são como aquelas criaturas irracionais. Passam por este mundo sem jamais perguntarem a si mesmos por que razão foram colocados aqui. E parecem ser felizes.

As pessoas inteligentes, porém, procuram respostas. Um grupo de estudantes estava discutindo a pergunta: "Qual é de facto o propósito da nossa vida na terra?" Um deles, que estava imbuído de ideias totalitárias, pensou ter a resposta: "Estou relacionado com a nação como a folha está relacionada com a árvore", disse ele. "A folha não é nada. A árvore é tudo." Então, o professor que estava coordenando a discussão, perguntou: "E qual é o propó-







sito da árvore na nação? Nenhuma resposta. Compreenderam que a questão era apenas empurrada para frente, mas não respondida.

Outro estudante disse: "Estou aqui para cumprir o meu dever". "Homem, estamos ainda apegados ao mesmo velho problema", disse o líder. "Alguém crê ser seu dever matar os indesejados pelo Estado [totalitário]. Outro crê ser seu dever salvar vidas, não se importando com as diferenças políticas, religiosas ou éticas. Alguém pode crer ser seu dever negar a existência de Deus. Eu creio ser meu dever proclamar a existência de Deus. Como se pode ver, se apelamos para o que cada um crê ser o seu dever, não podemos definir o propósito da vida na terra por causa das nossas respostas conflituantes".

Um terceiro estudante disse: "Quero ser médico com o propósito de salvar vidas". "Óptimo", interferiu o professor, "mas qual é o propósito das vidas humanas que deseja salvar?" Não respondeu.

Algumas pessoas agem como se quisessem dizer: "Uma vez que estou aqui sem nenhum propósito na vida, posso desperdiçá-la, seja desfrutando prazeres terrenos ou dando fim à minha existência." Se o leitor também pensa assim, gostaria de dizer-lhe: "Se ao fim descubrir que errei, não tenho nada a perder. Mas se ao fim o leitor descobrir que errou, então terá perdido a eternidade".

Que ensinam as evidências?

Num carro, todas as peças – a ignição, o volante, o velocímetro, a alavanca de marcha, o pedal do acelerador, o travão, o farol, o limpa-pára-brisas, etc. – tudo tem o seu devido lugar, cumprindo um propósito específico. Deveríamos então chegar à conclusão de que, quando todas as peças estão ligadas umas às outras no veícu-









lo, o automóvel não tem propósito? Ideias disparatadas penetram às vezes mesmo na mente de homens sensatos, mas essa conclusão seria demasiado absurda para uma mente inteligente. Consideremos, por comparação, um ser humano. Cada órgão tem um propósito específico. Pensamos, não porque fomos acidentalmente dotados de inteligência, como alguns dizem, mas porque a mente nos foi dada com o propósito específico de pensar. Vemos, não por acidente, mas porque os olhos foram planeados para o propósito especifico de ver. Não ouvimos apenas porque temos ouvidos. Pelo contrário, temos ouvidos para ouvir. Os corpúsculos gustativos na língua e as células olfativas nas fossas nasais funcionam juntos e estão no lugar certo, perto um do outro, não apenas para tornar o alimento mais gostoso, mas também para advertir-nos contra possíveis perigos no alimento. Se cada parte da "maquinaria" humana foi projetada para exercer uma função específica, seria lógico concluir, daí, que essa "máquina" que chamamos homem não tenha propósito algum? Tal conclusão seria incompatível com o bom senso.

Quem pode definir o propósito da nossa vida?

Se fôssemos demasiado ignorantes para compreender a função de um carro, perguntaríamos ao fabricante e ele nos diria com que objectivo fabricou o veículo. E se quisermos saber porque fomos criados, devemos perguntar ao Criador. A razão humana diz-nos que a nossa vida na terra tem um propósito específico, mas não pode dizer qual é esse propósito. Somente Deus pode dizer qual era o Seu objectivo ao criar-nos. Eis onde o jovem mencionado anteriormente cometeu um sério erro. Pelo raciocínio humano, ele desejava descobrir o porquê da sua existência, e, naturalmente, buscava uma resposta que pudesse satisfazer a sua mente carnal. Não a encon-







trou, porém. Um médico suíço escreveu: "Se a pessoa não encontrar resposta às grandes questões vitais, haverá uma ferida, um trauma em sua alma."

Finalmente, que representa a vida para si?

De acordo com as Escrituras Sagradas, esta vida é uma escola preparatória para a nossa aceitação no reino de Deus. É verdade que os indiferentes, que não estão interessados no plano de Deus, não acharão sentido na sua existência aqui. Para eles, a vida não tem sentido. Sem Deus, sem salvação e sem esperança, perecerão com o restante do mundo, porque esse é o destino que escolheram.

"Ora, o mundo passa, bem como a sua concupiscência; aquele, porém, que faz a vontade de Deus permanece eternamente." 1 João 2:17.

Amigo leitor: A nossa vida nesta terra tem um propósito elevado. Se não perdermos de vista esse facto, poderemos dizer que não vivemos em vão.







Fixou um Objectivo para a sua Vida?

De acordo com uma lenda chinesa, um homem chamado Shu Ping-man, que viveu no século rv a. C., tinha uma aspiração bem definida. Era seu sonho tornar-se um famoso caçador de dragões. Com esse objectivo, vendeu a sua casa e outros bens, reunindo dinheiro suficiente para as despesas escolares. Depois de três anos de curso, graduou-se como especialista em caçar dragões. Era pobre mas orgulhoso, julgando-se um homem realizado. Mas logo sofreu o maior desapontamento da sua vida quando descobriu que não havia nenhum dragão na China ou em qualquer outro lugar do mundo. Tarde demais deu-se conta de que o seu plano era baseado numa ilusão. Pensou que sabia o que queria, mas não sabia.

As pessoas nem sempre sabem o que realmente desejam. Alguns indivíduos são controlados por ambições irrazoáveis, improdutivas e impossíveis. Outros tentam executar planos criminosos e, dessa maneira, envolvem-se em problemas e trazem desgraça às suas famílias.

A maioria, naturalmente, dir-nos-á que realmente sabem o que querem: Dinheiro! Dinheiro! Dinheiro! Com muito dinheiro, imaginam que podem levar uma vida feliz e fácil, e realizar todos os seus impulsos e desejos. "Se puder juntar um capital sólido", dizem, "poderei cruzar os braços, descansar, e desfrutar dos prazeres deste mundo". O homem comum, de modo geral,







busca posição, poder e riqueza. O dinheiro em si mesmo não é um mal, mas "o amor do dinheiro é a raiz de todos os males" (1 Timóteo 6:10).

A maior parte dos indivíduos que entretém essa ideia infeliz nasceram pobres e morrerão pobres, apesar do seu desejo vitalício de se tornarem ricos. Deus não lhes deu nenhuma habilidade para juntar dinheiro, porque sabe que o usariam de forma errada e se arruinariam a si mesmos. Para o seu próprio bem, devem permanecer pobres enquanto viverem. Mesmo que alguns deles se tornem ricos, de acordo com o padrão mundano de riqueza, ainda assim são pobres, muito pobres, nos aspectos mais importantes da vida, porque não possuem as condições essenciais para uma existência próspera, frutífera e feliz. E a pobreza espiritual pode mesmo dar lugar ao desespero e ao desânimo.

Alguns, todavia, são abençoados com capacidades administrativas e financeiras. A mão de Deus está com eles para que usem de maneira conveniente o dinheiro ganho com sacrifício. Não se esquecem de partilhar as bênçãos que recebem. Separam parte das suas rendas para a assistência social, provendo alimento para os famintos, roupa para os nus, protecção para os sem abrigo, etc. Compreendem ser essa a sua responsabilidade. E quanto mais dispostos estão a fazer sacrifícios, tanto mais recebem. Com eles se cumprem as promessas de Deus: "Provai-me nisto, diz o SENHOR dos Exércitos, se eu não vos abrir as janelas do céu e não derramar sobre vós bênção sem medida". Malaquias 3:10.

Há os que não têm nenhuma aspiração, nenhuma ambição e nenhum objectivo na vida. Não têm absolutamente alvo algum. Tais homens não vivem; apenas vegetam. Uma pessoa sem intuito definido, honrável, de valor, e sem vontade para trabalhar de acordo com os seus bons planos, pode ser comparada a um pedaço de pau carregado sem rumo de lá pra cá pelas ondas do mar. Portanto, cada rapaz e rapariga deveria considerar que a decisão de tra-









balhar por um objectivo em vista, com determinada persistência, é um dos passos essenciais para uma vida bem sucedida.

Os peixes vivos lutam para nadar corrente acima. Os peixes mortos não lutam; são levados corrente abaixo. Um escritor americano define assim esse facto: "Não há tragédia maior do que uma vida desperdiçada, uma vida sem um verdadeiro alvo, mas voltada para um falso objectivo". T. T. Munger. Cada pessoa, ao tomar decisões, sábias ou insensatas, escolhe o seu destino.

A vida é um jogo com duas alternativas: vitória ou derrota. Se o leitor estudar, trabalhar e lutar de corpo e alma, fazendo progressos na direcção correcta, vencerá. A escolha é sua. Uma vez que a sua melhor visão o aconselhe a fazer decisões correctas, saiba que, desde o princípio, é importante que tenha um sentido correcto dos valores da vida e uma visão clara das suas realidades e possibilidades. Somente os insensatos são levados por ilusões.

Além de todas as lições teóricas que um jovem possa aprender, ele necessita também de treino prático que o prepare para a vida madura e seus problemas. Os que negligenciam tal preparação, e especialmente os que deixam a adolescência sem terem aprendido pelo menos uma boa profissão, sentir-se-ão como um peixe fora da água. Terão de submeter-se a trabalhos indiferenciados, com salários reduzidos.

Porquê tantos fracassos?

Conheci indivíduos que se enchiam de ciúme e inveja quando se comparavam com outros que ocupavam posições elevadas e bem remuneradas. Era-lhes difícil entender, e alguns deles jamais compreenderam, que não estavam qualificados para as responsabilidades mais importantes que cobiçavam. Alguns deles, quando colocados em altos cargos com carácter de experiência, demons-







traram-se ineficientes e não como profissionais competentes, e tiveram de ser despromovidos ou dispensados. Quem deve ser responsabilizado pelo fracasso de tais homens? Eles mesmos devem culpar-se em primeiro lugar, porque não tiveram interesse em obter a necessária qualificação durante os dias da sua juventude. E os seus pais também devem carregar parte da culpa, caso tenham deixado de dar a seus filhos, na adolescência, a orientação necessária em relação à escolha de uma boa profissão de harmonia com a vocação que eles devem ter manifestado.

Também ocorrem fracassos quando os pais forçam os filhos adolescentes a exercer uma profissão para a qual não têm inclinação, entusiasmo ou aptidão. Alguém jamais se tornará um médico bem sucedido se sempre sonhou com agronomia e não com a profissão médica. Não tente ser aquilo para o que não tem vocação.

A escolha de uma profissão

Quando o homem foi trazido à existência, Deus designou-lhe um lugar e uma ocupação. "E plantou o SENHOR Deus um jardim no Éden, na direcção do Oriente, e pôs nele o homem que havia formado... Tomou, pois, o SENHOR Deus ao homem e o colocou no jardim do Éden para o cultivar e o guardar". Génesis 2: 8, 15.

No princípio, o trabalho manual era uma forma de recreação e educação, e foi designado para ser uma bênção. Depois que o pecado entrou no mundo, o trabalho manual tornou-se diferente, mas era, e ainda é, uma bênção.

"A mudada condição da Terra, em virtude da maldição do pecado, acarretou uma mudança nas condições de trabalho; contudo, apesar de efectuado hoje com ansiedade, cansaço e dor, é ainda uma fonte de felicidade e de desenvolvimento. Outrossim, é uma







salvaguarda contra a tentação. A sua disciplina opõe uma barreira à condescendência própria, e promove indústria, pureza e firmeza". *Educação*, p. 214.

Nos tempos bíblicos, todo o homem tinha de aprender uma profissão, e cada qual era conhecido por seu nome e pela profissão que exercia. Por exemplo: José, o carpinteiro; Pedro, o pescador; Paulo, o fabricante de tendas; Demétrio, o ourives. Como regra, o filho aprendia a profissão do pai. Um homem sem profissão? Tal coisa era inadmissível naqueles dias.

Algumas pessoas ainda pensam que o trabalho é uma forma de escravidão, um mal que deve ser evitado tanto quanto possível.

"Apesar de tudo quanto se tem dito ou escrito acerca da dignidade do trabalho, prevalece a ideia de que ele é degradante." Que ideia pervertida! "O que degrada é a ociosidade e a dependência egoísta. A ociosidade favorece a condescendência própria, e o resultado é uma vida vazia e estéril, ou seja, um campo a convidar o crescimento de todo o mal". *Educação*, pp. 215, 216.

Na maioria dos casos, os que odeiam o trabalho também não são amigos do estudo. Eis porque muitos rapazes e raparigas estão constantemente aborrecidas e parecem não ter nenhuma utilidade para si mesmos ou para as suas famílias. E tornam-se um fardo e mesmo uma séria ameaça para a sociedade.

Trabalho diligente é o segredo do êxito

A história ensina que os grandes homens foram trabalhadores diligentes. A ociosidade, o desperdício de tempo sem fazer coisa alguma ou sem trabalho produtivo, era uma das coisas que mais odiavam. Jamais perdiam tempo com coisas inúteis. Estudar diligentemente, aplicando os seus melhores esforços, e trabalhar com perseverança, com a mente e as mãos, tornou-se parte essencial da









vida, um factor necessário à existência desses homens. E essa foi, para eles, a chave do êxito.

Considere-se o exemplo de Demóstenes. Como estadista de Atenas, desejava tornar-se orador. Lutava, porém, contra sério obstáculo de linguagem. Além de ser gago, tinha uma voz desagradável e áspera, e maneiras desajeitadas. Também sofria com falta de ar. Sua vontade férrea, entretanto, capacitou-o a superar as suas dificuldades e atingir o seu objectivo. De acordo com a história, ele aprendeu a falar bem gritando para as ondas do oceano todas as manhãs com a boca cheia de pedregulhos. Foi assim que se tornou um hábil orador. Pense nisso: Ele possuía um alvo definido e uma disposição inquebrantável. Essa é a chave que abriu portas nas carreiras de êxito de importantes personalidades. Essa chave, caro leitor, está também nas suas mãos. Use-a para o seu êxito.

Graças às realizações dos indivíduos que usaram essa chave, como Leonardo da Vinci, Martinho Lutero, Bernard Palissy, Galileu Galilei, Isaac Newton, Antoine L. Lavoisier, David Livingstone, Louis Pasteur, Florence Nightingale, Thomas A. Edison, Albert Schweitzer, Eleanor Roosevelt, e muitos outros, seus nomes ainda são tidos em alta consideração pelo mundo civilizado. Por outro lado, entretanto, os nomes de reis contemporâneos foram esquecidos, excepto os daqueles que ainda são tristemente lembrados por causa das suas acções monstruosas.

Oliver Goldsmith, escritor de origem irlandesa, que produziu uma variedade de obras marcadas por um estilo vivo e agradável, começou as suas actividades em áreas que não estavam de harmonia com a sua vocação. Primeiro matriculou-se num seminário teológico, mas logo percebeu que não tinha inclinação para o ministério. Então, renunciando a ideia de unir-se ao sacerdócio, planeou estudar direito. Contudo, em pouco tempo percebeu que não tinha qualificações para se tornar um advogado eficiente. Assim sendo, deixou a faculdade de direito e começou a frequentar uma







faculdade de medicina. Como médico, teve pouco êxito; por conseguinte, conseguiu um emprego de professor. Não mostrando aptidão para trabalhar como professor eficiente, retornou às práticas médicas, sem sucesso. Certo dia confessou a um dos seus amigos: "Decidi não receitar medicamentos a não ser para os meus amigos". O interlocutor respondeu: "Meu prezado doutor: Mude a sua decisão e receite apenas para os seus inimigos".

Oliver não sabia como viver de acordo com as suas rendas: Envolveu-se em dívidas enquanto frequentava as universidades de Dublin (Irlanda), Edimburgo (Escócia), e Leyden (Holanda). Os seus credores o procuravam. Como não sabia de que maneira cumprir os seus compromissos financeiros, certo dia decidiu deixar a Inglaterra e viajar pela Europa como trovador. Ia de país em país e vivia tocando flauta e mendigando.

Em Pádua (Itália), Oliver encontrou um cidadão inglês e fez amizade com ele. O homem percebeu que Oliver era um indivíduo culto, de modo que o contratou como professor para o seu filho. Mas Oliver não gostou do seu novo trabalho e, não vendo melhores perspectivas na Itália, regressou a Londres.

Em Londres, Oliver trabalhou durante algum tempo numa farmácia e a seguir numa faculdade. Finalmente, descobriu que possuía capacidades literárias. Logo achou trabalho com alguns editores e revelou o seu talento. Como escritor, teve grande êxito e ganhou muito dinheiro. Talvez o leitor diga: Antes tarde que nunca.

Cada ser humano possui pelo menos um talento natural. Como eu possuo o meu, o leitor possui o seu. Descubra com que talentos foi dotado, estabeleça os seus objectivos, prepare um programa para a sua vida e trabalhe com toda perseverança para atingir os seus objectivos. Se fizer isso, o êxito sorrir-lhe-á.







Honestidade profissional: um atalho para chegar ao êxito

Quando estava apenas saindo da minha adolescência, ocorreume o seguinte pensamento: "Se decidir tornar-me médico, o meu primeiro objectivo será curar os doentes e fazer pesquisas tendo em vista novas conquistas na área médica". Então alguém me criticou: "Tu serás tolo se não usares uma profissão em perspectiva, em primeiro lugar, para promover os teus interesses financeiros". Sou feliz porque jamais aceitei aquele conselho enganoso, especialmente quando leio acerca de cirurgiões desonestos que realizaram muitas operações desnecessárias todas as vezes que necessitavam de algum dinheiro extra. Desonestidade profissional em qualquer campo de actividade é o caminho mais curto para a falência.

Algum tempo atrás um amigo planeou abrir a sua própria oficina para reparação de automóveis num edifício que anteriormente havia sido usado para o mesmo propósito. Mas hesitava quanto ao local, porque os proprietários do negócio tinham ido à falência. Porque acontecera isso? Porque queriam ficar ricos em pouco tempo; e, como não trabalhavam hábil e honestamente, perderam os seus clientes. Eu disse-lhe: "Se deseja ter êxito, faça um trabalho eficiente e honesto, seja pontual, não cobre preços exorbitantes, e seja cavalheiro no tratamento com os seus clientes". O começo foi difícil. Mas, à medida que ele ganhava a confiança dos clientes, estes recomendavam-lhe novos clientes. Onde outros fracassaram, ele foi progredindo mais e mais.

Amigo leitor: Terá sucesso na vida se der ouvidos aos conselhos e advertências contidos neste capítulo.







O seu êxito depende da sua perseverança

Não há nenhum caminho misterioso, trilhado pelos génios do mundo, rumo ao êxito. O caminho para o êxito é nada mais que um caminho natural chamado "esforço perseverante." Esse caminho está aberto diante de todo o ser humano que possua força de vontade e que não seja apenas um sonhador.

J. G. Holland diz: "Não há estrada real para nada. É uma coisa de cada vez, e todas as coisas em sucessão. Aquilo que cresce rápido seca rapidamente; o que se desenvolve devagar permanece."

Sucesso permanente é impossível sem perseverança. Recorde-se da história de Cristóvão Colombo. Embora a tripulação amotinada desejasse mais que tudo retornar a Espanha, Colombo ordenava: "Para frente! Para frente! Para frente!"

Recordemos a história de Ludwig van Beethoven. Aos trinta anos, ele estava quase totalmente surdo. Sem interrupção, continuou com a grande paixão da sua vida e deu ao mundo alguns dos seus mais inestimáveis tesouros musicais.

Quando Dominique F. Arago, astrónomo e estadista francês, era ainda jovem estudante, ficou desconcertado com as dificuldades que encontrou nos seus estudos. A matemática parecia-lhe um pesadelo. Quase decidiu abandonar a escola antes de achar na folha inicial de um de seus livros de estudo umas breves palavras do famoso D'Alembert a um estudante que estava desanimado como







Dominique. Aquelas palavras prenderam seu olhar e despertaram o seu interesse. "Impelido", diz ele, "por uma curiosidade indefinível, humedeci a capa do livro e descolei cuidadosamente a folha para ver o que estava no outro lado. Era uma cartinha de D'Alembert a um jovem desanimado como eu pelas dificuldades no estudo da matemática. O jovem tinha-lhe escrito pedindo conselho. 'Avante, senhor; avante!' foi o conselho que D'Alembert lhe deu. 'As dificuldades que você enfrenta serão superadas à medida que você avançar. Prossiga, e a luz clareará o seu caminho, brilhando mais e mais'. Aquela máxima", diz Arago, "foi o meu maior professor de matemática". Ao seguir o conselho perseverantemente, ele avançou até que se tornou o primeiro matemático astrónomo da sua época. A perseverança vence. Avançar firme e persistentemente, passo a passo, é o segredo do êxito material, espiritual e moral.

Talvez o leitor tenha lido a respeito de Bernard Palissy, oleiro francês, que viveu no século xvi. Era um homem de esforços perseverantes. Embora fosse muito activo em diferentes áreas, como filósofo, cientista, pioneiro em pesquisas químicas e geológicas, e teórico no progresso da agricultura, tornou-se famoso pela cerâmica colorida esmaltada que leva seu nome. Em 1542 viu uma bela chávena branca, esmaltada, do Oriente, e decidiu descobrir o segredo do preparo daquela cerâmica. Trabalhou por dezesseis anos, arruinando-se economicamente. Um dia, quando já não tinha mais lenha para a fornalha na qual estava preparando a sua cerâmica, arrancou o assoalho de sua casa e usou a madeira para alimentar o fogo. Não teve êxito em descobrir o segredo oriental, mas, como resultado de sua perseverança, aprendeu a fabricar a cerâmica europeia mais bela então conhecida.

Quem deseja avaliar o preço do êxito numa carreira deve ler a respeito da vida e obra de Pierre e Marie Curie, da França. Madame Curie trabalhou num barração cheio de fumo, terrivelmente frio







no inverno e de um calor sufocante no verão, ano após ano. Perseguida pela pobreza, não pôde comprar o equipamento essencial para o seu trabalho. O fracasso perseguia-a de perto, do princípio ao fim, sem piedade ou alívio. Mas ela não desistiu. Toneladas de pechblenda (uraninita) foram tratadas por suas mãos cansadas, queimadas e cicatrizadas, com paciência admirável. Depois de aproximadamente quatro anos de difíceis experiências, os Curies anunciaram, em 1898, a sua descoberta de um novo elemento químico que chamaram rádio.

Li a respeito da perseverança de uma jovem que lutava para conseguir estudar. Teve de abandonar os estudos durante um ano devido a doença na família. Duas outras vezes ela teve de interromper os estudos por outras razões. E suas aulas continuaram. Longe de ficar desanimada, ela continuou avançando, sempre recomeçando. "Chegarei lá", costumava dizer. E conseguiu, com honra.

Uma ilustração do poder da perseverança é dada por Henry A. Campbell, que trabalhou cinquenta e um anos para Thomas A. Edison. Como jovem, Edison empregou longas e perseverantes horas praticando numa frágil máquina telegráfica, aprendendo a receber e enviar mensagens. Uma vez, ele teve de andar quatro dias de Port Huron a Boston em busca de trabalho. Numa ocasião chegou a Nova Iorque sem dinheiro algum, e conseguiu trabalho ocasional consertando um sistema telegráfico na bolsa de valores de Wall Street. Algumas vezes, tamanha era sua pobreza que não podia sequer comprar as mínimas coisas para atender as necessidades básicas da vida. Contudo, sua inquebrantável perseverança, sua determinação obstinada em busca do êxito, trouxeram muitos sucessos à sua carreira e fizeram dele um grande cientista.

Em 1879 o grande inventor lutou para produzir a lâmpada eléctrica, que actualmente abençoa o mundo com a iluminação. "Foi naquela ocasião", diz o senhor Campbell, "que o senhor Edison







estava para realizar seu sonho. Ele fechou-se no seu laboratório por dez dias. Não queria ver ninguém. Suas refeições eram-lhe levadas ao local de trabalho. Ele me permitia entrar porque me havia empregado para assumir o trabalho de construção. Às vezes ele encostava a cabeça na secretária para dormir um pouco, mas só por uns momentos". Tão seguro estava ele de que a sua experiência era um triunfo que certa vez recusou deixar o seu laboratório até que o seu trabalho estivesse terminado. Na segunda noite, ele disse ao seu sócio: "Faremos uma lâmpada antes de dormirmos ou morrermos na tentativa". Passou quatro dias e quatro noites sem dormir, mas inventou a luz que revolucionou todo o sistema de iluminação no mundo.

Edison costumava dizer que o seu êxito dependia um por cento da inspiração e noventa e nove por cento da transpiração.

Samuel Johnson, escritor e lexicógrafo inglês, exalta a importância da perseverança da seguinte maneira: "Grandes obras, diz um escritor, são realizadas não tanto pela força como pela perseverança. Todas as realizações da arte humana, as quais contemplamos com louvor ou admiração, são exemplos do irresistível poder da perseverança. É mediante a perseverança que a pedreira se torna numa pirâmide, que os lugares distantes são ligados por estradas, e que os principiantes se tornam mestres. Se o homem comparasse um simples golpe de picareta, ou um simples vaivém da pá, com o plano geral e o resultado final de uma obra, ele se desanimaria diante do senso da desproporção. Contudo, aquelas operações insignificantes, continuadas incessantemente, sobrepujam os maiores obstáculos... Quem andar vigorosamente três horas por dia, deixará atrás, em sete anos, uma distância equivalente à circunferência do globo".

Na Bíblia, muitas leis da vida são enunciadas em forma de provérbios baseados em factos comuns. Um desses se encontra em Job, capítulo 4, verso 19: "As águas gastam as pedras." A erosão desgasta







as rochas. O processo é lento, mas certo. Pode demorar milhares de anos, mas uma montanha pode ser rebaixada até nivelar-se com a planície. A natureza ensina-nos uma importante lição espiritual: O preço da vitória é a perseverança. Isso é o que os antigos queriam dizer quando declararam com Lucrécio, poeta romano: "As gotas que caem finalmente consumirão a pedra".

A Bíblia dá-nos exemplos animadores de perseverança na vida de Jacob (Génesis 29:15-28), na experiência de Moisés (Actos 7:29-42), e na obra dos construtores do muro ao redor de Jerusalém (Neemias, capítulos 2 a 6).

Amigo leitor: Se deseja ter êxito na vida, lembre-se de que a perseverança vence.







Não se considere derrotado antecipadamente

Um dos maiores obstáculos no nosso mundo actual, responsável por tanto desânimo e fracasso, é a condição comummente denominada "derrotismo", um estado mental que, muito facilmente, aceita o temor, a ansiedade e a derrota.

Uma senhora sofreu um acidente de viação que deixou seus membros inferiores inutilizados. Confinada a uma cadeira de rodas para o resto da vida, aceitou o seu trágico destino com um espírito de fé, confiança e boa vontade. E, apesar da sua condição, ela vivia radiante. Na instituição onde passou a viver, foi-lhe dado um trabalho muito importante: animar os pacientes deprimidos. Ela estava mentalmente acima das suas próprias circunstâncias, e a sua presença transmitia entusiasmo a todos ao seu redor

Embora estivesse fisicamente ferida, sua atitude mental era favorável. Seu marido, entretanto, que havia sido ferido no mesmo acidente, mostrou uma atitude mental desfavorável. Tounou-se irritadiço, guardava ressentimentos contra a pessoa que causara o acidente e permitiu que a depressão lhe estragasse a vida. Uma e a mesma tragédia ocorreu a ambos, mas os dois reagiram de modo diferente. Ele ficou desanimado, frustrado, derrotado. Ela permaneceu animada, alegre e vitoriosa.

Algumas pessoas aceitam o sentimento de derrota imediatamente, sem se esforçarem muito para superar ou desviar a difi-





culdade. O sentimento de tais pessoas é: Porque lutar contra algo que está determinado a acontecer de qualquer modo, desde que o destino decretou que tal coisa ocorresse? O derrotismo, o pessimismo, o fatalismo propiciam uma condição neurótica conhecida como "complexo de inferioridade", um sentimento mórbido de falência da própria pessoa, muitas vezes manifestado através de uma timidez indevida, ou uma excessiva agressividade, ou uma atitude dominadora.

Há um remédio eficiente para o derrotismo. Devemos parar de responsabilizar outras pessoas pelos nossos fracassos e problemas. Ponhamos a culpa no seu devido lugar, sobre nós mesmos. Os homens finitos cometem erros, "e, confundindo-se a si mesmos, supõem que os outros estão errados". Uma escritora cristã afirma: "Em vez de confessar humildemente os seus pecados, tentam proteger-se lançando a culpa sobre os outros, nas circunstâncias, ou em Deus". Essa é uma atitude derrotista em que Adão estabeleceu o primeiro exemplo. Em vez de admitir o seu erro, esforçou-se por lançar a culpa sobre a esposa e no próprio Deus.

Quando temos problemas, e sempre os teremos, enfrentemos os factos e esforcemo-nos por encontrar a solução. Se a nossa consciência nos diz que cometemos um desacerto, e os seres humanos sempre cometerão erros, mas apenas os tolos continuarão dando cabeçadas conscientemente, sejamos bastante honestos para reconhecê-los e suficientemente sábios para corrigir a situação, com a ajuda de Deus. Um esforço reformatório requererá inteligência, coragem e fé. "E esta é a vitória que vence o mundo, a nossa fé". 1 João 5:4. Se tentarmos alcançar a vitória em nossa própria força humana, separados dAquele que disse: "Sem Mim nada podeis fazer" (João 15:5), veremos apenas fracasso. Mas se estivermos dispostos a seguir o exemplo do apóstolo Paulo, cuja experiência o induziu a escrever: "Posso tudo nAquele que me fortalece" (Filipenses 4:13), então teremos vitórias sobre vitórias.







O derrotismo é uma atitude muito irrazoável diante desta maravilhosa certeza oferecida a todos os seres mortais: "Pedi, e dar-se--vos-á; buscai e achareis; batei, e abrir-se-vos-á". Mateus 7:7. "Entreguem todas as vossas preocupações a Deus, pois ele cuida de vós." 1 Pedro 5:7 (A Bíblia na linguagem de hoje). Essas promessas pertencem-nos. Portanto, porque dar lugar a tantos aborrecimentos na nossa vida? Porque ter o coração tão cheio de ansiedades? Porquê tamanha confusão? Porquê tanta impaciência? A resposta está em nossas mentes: Não temos tido suficiente fé. Não temos posto a nossa confiança inteiramente nAquele que "é poderoso para socorrer os que são tentados" (Hebreus 2:18). Não temos batido forte e persistentemente. Talvez nem tenhamos mesmo chegado à porta. Tudo incomoda tanto! Tantas coisas terrenas, que nos interessam muito mais, têm preocupado os nossos corações egoístas, que não temos lugar para Aquele que nos pode ajudar. Eis porque, apesar de toda a nossa fartura, temos sentido um grande vazio. E a sombra desse monstro chamado "derrotismo" tem causado desânimo em nossas almas. Mas há uma saída – para a vitória. Aquele que nos ama diz: "O que vem a mim, de modo nenhum o lançarei fora". João 6:37. "Perto está o SENHOR de todos os que o invocam, de todos os que o invocam em verdade." Salmos 145:18. Onde o Senhor lidera, não pode haver derrota.

Amigo leitor: Se deseja ter êxito na vida, não seja derrotista.





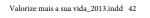
Pode vencer o desânimo

A vida não é toda um mar de rosas; os espinhos também estão presentes. Devemos contar com eles e aceitá-los como facto. Quando o castelo dos nossos sonhos treme diante das realidades da vida, quando dificuldades imprevistas parecem despedaçar as nossas elevadas esperanças, podemos ser tentados a dar lugar ao desânimo e mesmo ao desespero.

Quando Cristo morreu na cruz do Calvário, os discípulos passaram por uma grande prova e o caminho tornou-se-lhes penoso. Ficaram perplexos e feridos, porque não podiam compreender porque Aquele que devia governar Israel tinha de morrer e ser sepultado. A sua confusão tornou-se ainda maior quando foram informados de que Jesus não estava mais na sepultura: estava entre os viventes.

O problema não se achava nos acontecimentos que tinham ocorrido; encontrava-se nos próprios discípulos, porque não compreendiam correctamente as Escrituras. Eles não buscavam a verdade; buscavam glória para si mesmos. A sua condição espiritual não os preocupava. Desejavam tão-somente estar em posição elevada, dominando os outros, em vez de serem governados. Havia contenda entre eles quanto a quem seria o maior. Esse desejo era exactamente o que estava na base de muitos dos seus problemas.

Provas e tentações sempre teremos enquanto estivermos neste mundo. Ao passarem por dificuldades, algumas almas são enfra-







quecidas; outras são fortalecidas. Nem todos podem ver a mão da Providência nessas coisas. Lutando por vencer situações de perplexidade, poderemos aprender lições valiosas, para nosso bem, se formos suficientemente sábios. Sim, poderemos auferir benefícios encarando os problemas e emergências de um ângulo positivo. Em muitos casos, Deus permite que nos sobrevenham pequenas provações a fim de nos preparar para maiores provas no futuro. O Livro dos livros diz: "Se te fatigas correndo com homens que vão a pé, como poderás competir com os que vão a cavalo?" Jeremias 12:5.

Certa ocasião, Martinho Lutero, o líder alemão da Reforma Protestante, ficou grandemente desanimado ao considerar a impiedade do mundo, os problemas que envolviam a igreja, e suas próprias fraquezas e limitações. Numa atitude de depressão, caminhava pela casa, lamentando e afligindo-se. A sua esposa, naturalmente, apoiou-o e tentou achar uma maneira de o ajudar a sair do seu estado de angústia. De repente, ela apareceu diante dele vestida de preto, o que o fez chocar-se com a atitude incomum da esposa.

"O que se passa?" perguntou ele.

"Tu não sabes?"

"Não! O que é?" insistiu ele.

"O Deus do céu morreu e eu estou de luto pela Sua morte".

Desejando saber se ela estava brincando ou ficando desequilibrada mentalmente, ele olhou-a admirado e, por alguns momentos, não sabia o que dizer. Então gritou:

"Que disparate! Como pode Deus morrer? Ele é imortal e viverá por toda a eternidade".

"Pela maneira como tu estás agindo, vejo que estás desanimado e desesperado", disse ela; "pensei que Deus devia ter morrido e que tu estavas tentando reger o universo em lugar dEle".

Lutero entendeu então quão sábia era a esposa que tinha.







Neste mundo, somos muitas vezes postos diante de um dilema: Hesitamos entre levantar a cabeça ou dar-nos por vencidos. Desespero e incredulidade causam derrota ao passo que coragem e fé trazem vitória. Se perdermos o ânimo, já estamos a caminho do fracasso. Mas se nos convencermos de que, com a ajuda de Deus, podemos executar uma importante tarefa já referida a Ele em ora-

"A vida é uma batalha", de acordo com Jane Porter. "E quem se desanima facilmente deserta dum dever duplo: Trai a mais nobre propriedade do homem, que é a resolução corajosa, e rejeita a providência daquele todo-poderoso Ser que guia e controla o universo".

ção, estamos já na estrada que conduz ao êxito.

"O desânimo é o sentimento mais inútil com o qual o ser humano possa condescender", escreveu De Witt Talmage.

Surgem ocasiões na nossa vida em que nada parece dar certo, quando o tecto do nosso pequeno mundo parece desabar, e quando pendemos nossa cabeça em desânimo. Muitas vezes, entretanto, se olhássemos cuidadosamente para as dificuldades e se pudéssemos conhecer o fim desde o princípio, compreenderíamos que não havia necessidade de desanimar-nos. Apenas necessitávamos de uma nova experiência que pudesse despertar-nos para os nossos perigos. Frequentemente o desânimo aparece porque não procuramos compreender os nossos problemas ou porque não entendemos a situação em que possamos estar envolvidos. Isso é verdade particularmente em relação à nossa vida espiritual.

No nosso mundo há muitos, muitos problemas, pequenos e grandes. Há muita agitação entre as nações. Há crises económicas e políticas. Há violência de todo o tipo, o terrorismo, por exemplo. E há inúmeros flagelos, como o problema da SIDA, a fome (em países da África e da Ásia), a delinquência juvenil, etc. Estamos vivendo num tempo em que a controvérsia está atingindo um clímax. Os resultados da rebelião de Satanás são evidentes. Os even-





12-09-2013 11:21:56



tos que ocorrem no mundo foram preditos claramente pelo Senhor através dos Seus profetas. Se essas coisas não ocorressem, o registo bíblico não estaria correcto. O conflito entre as forças do bem e do mal está a intensificar-se. O mal está aumentando. E podemos ser afectados por alguns desses problemas.

Mas é necessário que andemos cabisbaixos? De modo algum. Jesus diz-nos: "Exultai e erguei a vossa cabeça". Lucas 21:28.

De harmonia com esse conselho, a experiência do Dr. Ludwig Heim, de Berlim, é um exemplo digno de imitação e deveria ser considerado seriamente por aqueles que são tentados a se entregar a sentimentos de desânimo. O Dr. Heim, famoso médico e vereador, era estimado por suas capacidades profissionais e pela sua amabilidade para com todos, especialmente para com os pobres. Depois de muitos anos de prosperidade, pois que estava amealhando recursos para a sua velhice, perdeu todos os seus haveres devido à falência de uma organização bancária. Por algum tempo foi dominado por profunda melancolia. "Até os meus pobres pacientes", disse ele, "tiveram de sofrer com isso". Sua esposa e seus filhos foram afectados pela tristeza dele, e todo o lar se tornou num ambiente sombrio. De repente esse estado de coisas foi transformado, e a alegria retornou ao bom médico e ao seu lar. Sua explicação foi a seguinte:

"Vi e senti que as coisas não podiam, ou melhor, não deviam continuar daquela maneira. O dinheiro estava definitivamente perdido, que desgraça! Mas, muito pior que isso, o nosso melhor conforto terrestre, o contentamento, estava indo com ele. Que fazer agora? Nada a não ser isto: Cônscio de minha total inabilidade para recuperar-me a mim mesmo daquela triste condição, voltei-me para o Todo-Poderoso por ajuda, entrei no meu aposento, tranquei a porta, ajoelhei-me e orei fervorosamente ao Senhor, para que me devolvesse a força, a coragem e o contentamento dos anos passados. E o Senhor me respondeu trazendo-me median-





46

te Seu Espírito pensamentos de humildade, gratidão e fé. Quase pude ouvir estas palavras: 'Eras filho de um ministro pobre, e, ao iniciar a tua vida profissional, não tinhas nada que pudesses declarar teu de facto. Eu te abençoei na tua vocação e abençoei a tua família, fazendo de ti um homem próspero. Através dos anos permiti-te ostentar as riquezas que te emprestei, uma parte das quais consenti que perdesses. Agora vem, Ludwig, acaba com esses olhares de amargura e pára de proceder como uma criança; do contrário, vou lidar contigo de outra maneira, removendo outras posses emprestadas que te são mais caras que o próprio eu. Além disso, esqueceste que os tesouros do mundo são Meus, e que posso repor todas as tuas perdas, se vir que isso servirá para o teu bem? Anima-te, então, e segue a tua vocação com um coração firme e confiante'.

"Assim falou o Senhor à minha alma," continuou o piedoso doutor; "e prometi obediência, e, vejam, a minha tristeza foi-se. Minha mulher e filhos parecem alegres e felizes outra vez. Esqueci inteiramente o problema e disse: 'Tudo está sob controlo'. Ergui-me acima dos problemas e posso regozijar-me outra vez em meu Deus e Salvador, que para mim é melhor que grande quantidade de ouro e prata".

Uma propaganda em frente de uma taberna rezava: "Entre, beba e livre-se das preocupações". Beber para escapar aos cuidados, aflições, frustrações, ira, temor! Que absurdo! Contudo, milhões de sofredores voltam-se para a bebida para "esquecer" os seus problemas e escapar ao sentimento de fracasso e desapontamento. Mas a bebida ou qualquer outro mecanismo de escape, tal como o jogo, geralmente conduz a maior fracasso, desapontamento e miséria. E freqentemente essas coisas produzem desânimo.

O desânimo é uma melancolia profunda, uma queda acentuada do moral, que surge da perda da esperança e de uma convicção da inutilidade de fazer esforços em vista dos fracassos já experi-







mentados. Para vencer esse sentimento negativo, temos o seguinte conselho de uma escritora cristã:

"Para o desalentado, há um remédio seguro, fé, oração e trabalho. Fé e actividade proverão segurança e satisfação.... Tende fé em Deus. Ele conhece as vossas necessidades.... E concederá a Seus fiéis servos a medida de eficiência que suas necessidades demandem". PR 164, 165.

Amigo leitor: Quando estiver desanimado, olhe para cima.









Pode vencer os seus medos

O que é o temor? O Novo Dicionário Mundial de Webster diz que é "um sentimento de ansiedade e agitação causado pela presença ou proximidade de perigo, mal, dor, etc." Eis também algumas breves definições pessoais: "O medo é a câmara de tortura do mundo à qual a raça humana se entrega mediante crenças erradas". "O medo é a mãe da previdência". "O medo é o imposto que a consciência paga à culpa".

O medo é muitas vezes o pai da desonestidade. Por exemplo: Uma pessoa que tem medo de ser punida por alguma violação provavelmente recorrerá à mentira para escapar à penalidade merecida.

Além disso, o medo tem sido definido como "uma confusão mental que resulta em comportamento desorganizado". Ao ver um urso, por exemplo, um caçador treinado age devidamente. Ele permanece calmo e sabe o que fazer. Uma pessoa não treinada, porém, talvez não saiba o que fazer. Dominada pelo medo, é incapaz de coordenar os seus impulsos. "Pois", diz John Howard, "ao ver o urso, a pessoa tende simultaneamente a gritar, subir para uma árvore, fugir, jogar uma pedra, pegar num pau, etc. Todos esses impulsos procuram expressão motora e se baralham no processo, e o resultado é um estado de descoordenação".

"Nada se deve temer tanto como o próprio medo", escreveu Henry D. Thoreau, ensaísta americano. E, anos mais tarde, o pre-







sidente Roosevelt disse a mesma coisa a uma nação amedrontada: "Não temos nada a temer a não ser o próprio medo."

Quem pode dizer que não tem medo?

Dois estudantes de pilotagem estavam com pouca gasolina e foram, consequentemente, forçados a fazer uma aterragem de emergência num campo próximo da cidade de Nova Iorque. O piloto e o co-piloto não estavam nem um pouco apavorados. Saíram do avião sem ferimentos e calmos. Então, depois do almoço, mostraram algumas fotos que haviam tirado enquanto voavam sobre Nova Iorque. Numa delas via-se claramente um homem limpando as janelas de um arranha-céu. Arrepiado, o piloto disse: "Este é um trabalho que eu detestaria fazer. Teria um medo mortal". Imaginem! Um piloto de avião sofrendo de acrofobia, um temor mórbido de grandes alturas.

Não há nenhum homem no mundo que possa dizer honestamente: Não tenho medo de nada. Os nossos temores mais comuns são relacionados com segurança, saúde, acidentes, problemas de família e fracasso económico. Na cidade, as pessoas têm medo de ser roubadas, assaltadas, ou assassinadas. No campo, muitos têm medo de cobras venenosas, ursos e onças. Em certas áreas, há aqueles que temem os terremotos, os ciclones, as inundações. Nalguns países, os cristãos estão em constante temor de perseguição religiosa. Todos têm algo a temer.

Os temores de algumas pessoas são tão estranhos que o leitor poderia pensar que se trata de doentes mentais. Um rapaz tinha medo das aglomerações, de modo que não queria ter uma cerimónia nupcial em público. Desmaiou três vezes antes do casamento; depois deste se efectuar desmaiou pela quarta vez. Duas coisas demonstraram ser a causa do seu desmaio: medo da multidão e medo









de ser dominado pela sua eleita. O quarto desmaio ocorreu como resultado do temor de ser dominado.

Uma senhora tinha pavor mortal de germes. Permanecia dentro de casa por medo de encontrar alguns deles. Não entendia que o medo é dez vezes mais mortífero do que o germe. Um amigo meu era exactamente como aquela senhora, tinha pavor dos germes. Antes de sentar-se à mesa, fechava todas as portas e janelas, para impedir a entrada de germes.

Um eletricista subia 17 andares por dia, galgando os degraus da escada (sem dúvida um bom exercício para as pernas), porque tinha medo do elevador.

Uma mãe estava tão apavorada com os balões de brincar que não levava os filhos ao parque porque temia que pudesse achar-se algum num balão.

Uma mulher adulta jamais pôs os pés fora de casa durante 28 anos, porque tinha medo de sair.

Uma mulher tinha medo de contrair cancro. A sua mãe o tivera, e ela vivia dizendo: "Sou a imagem da minha mãe. Sou tão parecida com ela que contrairei um cancro como ela". Como resultado desse temor mórbido, sofria de prisão de ventre. Disse o médico: "Ela jamais se livrará desse mal a menos que se livre dos seus temores inúteis". De facto, a constipação crónica pode resultar em cancro intestinal.

Um jovem pastor evangélico começou a reclamar de tensão no peito e desenvolveu uma tosse intermitente. Os médicos não encontraram nenhuma razão física. Então começou a reclamar de dor aguda no intestino, afirmando que tinha um cancro naquela região. Exames realizados por vários médicos não encontraram nada de anormal. Ele renunciou o ministério e vivia sentado, lastimando-se a maior parte do tempo. A sua mente cedeu sob a pressão, embora não houvesse nada de errado com sua constituição física. Era o medo de uma possível doença que o preocupava. Esse tipo de medo, hipocondria, é em si mesmo uma doença.







Fobias

Muitas pessoas tornam-se infelizes por acariciarem algum medo irracional, excessivo e persistente, de alguma coisa ou situação particular. Esse tipo de medo, chamado fobia, é manipulado por um mecanismo mental que, a partir de um conflito que abalou a pessoa, conduz impressões para algo diferente, ou para uma situação ambiental, relacionada de alguma forma com a experiência infeliz que o indivíduo teve. Fobias comuns incluem medo de lugares altos (acrofobia), medo de lugares fechados (claustrofobia), medo de lugares abertos (agorafobia), medo de viajar de comboio (siderodromofobia), medo de água (hidrofobia), que também serve para designar a raiva, ódio aos estrangeiros (xenofobia), medo de multidões (oclofobia), etc. Por exemplo, um homem que, quando garoto, foi fechado num aposento como punição, pode ter medo de túneis, metro, elevadores e outros lugares fechados.

Temores epidémicos

Além dos temores comuns que atormentam milhões de indivíduos, há também os temores generalizados causados pela situação mundial.

Ao descrever estes últimos dias, o profeta Isaías escreveu: "Terror, cova e laço vêm sobre ti, ó morador da terra". Isaías 24:17.

Quando os discípulos pediram a Jesus que lhes falasse sobre os sinais que anunciariam a proximidade do fim, Ele lhes disse: "Haverá homens que desmaiarão de terror e pela expectativa das coisas que sobrevirão ao mundo; pois os poderes dos céus serão abalados". Lucas 21:26.





Uma escritora cristã comenta esses versos como segue: "O tempo presente é de dominante interesse para todos os viventes... Reconhecem que algo de grande e decisivo está para ocorrer, ou seja, que o mundo se encontra à beira de uma crise estupenda... e os corações dos homens [estão desmaiando] de terror."

É evidente que o mundo está actualmente preso pelo temor. O medo é também causado pela perseguição contra minorias raciais, pela intolerância religiosa e pela opressão política. Quando ditadores poderosos têm medo de serem derrubados, eles e os que os apoiam muitas vezes tentam salvar-se criando na mente dos seus súbditos o espectro de inimigos internos ou externos que talvez nem sequer existam. Como resultado, o medo torna-se o pai de inúmeros males que, por sua vez, produzem maior medo. Eis a razão por que os nossos dias são caracterizados por luta política, terrorismo e guerras.

Sem dúvida, a estrada à nossa frente está ladeada de perigos reais. As nossas instituições mais sagradas são ameaçadas por movimentos subversivos. Contudo, pelo facto de nossa época estar repleta de perigos, não necessitamos de ver tudo em cores vermelhas por todos os lados. Quando as pessoas perdem o controlo de si mesmas e entram em pânico, aí é que estão mais próximas de perder a vida. O medo de um certo perigo pode ser mais perigoso que o perigo em si.

Dois tipos de temor

Um temor justificado dá-nos habilidade e energia; um temor doentio remove ambos, inibe-nos. O temor, sob controlo, pode ser utilizado para propósitos construtivos. Fora de controlo, o temor transforma-se em preocupações e ansiedades, e torna-se destrutivo para nós mesmos e para outros.







Até certo ponto, o temor é um haver; além desse ponto, é um débito. Um pouco de temor da parte de um cirurgião pode torná-lo mais cuidadoso e hábil, a fim de que não cometa um erro perigoso; medo excessivo pode bloquear-lhe a mente e paralisar-lhe a mão. O temor objectivo e lógico é implantado em nós para prevenir-nos do mal. O Dr. James H. Otto diz:

"O temor salvaguarda a vida em tempo de perigo. Estimula o sistema nervoso e acelera o coração. Aumenta a circulação do sangue e incrementa o suprimento de açúcar aos músculos. Isso prepara a pessoa para enfrentar o perigo, seja para a luta ou seja para a fuga. Se não houvesse o temor para alertar essas defesas do organismo, poucas pessoas, talvez nenhuma, viveriam além da infância. Cairiam vítimas de desastres que poderiam evitar se o medo as houvesse advertido diante do perigo". *Modern Health*, p. 61.

"Há duas formas de medo", diz um escritor inglês. "Há um temor doentio que nos faz perder a confiança em Deus, e há um temor de precaução prudente, por meio da qual, diante do perigo que se aproxima, nos esforçamos por garantir a nossa própria segurança. O primeiro é errado e proibido; o segundo é não somente bom, mas louvável".

Blaise Pascal explica a diferença entre os dois tipos de medo: "Há um temor virtuoso que é o efeito da fé, e um temor vicioso que é o produto da dúvida e da desconfiança. O primeiro conduz à esperança, que equivale à confiança em Deus, em quem cremos [especialmente na hora do perigo]. O último tende ao desespero, que equivale à não-confiança em Deus, em quem não cremos [na hora do perigo]. As pessoas do primeiro grupo temem perder a Deus, ao passo que as do outro temem achá-Lo."

O medo (o tipo de temor que Pascal denomina "temor vicioso") é o estado desconfortável de uma consciência culpada. Depois que







Adão caiu em pecado, ele soube o que significava "ter medo" (Génesis 3:9-11). E a história vem se repetindo até hoje.

Medo da morte

A família Krupp possuía a maior indústria de aço da Alemanha. Ao fornecer armas de guerra e morte para os exércitos de todo o mundo, tornaram-se multimilionários. Mas também revelaram uma das ironias da vida. O líder da indústria Krupp (Alfred Krupp von Buehler und Halbach) ficou horrorizado ao pensar na morte. As pessoas que o rodeavam sabiam disso e nunca ousavam pronunciar a palavra "morte" na sua presença. Um dia, contudo, sua esposa teve de transmitir-lhe uma má notícia, que um sobrinho havia morrido. Ele ficou tão amedrontado e frustrado que se divorciou dela. O temor da morte tornou-o um homem infeliz, porque não podia ver esperança além do túmulo.

Nos anos setenta, o homem mais rico do mundo, J. Paul Getty, vivia em Surry, Inglaterra. A sua propriedade de setecentos acres era cercada de todo o tipo de medidas de segurança, barras de aço, holofotes, sirenes, guarda-costas e cães amestrados. Embora possuísse companhias de aviação e navios-tanques, tinha medo de entrar num avião ou num navio. Também tinha medo de encontrar-se com desequilibrados mentais. Além disso, temia a velhice, as enfermidades e, especialmente, a morte.

John Ruskin, conhecido crítico, ensaísta e reformador social inglês, explicou que o medo da morte é produto de uma vida ímpia. Escreveu: "Quanto mais insolente se torna o orgulho da vida, tanto mais servil é o medo da morte".

Richard Wurmbrand, que passou catorze anos em prisões comunistas na Roménia por causa da sua fé, escreveu vários livros relatando as suas experiências. Enquanto estava confinado a um







hospital da prisão, diz ele, muitos colegas de prisão, enfermos, professavam o ateísmo quando foram admitidos na sua ala, mas não quando estavam à beira da morte. O sentimento de que a morte se aproximava rapidamente infligia-lhes medo. Essa observação de Wurmbrand confirma o facto bem conhecido de que os ateus gostam de viver sem Deus, mas têm muito medo de morrer sem Deus.

O medo, especialmente o medo da morte, é uma forma de servidão que escraviza os que não conhecem a Deus. Há, contudo, um remédio eficaz para esse tipo de escravidão: o evangelho de Jesus Cristo. O apóstolo Paulo escreveu aos crentes que haviam recebido o evangelho: "Não recebestes o espírito de escravidão, para viverdes, outra vez, atemorizados". Romanos 8:15. "Deus não nos tem dado espírito de cobardia, mas de poder, de amor e de moderação". 2 Timóteo 1:7. "[Cristo] participou [da carne e do sangue da humanidade], para que, por sua morte, destruísse aquele que tem o poder da morte, a saber, o diabo, e livrasse todos os que, pelo pavor da morte, estavam sujeitos à escravidão por toda a vida". Hebreus 2: 14, 15.

Libertados da escravidão do medo

Um cristão esclarecido, verdadeiro seguidor de Cristo, tem pouco temor e muita alegria. Cristo disse aos Seus discípulos: "Não temais, ó pequenino rebanho; porque vosso Pai se agradou em dar-vos o Seu reino". Lucas 12:32. "Alegrai-vos... porque o vosso nome está arrolado nos céus". Lucas 10:20.

Os que têm a certeza de que os seus nomes estão escritos no livro da vida, no céu, e que terão um lugar no reino da glória, podem dizer com confiança: "Deus é o nosso refúgio e fortaleza, socorro bem presente nas tribulações. Portanto, não temeremos







ainda que a terra se transtorne e os montes se abalem no seio dos mares". Salmos 46: 1, 2.

"O Senhor é a minha luz e a minha salvação; de quem terei medo? O SENHOR é a fortaleza da minha vida; a quem temerei?" Salmos 27:1.

Uma mente sadia, livre da escravidão do medo, é necessária agora mais que nunca dantes. E somente Cristo pode transmitirnos um espírito equilibrado, sadio e vigoroso. Aqueles que possuem a "mente de Cristo" (1 Coríntios 2:16), a coisa mais importante que um ser humano possa ter, dirão com o apóstolo Paulo: "O Senhor é o meu auxílio, não temerei; que me poderá fazer o homem?" Hebreus 13:6. "Se Deus é por nós, quem será contra nós?" Romanos 8:31. Somente o senso da presença divina connosco pode realmente banir o temor que torna a nossa vida infeliz. Isso é o que a Bíblia ensina. "Não temas, pois estou contigo", diz o Senhor. Génesis 26:24. Ver também 2 Crónicas 20:17; Isaías 41:10; Isaías 43:5.

Ao passo que o homem trivial tem muitos temores, o verdadeiro seguidor de Cristo tem apenas um grande temor, o temor de separar-se de Deus, perdendo, assim, o caminho para o reino, sem uma segunda oportunidade.

Amigo leitor: Esteja certo de ter a presença de Deus consigo, procure ter a certeza de que Ele (e não o inimigo) o está guiando em todos os Seus caminhos, e não terá medo desnecessariamente.







Não se deixe vencer pela ansiedade

Há uma condição subjectiva, doentia, chamada ansiedade, que se origina das impressões de experiências passadas armazenadas no subconsciente. O Dr. James H Otto explica:

"Estágios de ansiedade variam de suaves a condições extremas. Todos nós experimentamos algum grau de ansiedade algumas vezes. Quando a pessoa compreende o motivo da existência do problema, e, especialmente, quando sabe como vencê-lo ou contorná-lo mediante esforços conscientes e domínio próprio, o problema torna-se menos aterrador. Entretanto, alguns estados de ansiedade tornam-se agudos. Uma pessoa pode sofrer de constante temor ou sentimento de culpa, dependendo da natureza de um episódio ou uma experiência causadora da ansiedade. Pode ser que quase tudo que ele faça se relacione, de algum modo, com a ansiedade. Quando a ansiedade domina a personalidade toda, dizemos que se trata de uma ansiedade neurótica." *Modern Health*, pp. 62, 63.

Um estado de ansiedade é classificado como neurótico quando:

- a)É intenso e desproporcional à situação que o causou;
- b)Tem efeito contínuo sobre o neurótico, dominando a sua personalidade e transtornando o seu comportamento;
- c)Não pode ser vencido facilmente por introspecção e domínio próprio, e talvez exija ajuda médica.







Causas

Muitas pessoas sentem o tormento de uma consciência culpada. Seus conflitos íntimos estabelecem o palco para uma ansiedade neurótica de culpa que pode ser causada por situações como estas: Um negociante engana os seus clientes; um homem nega-se a ajudar um amigo em necessidade; um motorista atropela um pedestre e foge; um estudante comete algum erro e um de seus colegas é punido pelo erro cometido; um cônjuge quebra o voto de fidelidade conjugal; um pai desperdiça o seu salário nos bares, enquanto sua família é criminosamente negligenciada. Ninguém pode escapar às repreensões de uma consciência culpada. "A tortura de uma má consciência", disse Calvino, "é o inferno de uma alma vivente". Por outro lado, Addison escreve: "Uma boa consciência é para a alma o que a saúde é para o corpo; preserva conforto e serenidade constantes no nosso interior, e faz mais do que contrabalançar todas as calamidades e aflições que possam sobrevir-nos de fora".

A ansiedade anormal com respeito à saúde, muitas vezes com enfermidades imaginárias, acompanhada de uma melancolia severa, é uma condição conhecida como "hipocondria". O seguinte exemplo ilustra essa forma de ansiedade:

"Bárbara estava sempre doente. Pelo menos era o que ela pensava. Toda a vez que contraía um resfriado, preocupava-se com pneumonia. Toda a dor insignificante a preocupava. Vivia em constante temor de tuberculose, cancro, ou alguma outra doença terrível. Leu todos os artigos que encontrou sobre doenças e desenvolveu os sintomas descritos em todos eles. Quando um médico lhe dizia que não achava nada de errado, ela buscava outro médico. A sua prateleira de remédios parecia uma secção de farmácia. Ela de facto vivia num mundo de pânico, pílulas e prescrições médicas. Não havia, realmente, nenhum problema físico com Bárbara.







Mas ela estava doente do mesmo modo. Era um caso de hipocondria". James H. Otto, *Modern Health*, p. 113.

O homem é amiúde vencido pela ansiedade. O sentimento de insegurança, quando teme que algo está para acontecer, algo que se ache à sua espreita na próxima esquina, ou algo que possa repentinamente surgir das trevas, fá-lo parecer preocupado, cansado e pálido. Frequentemente ouvimos observações como esta: "Não sabíamos se ela viveria ou morreria e esperávamos com ansiedade a chegada do médico". Ou: "Havia um dilúvio em redor de nossa casa, e estávamos completamente isolados. Passámos momentos de grande ansiedade até que soubemos que estávamos seguros".

Dois filósofos, Soren Kierkegaard e Martin Heidegger, fizeram da ansiedade o próprio centro dos seus sistemas filosóficos. Kierkegaard achava que a filosofia e a teologia deviam lidar com a ansiedade, de outro modo fracassariam. Heidegger argumentava que a ansiedade é o centro da vida e de todas as perturbações emocionais. Seus escritos originaram uma escola de pensamento conhecida como Existencialismo, que ensina que a angústia é uma emoção comum a todas as pessoas quando enfrentam os problemas da vida. Soren Kierkegaard e mais tarde Jacques Maritain desenvolveram uma forma de existencialismo cristão, segundo o qual a angústia é aliviada pela fé em Deus. Martin Heidegger e Jean Paul Sartre criaram uma forma ateística de existencialismo. Enfatizavam a absoluta liberdade de escolha, que resulta em angústia e deixa o homem numa situação desesperadora, sem Deus e sem esperança. E muitas almas que não conhecem a Deus são apanhadas na rede de sua maneira negativa de pensar e passam por grandes sofrimentos através da ansiedade. Eis alguns exemplos:

Uma senhora visitou um conselheiro matrimonial com uma queixa: "Meu marido é preguiçoso", disse ela. "Ele não ganha dinheiro suficiente". Devido à sua grande ambição para se destacar, e porque ela era esbanjadora (o dinheiro suado que seu esposo







trazia para casa jamais lhe bastava), ela estava a ponto de destruir o seu lar ao solicitar o divórcio. O conselheiro disse-lhe que ela mesma era o problema e não o marido.

Pessoas superambiciosas tendem a ser egoístas e ansiosas. Mas há uma distinção entre ambição e ambição. Confúcio, filósofo chinês, ensinava: "As pessoas mesquinhas são ambiciosas por sucesso exterior. Os grandes homens são ambiciosos para atingir a maturidade". O anelo por fazer progresso moral e intelectual é o verdadeiro tipo de ambição, que não causa ansiedade ou sofrimento. Portanto, cuidemo-nos de ser vítimas de ambições espúrias.

A ansiedade pode ser justificada na presença de perigos reais. Mas estou falando de situações imaginárias. Há pessoas que se tornam ansiosas quando pensam em atravessar pontes antes de atingi-las ou antes de saberem se elas realmente existem; quando imaginam precisar de carregar fardos que jamais foram solicitados a levar; quando tentam solucionar problemas que jamais lhes foram apresentados. Tornam-se vítimas de seus próprios sentimentos, temendo aquilo que não existe realmente. A superstição, por exemplo, é uma causa injustificada de ansiedade. Algumas pessoas temem que, ao verem um gato preto passar por perto, ou ao passarem sob uma escada, ou ao quebrarem um espelho, ou ao usarem o número treze, trarão infelicidade sobre si mesmas. Tais temores não podem existir onde a pessoa é estabelecida na verdade, a Palavra de Deus.

Intimamente relacionado com a ambição está o problema da competição. Onde quer que as pessoas se ponham a competir umas com as outras, há sempre um problema de ansiedade. Por exemplo: Um profissional pode estar continuamente preocupado com a pergunta: "Conseguirei superar o meu colega?" Se essa for a sua principal ambição, ele observará o seu companheiro com olhos de suspeita, temendo constantemente que ele o supere. Será ator-









mentado por um sentimento de ansiedade. O leitor também será possuído de tais sentimentos se começar a comparar-se com os outros. Tente superar-se a si mesmo comparando-se humildemente com o único Modelo que nos foi dado como exemplo. O apóstolo Paulo escreveu: "Sede meus imitadores, como também eu sou de Cristo". 1 Coríntios 11:1.

Em muitos casos a ansiedade parece ser inevitável no ambiente em que vivemos. Jornais, rádio e televisão estão repletos de notícias deprimentes. E ficamos preocupados com o que ocorre no mundo, no nosso país, ou mesmo na nossa vizinhança.

O conflito entre pais e filhos é também uma causa frequente de ansiedade. Isso pode ser observado quando rapazes e raparigas desejam receber todos os afagos que possam conseguir, e, ao mesmo tempo, querem estar livres para fazerem tudo que lhes vem à mente. Estão em conflito consigo mesmos e com os seus pais. Em tais casos, pai e mãe passam por momentos de aflição. A ansiedade pode estar pesando sobre toda a família.

Parece-me, entretanto, que a causa mais comum da ansiedade encontra-se na consciência culpada. Se tem esse problema, jamais ficará livre de seu desconforto mental até que possa dizer com o apóstolo Paulo: "Por isso, também me esforço por ter sempre consciência pura diante de Deus e dos homens". Actos 24:16.

Úlcera gástrica

É um facto estabelecido que a secreção de ácido clorídrico no estômago muitas vezes é duplicada em caso de ansiedade ou quando a pessoa está preocupada. Um cavalheiro passou a ter problemas gástricos quando começou a preocupar-se com um colega que havia morrido de repente. Desenvolveu uma obsessão, temendo que poderia ter o mesmo destino. Uma professora tinha grande temor de





62

alguma coisa, e o temor trouxe-lhe, como consequência, uma úlcera gástrica. Quando venceu aquele medo, libertou-se da úlcera.

Um senhor que se queixava de problemas digestivos foi ao hospital. Os médicos não puderam descobrir imediatamente a causa do seu sofrimento. Durante o exame, entretanto, quando lhes contou como sua esposa o controlava, perceberam o acúmulo de ácido no seu estômago. Desse modo a causa real de seu sofrimento tornou-se patente.

O Dr. Felix Cunha declara: "A incidência de úlcera gástrica sobe ou desce com a bolsa de valores. Investigações cientificas confirmaram essa declaração". De facto, a ansiedade produz excesso de acidez no estômago, que, por sua vez, irrita o tubo digestivo e prejudica a digestão de diferentes maneiras.

Há um remédio

Um negociante fracassou em seus negócios e começou a inquietar-se. As suas preocupações produziram-lhe uma úlcera no estômago, a qual os médicos desejavam remover cirurgicamente. Nesse meio tempo ele descobriu a causa do seu problema de saúde e, como era cristão, decidiu seguir a prescrição de Cristo: "Vinde a Mim, todos os que estais cansados e sobrecarregados, e Eu vos aliviarei". Mateus 11:28. Ele entregou as suas preocupações a Cristo, livrou-se da sua úlcera gástrica, e ganhou 15 quilos em dois meses. Logicamente, os médicos renunciaram a ideia de operá-lo.

Amigo leitor: Há um caminho seguro para vencer a ansiedade: "Lançando sobre Ele [Cristo] toda a vossa ansiedade, porque Ele tem cuidado de vós". 1 Pedro 5:7.







Ultrapasse as suas preocupações

A vida é cheia de preocupações que têm atormentado a raça humana em todas as eras e estão golpeando a geração actual com grandes sofrimentos.

Antes de lidar com a causa das preocupações, devo mencionar um homem que queria descer ao fundo de um poço. Baixando uma corda que ele supunha que fosse suficientemente longa, desceu confiadamente. Para seu desespero, porém, quando atingiu o fim da corda, não foi capaz de tocar o fundo do poço com os seus pés. E como seus olhos não estavam ainda adaptados à escuridão, não podia ver a que profundidade ainda precisava de descer. Ao perceber que estava em apuros, esforçou-se em vão por subir pela corda, mas suas forças não o ajudaram. Ao mesmo tempo temia largar a corda, com medo de cair. Desse modo segurou-se à corda enquanto pôde. Quando não podia mais segurar-se, largou a corda e caiu, menos de dez centímetros. Muitas de nossas preocupações podem ser comparadas à experiência daquele homem.

As incertezas e vicissitudes da vida parecem tornar inevitáveis as preocupações. O Dr. William S. Sadler afirma: "Só a morte pode trazer alívio permanente da exposição às preocupações."







Causas da preocupação

1. A busca da felicidade

O desejo de alcançar a felicidade é uma das principais causas da preocupação. Muitas pessoas preocupam-se temendo perder ou deixar de obter as coisas que, segundo pensam, as tornariam felizes. Mas a própria preocupação é inimiga da felicidade, pois prejudica o prazer de desfrutar a vida.

2. Problemas de temperamento

Há os que se preocupam porque são criticados, ou porque são menosprezados, ou porque não são apreciados, ou porque não foram tratados com justiça por seus parentes e amigos. Suas conclusões podem ser verdadeiras, mas as suas preocupações são irrazoáveis e prejudiciais. Preocupações desse tipo são geralmente associadas ao complexo de inferioridade, um estado mental no qual a pessoa pensa em seu subconsciente que é inferior aos outros. Esforçando-se por vencer esse sentimento, o indivíduo pode tornar-se auto-defensivo e até agressivo. Tais criaturas muitas vezes demonstram temperamento explosivo, com manifestação de ira, prejudicando o sistema nervoso, o coração e o sistema digestivo.

3. Condições climáticas

Há pessoas que estão constantemente preocupadas com o clima. Algumas chegam à beira da depressão nervosa pelo temor constante de que as suas colheitas se perderão e que os seus planos serão frustrados pela tempestade, chuva, seca, calor ou frio.

4. Medo de errar

Pessoas esforçadas têm muitas vezes medo de cometer algum erro. Temem não honrar a responsabilidade que lhes foi confiada. Temem ser acusadas de não cumprir as exigências corresponden-



tes à sua posição. Tais pessoas desperdiçam muito tempo preocupadas com detalhes de seus assuntos comerciais, detalhes esses que talvez nem sejam de sua competência.

5. Queixas crónicas

O hábito de queixar-se, a disposição de achar faltas em tudo e em todos, torna-se uma segunda natureza em homens e mulheres que se tornaram queixosos crónicos. Estão sempre preocupados, queixosos, e infelizes.

6. Obsessão

A obsessão é uma ideia fixa que persiste na mente, embora seja reconhecida como falsa ou sem importância. Por exemplo: A menina que deve pisar em cada rachadura da calçada; o menino que deve tocar em todos os postes telefónicos em seu caminho para a escola; a senhora que deve contar todas as moedas todas as vezes que abre a bolsa; o homem que deve ver os livros na estante todas as vezes que entra em casa de alguém. Outro exemplo: Com o pensamento de que as suas mãos possam estar contaminadas, vai lavá-las, mas a ideia logo retorna com sua força inicial e volta à torneira. Certas condições podem desenvolver-se numa tendência doentia para a preocupação.

7. Problemas irreais

Talvez tenha visto um quadro com um homem idoso, curvado, triste, sugerindo uma vida cheia de perplexidades e ansiedades, com a seguinte inscrição: "Sou um homem idoso e tive muitos problemas, muitos dos quais jamais ocorreram".

Ao discutir o problema da preocupação, um escritor expressou--se de maneira perspicaz: "Você diz que não pode; seus amigos dizem que não quer; a verdade é que não pode querer ou não quer poder."





66

8. Problemas domésticos

A devida educação dos filhos, os cuidados costumeiros do lar, suspeitas entre marido e mulher, contas a serem pagas, tudo serve para causar preocupação.

9. A soberba da vida

Um escritora bem conhecida diz: "Há muitos cujos corações sofrem sob uma carga de cuidados porque procuram atingir o padrão do mundo. Escolheram seu serviço, aceitaram suas perplexidades, adoptaram seus costumes. Desse modo seu carácter é manchado, e sua vida se torna um fardo. A fim de satisfazerem a ambição e os desejos mundanos, ferem a consciência e trazem sobre si mesmos um fardo adicional de remorsos. A preocupação contínua exaure a energia vital".

10. Problemas sociais

Os conflitos sociais e familiares podem causar preocupações a ponto de levar suas vitimas ao alcoolismo ou ao vício das drogas com o fim de assegurar-lhes alívio das tensões nervosas.

11. Problemas de trabalho

O conflito constante entre capital e trabalho produz incerteza, ansiedade mental e preocupação.

12. Problemas religiosos

O Dr. Sadler afirma: "Erros doutrinários na interpretação de crenças religiosas são responsáveis por muitos dos casos de depressão, tristeza e desânimo de professos cristãos. Esses erros causam experiências insatisfatórias e infelizes entre os que professam ser seguidores de Cristo... Muitas almas fervorosas e honestas têm tamanhas batalhas com a dúvida sobre o perdão dos seus pecados, ou com o temor da condenação eterna, que a mente é mantida em







escravidão constante por esses pensamentos insistentes e opressivos, os quais finalmente resultam em produção de preocupação crónica."

Muitas pessoas religiosas são extremamente conscienciosas e escrupulosas. O seu sistema nervoso pode ter sido enfraquecido, possivelmente por um traço de insanidade na família. Talvez alguns dos seus ancestrais tenham sido alcoólicos ou sifilíticos. A sua estrutura física acrescida da sua condição mental, mais excitamento ou fanatismo, são causas frequentes de preocupação crónica.

Algumas pessoas preocupam-se tanto com a salvação dos seus semelhantes que, em certa medida, querem assumir a obra do Salvador.

13. Preocupação com a velhice

Outra forma de preocupação é a chamada preocupação com a velhice. Muitas pessoas idosas preocupam-se com o futuro. Isso é verdade especialmente com aqueles que não fizeram provisão suficiente para a sua manutenção na idade avançada.

Efeitos da preocupação

Se estivermos em busca de assuntos sobre os quais nos preocupar, acharemos tantos que assumirão o controlo total da nossa mente, serão uma ameaça para a nossa carreira, destruirão a nossa utilidade, e fatigarão nossas almas a ponto de tornar a vida insuportável.

O Dr. Sadler afirma: "A preocupação obscurece nossa visão da vida, tanto neste mundo como no vindouro; atrofia as faculdades mais elevadas da mente; anuvia nossa visão da vida e todos os seus deveres... A actividade mental nunca mata. Mas o trabalho mental







acrescido de preocupação é altamente destrutivo para a saúde do cérebro e a vida do corpo. Trabalho mental intenso acrescido de preocupação incomum, levada ao nível de causar insónia, produz condições que rapidamente arruinarão a saúde e abaterão a mente mais do que qualquer outra combinação possível... A preocupação produz algumas doenças nervosas. A mais importante entre estas é a condição conhecida como 'neurastenia', comummente chamada 'depressão nervosa'. Os pacientes que são vítimas dessa condição são tidos usualmente como gastos ou esgotados... A hipocondria é outra enfermidade que deve sua origem grandemente às preocupações...Uma terceira forma de problema nervoso devida à preocupação e à ansiedade é a histeria. Alguns dos resultados físicos da preocupação crónica podem ser resumidos como segue: insónia, perda de peso, anemia, pressão sanguínea elevada, arteriosclerose, velhice prematura, dores de cabeça, dispepsia, constipação, pele pálida, má circulação, predisposição para contrair resfriados e doenças contagiosas, e apoplexia".

Tem-se dito, nos círculos médicos, que nove décimos de todas as doenças comuns originam-se na mente. De facto, mais que um germe ¹ é necessário para produzir uma enfermidade. Os germes necessitam de ambiente favorável no qual possam desenvolver-se. Directa ou indirectamente, a preocupação produz uma condição favorável ao desenvolvimento de inúmeras doenças.

No seu livro *Self-Control* (Auto-Controlo), W. Cr. Jordan diz: "A preocupação é a forma mais popular de suicídio. A preocupação prejudica o apetite, perturba o sono, transtorna a respiração, atrapalha a digestão, irrita a disposição, distorce o carácter, enfraquece a mente, estimula a doença e mina a saúde física. A preocupação é um veneno mental".





¹ Germe: microorganismos capazes de provocar uma doença.



Alguém escreveu uma alegoria sobre o efeito pernicioso da preocupação. Um dia um homem estava caminhando pela estrada quando encontrou o nosso inimigo comum, chamado Morte.

"Aonde vai?" perguntou o homem.

"À cidade", respondeu a Morte.

"E o que fará lá?"

"Farei o que puder para matar dez mil pessoas",

"Mas isso é terrível', disse o homem. "Como pode fazer coisa tão horrenda?"

"Horrenda ou não, este é o meu trabalho", respondeu a Morte.

O homem correu para a cidade a fim de advertir a tantos quantos pudesse. E muitos milhares de pessoas começaram a preocupar-se com a ameaça do nosso inimigo comum. À noite, os dois encontraram-se de novo, e o homem disse à Morte:

"Você disse-se pela manhã que ia matar dez mil pessoas; contudo, pelas notícias que acabo de ouvir, não dez mil mas setenta mil foram mortos. Como explica isso?

"A explicação é muito simples," disse a Morte. "Eu matei apenas dez mil. Os outros sessenta mil foram mortos pela preocupação".

A cura da preocupação

Deve-se fazer uma distinção entre o consciencioso cumpridor dos deveres, que luta para vencer a preocupação, e a pessoa que não se preocupa, não pensa, nem age. O indivíduo do tipo despreocupado, que confia na sorte, que se deixa levar pela corrente do tempo, que não se preocupa com nada, que aceita tudo como vem, não deve ser louvado mas lamentado. Pensar e decidir, pesando os prós e os contras de todo o problema importante, é uma necessidade. A acção deve ser precedida de planeamento. Mas o "espasmo da atenção",





70

o desconforto, a ansiedade, a tensão mental, isso necessita de alívio. A preocupação pode ser aliviada e eliminada.

1.Use os remédios da natureza

Sair para uma caminhada e tomar um banho morno antes de dormir alivia a tensão mental e induz o sono. Os remédios naturais, como a água, o exercício, o ar puro, a dieta apropriada, ajudam bastante. Se desejar vencer as preocupações, aproxime-se da natureza, os rios, os lagos, o mar, as montanhas, os vales, os prados cobertos de flores multicoloridas, as florestas e os pássaros. E faça de tudo para promover a boa saúde.

2. Evite o uso de drogas

É errado usar drogas para ajudá-lo a vencer as preocupações. Quando a preocupação é eliminada pelas drogas, é certo que ela torna a voltar.

3. Controle os seus pensamentos

Não se deixe levar de arrastão como um barco sem leme, jogado de uma parte para outra pelo desassossego. Em vez disso, eduque-se para controlar os seus pensamentos. Treine a mente para pensar positivamente. Em lugar de dizer o tempo todo: "Não suporto o barulho dessas crianças; deixam-me louco", pense deste modo: "O barulho inocente desses pequenos não me incomoda nem um pouco".

4. Evite falsas sugestões

Falsas sugestões, que apelam à imaginação, podem produzir alívio imediato. Mas o preço deve ser calculado. Todos os métodos de sugestão, simpatia e conselho, baseados no engano, procedem do maligno.







5. Evite os curandeiros

Os curandeiros tentam ganhar a confiança dos pacientes como prérequisito para banir as preocupações. Os seus métodos podem trazer algum alívio por pouco tempo, mas os resultados desastrosos sobre a mente e a alma serão inevitáveis. Não tenha nada a ver com eles.

6.Desfrute o trabalho

Um de nossos presidentes disse que desfrutava de boa saúde apesar do seu trabalho estafante, porque gostava do que fazia. Se a pessoa não gosta da sua ocupação, procure outra, da qual goste. A satisfação com o seu trabalho ajudará a remover as preocupações.

7. Amplie o seu horizonte

Muitas vezes uma mudança produz alívio. Se ampliar o seu campo de visão, e expandir sua esfera de interesses, e desdobrar sua área de actividades, a sua tensão mental provavelmente diminuirá.

8. Ajude-se a si mesmo ajudando a outros

As pessoas que estão ocupadas no acto de alegrar a outros, ajudando-os a superar os problemas, serão fortalecidas na batalha para banir suas próprias preocupações. Deixe o egoísmo e faça algo pelos semelhantes. Não permita que as suas necessidades artificiais ou imaginárias tomem seu tempo e seus recursos. Lembre-se da lição do Bom Samaritano. Siga o seu exemplo e verá como funciona.

9. Viva dentro das suas possibilidades

Faça o melhor para viver dentro dos limites da sua renda. Não se torne escravo das dívidas. Lembre-se de que é muito mais fácil contrair dívidas do que livrar-se delas. As dívidas causam sempre preocupações.







10. Alimente-se espiritualmente

Todos nós, sem excepção, alimentamos o corpo, e muitos alimentos fornecem nutrientes para a mente, mas apenas poucas pessoas prestam atenção às suas necessidades espirituais. Os que negligenciam a alma dificilmente terão força para restringir as preocupações. Incapazes de superar as dificuldades, vivem numa atmosfera de desânimo e até de desespero. Perfeita confiança em Deus é o primeiro requisito no tratamento eficiente e livramento da escravidão das preocupações.

De acordo com o Dr. Sadler, "a religião cristã" é "o verdadeiro sistema de tratamento da mente, a verdadeira psicoterapia científica". Ele afirma: "A oração é o mais poderoso e eficaz remédio para remover as preocupações".

Um senhor, paralisado pelas preocupações, era incapaz de dormir à noite. Sua condição continuou piorando mais e mais. Quando se agarrou à última palha, pronto para qualquer acção, até mesmo o suicídio, um amigo cristão aproximou-se dele e mostrou-lhe o caminho, apontando-lhe o Portador de fardos, que disse: "Vinde a Mim, todos os que estais cansados e sobrecarregados, e Eu vos aliviarei". Mateus 11:28. "[Lançai] sobre Ele toda a vossa ansiedade, porque Ele tem cuidado de vós". 1 Pedro 5:7.

Naquela mesma noite o homem, que havia vivido muito tempo sem orar, voltou-se para Deus em oração, derramou perante o Senhor a sua história de infortúnios, pediu ao Todo-poderoso que o ajudasse a livrar-se dos problemas, e finalmente adormeceu enquanto orava. Horas mais tarde, quando despertou, estava certo de que havia encontrado a cura necessária. Dirigiu-se ao seu médico e explicou-lhe: "Doutor, encontrei a cura. Conto a Deus os meus problemas e os transfiro para Ele". "Se todos os meus pacientes fizessem apenas isso", respondeu o psicólogo, "eu ficaria pobre".







No sermão da montanha, Jesus ensinou aos Seus discípulos uma máxima importante que deveria ser colocada diante dos pacientes na sala de espera de cada psicólogo: "Não vos inquieteis com o dia de amanhã, pois o amanhã trará os seus cuidados; basta ao dia o seu próprio mal". Mateus 6:34.

Certo dia, quando servia como capelão do Senado americano, Peter Marshal abriu a reunião com a seguinte oração: "Senhor..., ajuda-nos a fazer o melhor neste dia e a estar contentes com os problemas de hoje, de modo a não tomar emprestados os problemas de amanhã. Salva-nos do pecado da preocupação a fim de que as úlceras pépticas não sejam o distintivo da nossa falta de fé". Sem dúvida, seremos beneficiados ao seguirmos o exemplo do capelão, que atendeu à prescrição do Médico dos médicos. Milhões de sofredores infelizes vão para a sepultura sem achar alívio porque jamais experimentaram esta receita. Mateus 6:34 e 11:28.

O apóstolo Paulo, que adoptou esse preceito, deixou-nos inestimável exemplo quando disse: "Varões, irmãos, tenho andado diante de Deus com toda a boa consciência até ao dia de hoje." Actos 23:1. Os que ignoram o valor de uma consciência limpa diante de Deus, como uma barricada contra a preocupação, pouco ou nada entendem de psicoterapia.

Amigo leitor: Há apenas um caminho para os que desejam possuir paz mental: Devem primeiro ter paz com Deus.







Cura mental: verdadeira e falsa

O nosso século é uma era de ansiedades responsáveis pelo grande aumento das aflições humanas. É a ansiedade que faz com que as pessoas pareçam cansadas, pálidas, e enfermas. "Ansiedade," diz um teólogo e editor americano, "é a ferrugem da vida, destruindo-lhe o brilho e debilitando-lhe a força".

"A ansiedade é o veneno da vida humana", escreve Hugh Blair, e "o pai de muitos pecados e muitas misérias".

Somos muitas vezes vergados, não pelos cuidados do dia, mas pelos fardos do amanhã. Infelizmente, ainda não aprendemos que a energia que nos é dada hoje é para as necessidades de hoje. Para os problemas de amanhã, que não podemos prever muito bem, somos informados de que a melhor medicina preventiva é a confiança permanente na providência divina.

H. W. Beecher afirma: "Quando tomamos problemas emprestados, e contemplamos o futuro para ver que tempestades virão, e nos afligimos com a pergunta: como desviar-nos delas caso venham, perdemos a devida confiança em Deus. Ao atormentarmonos com perigos, ou provações, ou reveses imaginários, já nos separamos daquele perfeito amor que lança fora todo o temor".

Não há dúvida de que, na maioria dos casos, a condição doentia do corpo se origina na preocupação, no temor, e na constante luta que, em grande medida, resulta dos problemas que o nosso mundo







stressado reflecte sobre nós. O Dr. Hector Walfisch, psicopatologista de Buenos Aires, Argentina, declarou: "Se quiséssemos dar um exemplo de cada uma das manifestações somáticas resultantes de factores psicológicos, poderíamos escrever um volumoso livro, porque as estatísticas mostram que, em 70% de todas as enfermidades, as causas psicológicas têm grande participação". Todo o tipo de frustração contínua e todo o tipo de conflito não resolvido, de acordo com o Dr. Walfisch, produz desordens físicas localizadas.

No seu livro Illusions and Delusions of the Supernatural and the Occult (Ilusões e Enganos do Sobrenatural e do Ocultismo), pp. 200 e 201, o D. H. Rawcliffe dá uma longa lista de aflições físicas provenientes de uma mente apreensiva. Essa lista inclui: cansaço (ou fadiga), debilidade física, prostração (esgotamento total), dores em várias partes do corpo, problemas digestivos, prisão de ventre, colite, úlcera gástrica ou duodenal, insónia, dor de cabeça, irregularidades menstruais, anorexia (falta de apetite), problemas de pele (acne, eczema, psoríase, seborreia), asma, problemas cardíacos (incluindo palpitação, pulsação irregular, e hipertensão), incontinência urinária, paralisia dos membros, visão deficiente ou mesmo cegueira, afonia (perda da voz), afazia (perda ou debilidade da capacidade de usar ou compreender a linguagem resultante de distúrbio funcional ou emocional), surdez, doença reumática (desordem nervosa caracterizada por contracções espasmódicas, mais comum nas crianças do sexo feminino.

"Muitas das enfermidades sofridas pelo ser humano resultam da depressão mental. Aflição, ansiedade, descontentamento, remorso, sentimento de culpa, desconfiança, todas tendem a destruir as forças vitais e a convidar a decadência e a morte.

"A doença é muitas vezes produzida e agravada pela imaginação. Muitos que poderiam estar bem, se assim pensassem, são inválidos vitalícios... Muitos morrem de doenças cujas causas são totalmente imaginárias.







"Ânimo, esperança, fé, simpatia, amor promovem a saúde e prolongam a vida. Uma mente alegre, um espírito contente, é saúde para o corpo e força para a alma. 'O coração alegre é bom remédio, mas o espírito abatido faz secar os ossos'. Provérbios 17:22.

"No tratamento dos enfermos não se deve descuidar a influência mental. Correctamente usada, tal influência proporciona um dos meios mais eficazes no combate à doença". *The Ministry of Healing*, p. 241.

Armadilhas satânicas

O mundo está inundado de diferentes tipos de terapias mentais, cura magnética, cura pela fé, terapia sugestiva e hipnotismo. Esses sistemas aparentemente proporcionam algum alívio em caso de esgotamento mental e parecem mesmo curar algumas enfermidades físicas. Mas o estrago causado é muito maior que os benefícios oferecidos.

Muitas curas mentais para a preocupação, a ansiedade e o temor são baseadas no engano. Funcionam como drogas mentais e debilitam a mente. O hipnotismo é apenas um tratamento de sintomas: não remove a causa. Todos os métodos empregados no campo da cura mental que envolvem a submissão da mente a qualquer outro poder que não seja Deus, são espiritualmente prejudiciais e não podem proporcionar nenhum alívio permanente e verdadeiro. O engano mental, não importa por qual nome ou "ismo" seja chamado, não resolve problemas de saúde. De modo geral, todo o falso sistema de cura mental funciona da seguinte maneira:

1. Pretende ser um protesto contra o materialismo e o racionalismo modernos. Muitas pessoas estão cansadas de alimentar-se das palhas da ciência. Por mais de cem anos os sacerdotes dos laboratórios têm martelado os baluartes do cristianismo. E agora,









como reacção, vemos um dilúvio de ensinos e práticas ligados ao espiritismo e panteísmo cobrindo a terra.

- 2. É um protesto inconsciente contra a medicação indiscriminada com drogas e contra o tratamento artificial da doença. Por mais de cem anos os médicos têm tratado as doenças com drogas. Agora a profissão médica está restringindo e regulando mais e mais o uso de drogas no tratamento das doenças. Muitas doenças são agora tratadas quase sem o uso de drogas. Mas inúmeras pessoas têm a tendência de balançar o pêndulo terapêutico para o outro extremo. Milhares têm adoptado os ensinos de seitas que declaram ser a doença irreal, reconhecendo apenas o tratamento mental para as enfermidades físicas. Procurando evitar uma cova, caem noutra.
- 3. É misterioso e, por conseguinte, fascinante. Como os seus ensinos são inquestionavelmente insondáveis, sempre estará rodeado pelo aroma do mistério.
- 4. Oferece à pessoa uma maneira ilusória de livrar-se da sua própria consciência desassossegada. Não reconhece o pecado nem as más acções. A transgressão das leis mentais, morais e físicas é desconhecida em seus ensinos. Todas as vítimas da preocupação com a doença física ou moral deixam imediatamente de sentir incómodos espirituais no momento em que crêem nesses ensinos.
- 5. Progride mediante falsos meios, porque elimina temporariamente o temor e a preocupação. Os indivíduos tratados sentem-se beneficiados fisicamente pela aparente libertação, durante algum tempo, da escravidão do temor e da dor.
- 6. Elimina imediatamente todas as doenças imaginárias. Muitas consequências físicas cedo ou tarde desaparecem; e desde que grande percentagem de enfermidades têm a sua origem no estado da mente, muitas pessoas sentem-se ajudadas dessa maneira.







- 7. É um sistema de fé cega. Ao passo que traz alguns efeitos físicos favoráveis, desvirtua a mente, incapacita o raciocínio e enfraquece o juízo. E impede, de muitas outras maneiras, o desenvolvimento e o fortalecimento das faculdades mentais.
- 8. Pretende representar o firme poder da decisão, mostrando a influência da mente sobre o corpo quando a mente se submete a uma só ideia, que pode ser essencialmente falsa.
- 9. É uma forma de engano mental. O indivíduo é ensinado a praticá-lo em si mesmo, de modo que se fascina com o seu poder compulsório sobre sua própria pessoa.
- 10. É uma mistura de verdade e erro. Os falsos sistemas de cura estão ganhando terreno no mundo apesar dos seus erros, porque contêm um grão de verdade nem sempre reconhecida seja pelos cientistas ou religionistas, especialmente a inflência da mente sobre o corpo.

Como a "fé" cura

De acordo com pesquisa médica actual, a preocupação destrói a nossa resistência à enfermidade, afecta o sistema nervoso e prejudica vários órgãos, incluindo o coração. Pesquisas médicas confirmam também que a fé, verdadeira ou falsa, pode remover o medo, a ansiedade e a preocupação, produzindo resultados físicos. Uma mudança no estado mental da pessoa influencia o sistema nervoso, o sistema circulatório, a respiração, a digestão, os órgãos excretores, e mesmo a força física. É assim que os feiticeiros e os curandeiros conseguem resultados.

Não importa se a vítima crê realmente neste ou naquele sistema no que se refere aos efeitos físicos imediatos. Se põe a sua fé em algo, pode experimentar efeitos favoráveis no seu organismo.







Cuidado com a hipnoterapia

Esta advertência, que vem de uma escritora cristã, deveria ser levada em séria consideração:

"Mediante essa chamada ciência, uma mente é submetida ao controlo de outra mente, de modo que a individualidade do mais fraco imerge naquele de mente mais forte. Uma pessoa executa a vontade da outra. Pretende-se desse modo poder mudar o curso dos pensamentos, comunicar os impulsos promovedores de saúde, e habilitar o doente a resistir e vencer a enfermidade...

"Deus deseja pôr os homens em directo relacionamento com Ele... para que sejam transformados à semelhança divina. Satanás trabalha para impedir este desígnio. Procura fomentar a confiança nos homens. Quando a mente é desviada de Deus, o tentador pode colocá-la sob o seu domínio. Pode governar a humanidade.

"A teoria do controlo da mente por outra mente originou-se em Satanás a fim de introduzir-se como obreiro líder, para colocar a filosofia humana onde a divina deveria estar. De todos os erros que estão encontrando aceitação entre cristãos professos, não há engano mais perigoso, nenhum mais adaptado para separar infalivelmente o homem de Deus, do que esse". *The Ministry of Healing*, p. 242.

A verdadeira cura mental

Para o tratamento da tristeza, da dor e do medo, que têm sido o quinhão do homem desde o principio, a Bíblia oferece o remédio mais eficaz: "Perto está o SENHOR dos que têm o coração quebrantado e salva os de espírito oprimido". Salmos 34:18. O evangelho de Cristo é o poder de Deus para restaurar a mente, a alma, e o corpo.









"Quando o evangelho é recebido em sua pureza e poder, é uma cura para as moléstias originadas pelo pecado. O Sol da Justiça ergue-Se trazendo 'cura nas Suas asas'. Malaquias 4:2. Todos os recursos do mundo não podem curar um coração quebrantado, nem comunicar paz de espírito, nem remover o cuidado, nem banir a enfermidade. A fama, o génio, o talento, todos são incapazes de alegrar um coração dolorido ou restaurar uma vida arruinada. A vida de Deus na alma é a única esperança do homem.

"O amor que Cristo difunde por todo o ser é um poder vitalizador. Todas as partes vitais, o cérebro, o coração, os nervos, são tocadas com o poder curador. Por ele as mais elevadas energias do ser são despertadas para a actividade. Liberta a alma da culpa e da tristeza, da ansiedade e do cuidado que corroem as forças vitais. Com ele vem a serenidade e a calma. Implanta na alma uma alegria que nada do mundo pode destruir – a alegria no Espírito Santo, alegria que comunica saúde e vida." *The Ministry of Healing*, p. 115.

Amigo leitor: Nenhum remédio jamais inventado pelo homem é tão poderoso e valioso como a famosa prescrição do Grande Médico: "Clamam os justos, e o SENHOR os escuta e os livra de todas as suas tribulações". Salmos 34:17.







Cuidado com a superstição

O Dicionário Mundial (World Book Dictionary), publicado por Thorndike e Barnhart, define superstição como segue: "Medo ou temor irrazoável de algo desconhecido, misterioso ou imaginário, especialmente relacionado com religião".

Na Enciclopédia Mundial Ilustrada (Illustrated World Encyclopedia), lemos: "Provavelmente mais de metade do povo de todo o mundo mantém ideias supersticiosas de algum modo".

Voltaire, famoso escritor francês, contrário a todas às igrejas e religiões organizadas, declarou: "Morro adorando a Deus, amando os meus amigos, não odiando os meus inimigos, e detestando a superstição".

A superstição existe mesmo no campo da ciência. Thomas H. Huxley, grande pensador e cientista inglês, escreveu: "Novas verdades... começam como heresias e... terminam como superstições".

Através dos séculos, o ser humano tem sido perturbado e amedrontado por eventos ou circunstâncias estranhas e misteriosas para os quais não tem tido explicação satisfatória. Daí ter ele desenvolvido crenças irrazoáveis quanto ao sobrenatural, a crença de que a natureza afecta a conduta humana de maneiras místicas; a crença de que objectos, palavras e gestos afectam a vida das pes-





82



soas; a crença em magia, feitiçaria, etc. Crenças ou práticas mantidas por razões julgadas insuficientes são chamadas superstições.

Superstições do passado

A antiga Roma tinha adivinhos ou vaticinadores nomeados oficialmente. Estes eram divididos em classes. A classe mais elevada era a dos augúrios ou auspícios. Esses homens eram consultados pelo governo antes de enviar um exército ao campo de batalha, antes de decretar uma lei, ou antes de tomar alguma decisão importante. Os adivinhos observavam alguns sinais que tinham o dever de interpretar. Por exemplo: um relâmpago que brilhasse no céu da esquerda para a direita era considerado bom sinal, sinal de aprovação. Um relâmpago que riscasse o céu da direita para a esquerda era considerado mau sinal, sinal de desaprovação. Entre os romanos, os oráculos constituíam outra classe importante de adivinhos, que eram considerados inspirados pelos deuses (espíritos). Era tarefa deles responder a perguntas a respeito do futuro.

Os gregos também tinham os seus adivinhos e oráculos. O Oráculo de Delfos na Grécia era considerado a voz de um deus que proporcionava ajuda e conselho às pessoas. Os reis e comandantes de muitos países iam a Delfos para descobrirem a sua sorte na guerra ou na paz. Para ouvir a voz do deus, uma sacerdotisa preparava-se mediante a purificação da mente, usando incenso (fumo proveniente de ervas e grãos) sonífero. Como os oráculos não podiam ser devidamente compreendidos por aquele que pedia conselho, ele muitas vezes chegava a conclusões erradas. A experiência de Creso, rei da Lídia, é um exemplo marcante nesse sentido. Creso foi a Delfos e consultou o famoso oráculo, cujas respostas eram enigmáticas. Foi-lhe dito que ele destruiria um grande império se fosse adiante com







os seus planos de conquistar a Pérsia. Ele atacou Ciro, rei da Pérsia, e foi derrotado. Mas Creso de facto destruiu um grande império, o seu próprio império.

Na antiga Babilónia havia homens que estudavam os astros, pois criam que os mesmos, conforme a posição em que se encontravam, influenciavam a vida das pessoas a partir do dia do nascimento. Esses homens chamavam-se astrólogos. A astrologia, que não deve ser confundida com a astronomia, é uma falsa ciência baseada na crença de que, observando-se a posição dos astros, é possível contar o que ocorrerá no futuro próximo. A astrologia pretende explicar como os astros influenciam os negócios dos seres humanos. Até hoje homens famosos têm tido astrólogos como conselheiros. Muitos não farão coisa alguma sem antes receberem conselho desses agentes. A todos os homens de ciência, entretanto, está claro que a astrologia é uma forma de superstição. Os cristãos deviam saber o que a Bíblia diz a respeito dos que se envolvem nesse engano:

"Já estás cansada com a multidão das tuas consultas! Levantem-se, pois, agora, os que dissecam os céus e fitam os astros, os que em cada lua nova te predizem o que há-de vir sobre ti. Eis que serão como restolho, o fogo os queimará; não poderão livrar-se do poder das chamas; nenhuma brasa restará para se aquentarem, nem fogo, para que diante dele se assentem." Isaías 47:13, 14.

Superstição em nossos dias

Muitas superstições que vieram do passado, como as que se originam de um relacionamento entre coisas semelhantes, são ainda comuns nos nossos dias. Por exemplo: as fases crescentes da lua, da lua nova para a lua cheia, crê-se ter influência favorável sobre o crescimento das plantas. Em certas áreas do norte da Europa, as mulheres batem a massa de farinha com ovos seguindo a direcção







do ponteiro do relógio, pensando que, batendo-a em sentido contrário, haverá azar.

Crê-se que um pé de coelho, uma ferradura, ou um trevo de quatro folhas podem trazer sorte. Algumas coisas há que se crê poderão trazer azar: quebrar um espelho, passar sob uma escada, abrir uma sombrinha dentro de casa, voltar de uma viagem, vestir qualquer roupa ao avesso, usar uma pena de pavão, encontrar-se com um gato preto, ir ao encontro de um cortejo fúnebre, sair de casa pela janela, sentar-se sobre a mesa, varrer a casa e pôr a varredura para fora à noite, atirar o chapéu para a cama, ou adiar um casamento. Alguns crêem que, se suas orelhas estão ardendo, é porque alguém está falando a seu respeito; se sente um calafrio, alguém está caminhando no local onde será a sua sepultura; se pisar numa fenda, errará as suas lições. Uma superstição bem conhecida diz que o noivo terá azar se vir a noiva no dia do casamento antes de se encontrarem na igreja. Por outro lado, a noiva terá sorte se vestir "algo antigo, algo novo, algo emprestado, algo azul".

Como o 13 é considerado número de azar, muitos hotéis não têm o 13.º andar nem o quarto 13. Pela mesma razão, as casas da cidade e cabines de barcos a vapor algumas vezes evitam o número 13. Sexta-feira é considerado um dia de azar. Se a sexta-feira cair num dia 13 do mês, será considerado um dia de muito azar.

Para muitas pessoas, o lado esquerdo é sujeito a tabus (proibições). O uso da mão esquerda, por exemplo, neutralizaria o bem.

A crença de que o mal pode ser transmitido pelos olhos de certas pessoas (o mau olhado) é uma superstição antiga e difundida, muito comum especialmente no mundo muçulmano.

Em certos lugares crê-se que um quadro ou um reflexo de uma pessoa possui parte do seu espírito ou alma. Daí a prática de cobrir os espelhos quando uma pessoa morre.

Diz-se que o sal possui qualidades mágicas e é capaz de repelir espíritos maus. De acordo com um costume antigo, as pessoas







põem uma pitada de sal no ombro esquerdo para manter o demónio afastado. O derramamento de sal é considerado como prenúncio de que haverá discórdia ou azar. Crê-se que lançar uma pitada de sal no fogo é um meio de apressar a saída dos visitantes.

A superstição tem sido associada também com a medicina. Tal é o caso de muitos medicamentos populares. As nozes, por exemplo, tendo a forma de um encéfalo, diz-se serem boas para enfermidades do cérebro. Médicos chineses costumavam recomendar a parte superior da planta para enfermidades da cabeça, a parte do meio para enfermidades do peito, e as raízes para enfermidades das pernas. Algumas pessoas aplicam a pomada, não à ferida, mas ao instrumento que causou a ferida, e tentam curar a mordida de um cão aplicando à ferida um pelo daquele cão. Durante a epidemia de gripe de 1918, muitas pessoas na Europa e nos Estados Unidos foram vistas tendo ao redor do pescoço um saquinho com alguma planta de mau cheiro para repelir a enfermidade.

Para um aborígene australiano, uma vara segurada na mão direita é uma vara macho, ao passo que uma vara segurada na mão esquerda é uma vara fêmea.

Algum tempo atrás um toro de madeira, igual aos que são normalmente serrados em pranchas, estava sendo arrastado em Pequim por várias mulas. Subitamente aquele toro estacou e as mulas não mais conseguiram movê-lo. Alguns dos "sábios" foram chamados para dar seus conselhos. Estudaram o problema e declararam solenemente que aquele toro estava possuído por um espírito e que a atitude mais sábia seria construir um pagode sobre ele. O conselho daqueles "sábios" foi posto em prática, e aquele toro foi transformado em um objecto de adoração.

Uma senhora escreveu ao jornal *Sacramento Bee* dizendo que se tinha casado com alguém de uma família carregada de superstições, e mencionou duas bastante estranhas: Não coloque um par de sapatos novos sobre a mesa, azar. Jamais costure coisa alguma







que esteja sobre seu corpo (como um botão que esteja faltando na sua roupa alguns minutos antes de sair). Se fizer isso, vai "costurar sua memória". Outra pessoa admite: "Jamais viro uma página do calendário mesmo uma hora antes de o novo mês começar. Se o fizer, tenho a certeza de que aquele mês será terrível. Além disso, não uso roupa nova para ir à escola. Tenho que estreá-la na cidade, na igreja, no trabalho, ou em qualquer outro lugar; se não fizer assim, alguma coisa má há-de acontecer". Outra pessoa explica: "Minha superstição favorita é tentar pegar as pequenas bolhas que flutuam na superfície do café antes que a espuma esteja em contacto com a chávena. Quem pegar as bolhas (refiro-me a elas como dinheiro) antes do contacto, ficará rico".

Esta vem da revista *Parade*, de 8 de Abril de 1979: "Três anos atrás, a agência de gravação e impressão planeou economizar sete milhões de dólares pela substituição da metade das notas de um dólar com notas de dois dólares. Era uma boa ideia, mas a agência não levou em conta a superstição americana. Os americanos consideram as notas de 2 dólares azaradas e simplesmente não as querem. Resultado: a maior parte dos quatro milhões de notas de dois dólares foram retiradas pela agência e permanecem guardadas na caixa forte do governo".

Durante uma seca no sul de Oregon, diz um pequeno artigo publicado no *Sacramento Bee* – um grupo de "médicos da terra" pediu "a todos os afectados pela seca na costa oeste que participassem de uma "dança sincrónica pela chuva" ao "pôr-do-sol" de um certo dia. O porta-voz do grupo explicou que a tempestade que caiu a certa distância da costa oeste poderá trazer chuva, se todos nós "reunirmos os nossos amigos e vizinhos, fizermos uma fogueira, cantarmos, dançarmos, salmodiarmos e trabalharmos juntos".

Eu estava na estação ferroviária aguardando o comboio, numapequena cidade da América do Sul. Fazia seis meses que não chovia. Muita gente se queixava da longa estiagem. Perto de







mim, duas senhoras estavam conversando sobre o problema da seca. Uma delas disse: "Não sei o que mais fazer. Banhei todos os meus santos e nada adiantou". A outra sugeriu: "Eu conheço um método melhor, Matar um sapo e deitá-lo de barriga para cima. Aí vem chuva com certeza". Tive que afastar-me depressa com vontade de rir.

A superstição é muitas vezes misturada com feitiçaria, de modo que nem sempre é fácil distinguir uma da outra. E, nas mentes de pessoas mal-informadas, ambos os termos se referem à mesma coisa. Quando lhes pede que expliquem um fenómeno sobrenatural observado na área do espiritismo, onde intelectuais, doutores e cientistas têm ficado perplexos, eles não sabem do que está falando. E algumas vezes, quando em busca de respostas evasivas, entram em conflito com factos bem conhecidos.

Astrologia, cartas de baralho, quiromancia, bola de cristal, interpretação de sonhos são enganos que vicejam sob um nome sofisticado, ler a sorte. Esse é um terreno mais perigoso que as simples formas de superstição.

Amigo leitor: Somente a Palavra de Deus, que é a verdade, pode proteger-nos contra esses perigos.







A arte de permanecer jovem e viver mais

Se tivesse a oportunidade de escolher apenas uma bênção terrestre, que decisão o seu bom senso o aconselharia a fazer? Não há razão para hesitar. Com certeza pediria ao Senhor que lhe desse saúde física, mental e espiritual, e teria tudo que necessita.

"Quem possui saúde tem esperança, e quem tem esperança tem tudo", diz um provérbio árabe.

Que é saúde? Não e fácil dar uma definição satisfatória. Saúde tem sido definida como segue: "Estado físico ou mental em que todos os órgãos funcionam normalmente."

A Enciclopédia Mundial *The World Book Encyclopedia* diz: "Saúde é um bem-estar físico, mental e emocional, e não simplesmente ausência de doença". Parece que a definição de Webster é melhor: "Saúde: condição sadia ou vigorosa do corpo, da mente, e da alma" ¹.

Lembre-se de que é melhor ser um sapateiro feliz e sadio do que um monarca enfermo e infeliz. Os sábios sempre consideraram a saúde como algo superior a todas as outras vantagens terrenas. Exemplos:

"A primeira riqueza é a saúde". Ralph W. Emerson.





¹ A O.M.S. define saúde como um completo bem-estar físico, mental e social e não somente ausência de doenca.



"A saúde é, seguramente, de mais valor que o dinheiro", diz Samuel Johnson, "porque uma pessoa doente está disposta a gastar todo o seu dinheiro para recuperar a saúde".

"O homem mais pobre não trocaria sua saúde por dinheiro, mas o mais rico trocaria alegremente sua riqueza pela saúde". Caleb Colton.

"Saúde... é o cabedal mais precioso que qualquer pessoa possa ter". *The World Book Enciclopédia*, art. Health (Saúde).

Infelizmente, as pessoas apreciam a boa saúde só depois de tê-la perdido, mas o facto é que perder a saúde é coisa bem mais séria que perder toda a riqueza financeira.

Saúde física

A grande importância da saúde física pode ser compreendida à luz das seguintes considerações:

É erro crer que, se uma pessoa tem dinheiro, pode ter saúde. A saúde não é um objecto que se possa comprar num hospital ou numa farmácia. Muitas vezes é quase tão difícil a um médico devolver a saúde a um enfermo como seria a um cozinheiro colocar um ovo mexido de volta na casca. Portanto, conserve a saúde porque, uma vez arruinada, talvez não mais consiga recuperá-la. E, sem saúde, quanto vale a vida? A saúde é tão necessária para cumprir os deveres e para desfrutar os prazeres (prazeres puros, é claro), que a vida sem a saúde não tem muito valor. Eis como a falta de saúde traz prejuízo:

1. Desempenho reduzido no trabalho: A enfermidade afecta a qualidade e a quantidade de trabalho que uma pessoa possa empreender. Tanto o indivíduo como a companhia para a qual ele trabalha podem sofrer grandes prejuízos. A doença pode criar uma situação caótica quando um especialista (funcionário habilitado) tem de retirar-se subitamente do trabalho por um período indefinido.



90

- 2. Felicidade destruída: Como regra, uma pessoa que não possui boa saúde não pode ser feliz. Não pode desfrutar das bênçãos da vida. François Rabelais escreveu: "Sem saúde, a vida não é vida; é apenas um estado de languidez e sofrimento, uma imagem da morte".
- 3. Desentendimentos e fricções: Em caso de enfermidade, o doente não é o único a sofrer. Aqueles que lhe estão intimamente associados de alguma maneira tomam parte nos seus sofrimentos. Sofrem por causa das frequentes queixas e murmurações, impaciência e mau humor, deficiências e asneiras do doente. H. W. Beecher escreveu: "Metade das dificuldades espirituais de que homens e mulheres sofrem surgem de um estado mórbido de saúde".
- 4. Ruína financeira: A doença é frequente causa de bancarrota. Para onde quer que olhemos encontramos pessoas que gastaram o seu "último centavo" em busca de saúde, seja para si mesmas mesmas ou para seus queridos.
- 5. Cortejos fúnebres: A perda de um filho ou de uma filha, marido ou esposa, irmão ou irmã, a morte prematura do pai ou da mãe, especialmente quando deixam órfãos de menor idade, é sempre uma dor permanente para os que sobrevivem. Tais perdas ocorrem frequentemente como resultado de uma violação criminosa das leis básicas da saúde. Se as lápides dissessem a verdade, muitas teriam de conter o epitáfio: "Aqui jaz Fulano. Ele se arruinou física, mental e espiritualmente pela sua maneira de viver".
- 6. Campos de batalha: Se grande proporção das unidades do exército e dos oficiais estão doentes, podem perder batalhas e sair derrotados no fim da guerra. Isso tem ocorrido. Li sobre um caso em que o vício no uso de drogas trouxe derrota.
- 7. Destruição nacional: Civilizações brilhantes deixaram os seus nomes e as suas façanhas nas páginas da história para nossa admoestação. Porque se desmoronaram e caíram? Os estudiosos







crêem que muitas das grandes nações fracassaram porque a condição de saúde dos líderes e do povo estava arruinada. Maus hábitos de vida, tais como licenciosidade (e doenças venéreas), embriaguez, glutonaria, e outras extravagâncias foram a causa. Em muitos casos, a falta de higiene e a deficiência de alimentos apropriados abalaram a saúde das nações.

Quanto mais ponderamos nos resultados que as doenças têm trazido, mais evidente se torna que a saúde é a maior das bênçãos terrestres.

Saúde mental

Como a doença mental pode ser mais prejudicial que a enfermidade física, a saúde mental é mais importante que o bem-estar físico. Em muitos casos há uma interacção entre as duas. Isso já era compreendido milhares de anos atrás, quando Platão afirmou: "Há médicos para a alma e médicos para o corpo; contudo, os dois são um todo indivisível". Mesmo o rei Salomão reconheceu o íntimo relacionamento entre o corpo e a mente. "O coração alegre é bom remédio", disse ele, "mas o espírito abatido faz secar os ossos". Provérbios 17:22. Um médico canadense escreveu: "A saúde é o resultado da interacção entre as mudanças físicas no corpo e a atitude mental do indivíduo". Dr. A. Melhuish, *Executive Health*, p. 3.

Esse relacionamento indissolúvel, corpo e mente influenciando um ao outro, foi enunciado por Juvenal (poeta romano que viveu na passagem do primeiro para o segundo século, A.D.) em seu famoso princípio: Mente sã em corpo sadio. A saúde mental é especialmente importante. Melhor é um homem iletrado mas bom (sadio moralmente) detrás de um arado do que um homem culto porém mau (enfermo moralmente) pilotando um avião a jacto. Lembre-se do









que aconteceu em 11 de setembro de 2001. O que o mundo necessita actualmente é de saúde mental e moral. Caso se pusesse ênfase na saúde espiritual em vez de se pensar nas armas de destruição em massa, isso poderia ajudar a reverter a autodestruição que ameaça a nossa civilização.

De um ponto de vista cristão, uma pessoa sadia é alguém que não tem apenas saúde física e mental, mas também uma alma sadia. Há uma interacção entre as três. Embora um homem possa estar em boas condições físicas, pode estar espiritualmente doente se é um transgressor dos mandamentos de Deus. Nesse caso ele sem dúvida necessita da ajuda do Médico (Mateus 9:12). Tiago diz: "A oração da fé salvará o enfermo, e o Senhor o levantará; e, se houver cometido pecados, ser-lhe-ão perdoados. Confessai, pois, os vossos pecados uns aos outros e orai uns pelos outros, para serdes curados. Muito pode, por sua eficácia, a súplica do justo". Tiago 5: 15, 16. Arrependimento e confissão devem preceder o perdão e a purificação. "Se confessarmos os nossos pecados, ele é fiel e justo para nos perdoar os pecados e nos purificar de toda injustiça". 1 João 1:9. Isso é, de facto, o aspecto mais importante de todo o processo de cura. Deus não promete cura sem perdão. Ele "perdoa todas as tuas iniquidades" e "sara todas as tuas enfermidades". Salmo 103:3.

Não é necessário repetir que a saúde mental e espiritual é mais importante do que a saúde física. Um veterinário não necessita entender isso, mas um médico necessita. Muitos médicos sabem que terão muito maior êxito com pacientes que vivem com uma "boa consciência diante de Deus" (Actos 23:1) do que com aqueles que sofrem com uma consciência culpada.

Pesquisas científicas mostram que o ser humano tem um potencial biológico para viver 120 anos. Entretanto, de acordo com o Dr. E. Everett Koop, a expectativa de vida para um americano nascido em 1982 era de 73.3 anos em comparação com 68.2 em 1950 e 47.3







em 1900. Ao procurar saber porque as pessoas não se aproximam do seu potencial biológico, o Dr. Kenneth R. Pelletier, especialista em longevidade, internacionalmente famoso, estudou dois grupos de pessoas, as que pareciam e agiam como mais jovens do que sua idade cronológica e aquelas que pareciam e agiam como muito mais velhas. E chegou a duas conclusões básicas:

- 1. A atitude e o estilo de vida, e não as características genéticas, constituem a maior diferença entre os dois grupos; e
- 2. A chave para permanecer jovem é uma força psicológica, um mecanismo na mente que determina quando e como uma pessoa envelhecerá.

A sua longevidade é controlada por dois factores, quão idosa uma pessoa se julga e a idade ela considera meia-idade. Se, por exemplo, crê que 40 anos é meia-idade, a pessoa de facto dá ordem ao seu corpo para começar um declínio psicológico quando a pessoa atinge os 40. O leitor de facto disse ao seu corpo que já está "descendo a colina". Porém, se está com 40 e pensa que 60 (metade do seu potencial biológico de 120 anos) é a meia-idade, a pessoa está de facto a dizer ao seu corpo que há vários anos jovens à sua frente. O processo do envelhecimento é retardado.

Não deveria pois concluir que é tão jovem ou tão velho como se julga. O seu potencial biológico depende do desenvolvimento de um sistema que deve determinar o envelhecimento.

Dieta apropriada

A boa saúde depende mais de hábitos saudáveis de alimentação que de outros factores. Os que desejam permanecer sadios devem ingerir alimentos de boa qualidade para fortalecer o sistema de defesa e proteger o corpo contra o envelhecimento prematuro.







Séneca, estadista e filósofo romano, ficou horrorizado ao observar os hábitos alimentares do imperador Nero e de outros glutões. Concordava com o conceito segundo o qual a mesa de jantar pode ser mais perigosa que um campo de batalha em tempo de guerra. Como resultado das suas observações, declarou: "O homem não morre; mata-se".

Um rei da antiga Pérsia mandou buscar um renomado médico chamado Caliph Mustaph para examinar a saúde da família do monarca e seus assessores. A primeira pergunta do médico foi em relação aos hábitos alimentares. Eles disseram: "Comemos apenas quando temos fome, mas nunca nos satisfazemos totalmente". "Então vou embora", respondeu ele, "porque não há nada para eu fazer aqui".

Havia um famoso médico em França no século dezassete. Um dia ele perguntou a um sacerdote o segredo da boa saúde que este último desfrutava. O pároco explicou que era muito temperante quando sentado à mesa, e que fazia apenas uma refeição por dia. O médico disse-lhe: "Não revele o seu segredo a ninguém; de contrário, os médicos perderão todos os seus pacientes".

Devemos em primeiro lugar convencer-nos de que a temperança no comer é a primeira regra a ser observada por aqueles que desejam ter saúde e viver mais.

Leis da saúde

Uma pessoa pode permanecer jovem e viver mais ao seguir as seguintes leis:

1. Não tenha medo de ficar velho ou de morrer. Deve considerar o envelhecimento como coisa natural da vida, crendo que cada idade tem o seu propósito especial, e que a morte não é necessariamente o fim de todas as coisas. Ganhará muito ao considerar-se







psicologicamente mais jovem que sua idade cronológica. Não se julgue de "meia-idade" quando tem apenas 40 anos; não se tenha por uma "pessoa idosa" quando tem apenas 60.

- 2. Esforce-se por ter um propósito na vida. Sua fé em Deus, sua família, seu envolvimento com a comunidade, suas aspirações pessoais, o trabalho de que gosta, seu passatempo favorito, etc., devem ser razões suficientes para que queira permanecer jovem.
- 3. Cultive hábitos saudáveis de alimentação. Adultos joviais são adultos esbeltos. Permanecem esbeltos com alimentos de boa qualidade em quantidade moderada. Não coma em excesso.
 - 4. Beba pelo menos oito copos de água pura por dia.
 - 5. Evite a prisão de ventre.
- 6. Pratique exercícios regularmente. Exercícios físicos fortalecem o sistema imunitário e o sistema cardiovascular.
 - 7. Tenha períodos regulares de descanso.
- 8. Seja mentalmente activo e nunca deixe de aprender. Esteja informado do que acontece no mundo. Assista a aulas de vez em quando para melhorar a sua cultura.
- 9. Familiarize-se com as leis de higiene e pratique-as cuidadosamente. Abstenha-se do uso de drogas, do fumo e das bebidas alcoólicas. Viva, tanto quanto possível, num ambiente sem poluição, sem barulho irritante e sem congestionamento.
- 10. Administre a sua vida sem stresse. Toda a vez que tiver de enfrentar uma nova crise, considere-a como experiência de aprendizagem e tente desenvolver hábitos que o capacitem a controlar as emoções. Lembre-se de que há uma ligação entre o stresse, os ataques cardíacos, a morte súbita, bem como o cancro. O stresse pode também desintegrar a vida de uma pessoa por levá-la ao alcoolismo, vício de drogas, divórcio, perda de amizades, perda de emprego, acidentes e outros males.
- 11. Esforce-se por desenvolver um relacionamento conjugal sólido e honesto. Para obter respostas às suas perguntas acerca de com-







portamento sexual, vá à Bíblia. A Sagrada Escritura diz: "Por causa da impureza, cada um tenha a sua própria esposa, e cada uma, o seu próprio marido". 1 Coríntios 7:2. Leia também 1 Coríntios 7:5-11; Hebreus 13:4; 1 Coríntios 6:9, 10; 9:25.

12. Seja optimista e olhe para os aspectos positivos da vida. Seja criativo na resolução de problemas. Se estiver imbuído de optimismo, muitas vezes terá de assumir algum risco, mas não tenha medo de errar.

O Dr. Robert J. Samp conduziu um estudo por seis anos com 350 pessoas centenárias e quase 1000 pessoas idosas com mais de 85 anos. Estas foram suas conclusões (publicadas na década de1970):

"Contrariamente ao que é dito hoje, os segredos da longevidade dessas pessoas eram suas atitudes práticas nas coisas diárias, as quais poderiam ou deveriam servir-lhes de benefício emocional, físico e social. Há grandes lições a serem aprendidas dessas pessoas... Meu estudo mostra que desfrutavam a vida, amavam a Deus, tinham famílias, divertiam-se, trabalhavam bastante, e viveram 30 a 40 anos acima da média de vida actual no ocidente".

13. Confie em Deus. Estudos científicos têm demonstrado que os frequentadores de igrejas vivem mais que os não-frequentadores. Os membros de algumas comunidades religiosas que observam hábitos estritos de saúde têm apenas metade da média de mortes devidas ao cancro e aos ataques cardíacos.

Um estudo conduzido pela Universidade de Duke obteve os seguintes resultados: "Pessoas mais idosas que têm uma fé activa são menos susceptíveis de sofrer de pressão alta. Pesquisadores estudaram quatro mil habitantes da Carolina do Norte com idade acima de 65 anos e descobriram que os que participavam de actividades religiosas eram 40 % menos susceptíveis à pressão alta. Outros estudos descobriram que as pessoas com uma fé activa têm um sistema imunitário mais forte, são menos susceptíveis à depressão, e não se tornam facilmente dependentes de substân-







cias prejudiciais. Os pesquisadores sugeriram que a fé pode servir como uma fonte de conforto para pessoas idosas, reduzindo os efeitos do stresse na vida".

Baseado nos seus estudos, o Dr. Shlomo Breznitz, director do Centro de Estudos de Stresse Psicológico Ray D. Wolfe, na Universidade de Haifa, Israel, diz:

"A esperança é especialmente importante quando não há nada que possa fazer. É uma maneira passiva de enfrentar as dificuldades. As pessoas com uma fé forte, seja uma crença religiosa ou apenas uma boa experiência que tenha gerado confiança, são as que se destacam vitoriosamente nas piores circunstâncias. Tomam a seguinte atitude: 'Não sei como vou sair desta, mas já enfrentei outros problemas antes e venci'. Na cultura americana há uma equação poderosa que diz: Perder o controlo é perder tudo. Porém, quando se trata de problemas mais sérios, um terrível acidente, uma doença complicada, ficamos objectivamente sem ajuda. Então a melhor maneira de enfrentar o problema é descobrir a maneira de conviver com ele. É bom continuar lutando quando ainda pode mudar a situação. Mas quando não pode mudar os factos, aceite--os. Essa é a chave da saúde, e a chave da sabedoria". *Reader's Digest*, Maio de 1985.

O Dr. Carl G. Jung escreveu: "Não há ninguém que não tenha um problema desde o passado, um problema relacionado com a sua maneira de encarar a vida de um ponto de vista religioso. É seguro dizer que cada um adoeceu porque tinha perdido aquilo que as religiões vivas de cada geração tinham para dar aos seus seguidores, e nenhum deles recobrou a saúde realmente sem antes recuperar a sua visão religiosa".

Companheiro leitor: Pode permanecer jovem e viver mais pela prática das leis de saúde resumidas neste capítulo.







Drogas, álcool e cigarro: amigos ou inimigos?

Um jovem chamado Len estava celebrando um importante evento da sua vida com os amigos. Durante a celebração no seu dormitório, na Universidade de Maryland, disseram-lhe que tomasse cuidado quando o viram consumindo cocaína. Ele sorriu. "Posso ingerir qualquer coisa" disse e, subitamente, sofreu um colapso.

A cocaína pode matar mesmo os que usam pequenas doses. Está vencendo ou perdendo a guerra contra o vício das drogas? Entre os muitos milhões de viciados em drogas, os usuários da maconha ocupam o primeiro lugar. Em seguida vêm os viciados em cocaína, os que usam o ópio e seus derivados, os partidários do LSD, e todas as outras vítimas que dependem do uso de estimulantes e narcóticos. Este mal, como o cancro, está consumindo a vitalidade, a saúde (incluindo a salubridade moral e mental), e a economia de indivíduos, de famílias e da própria nação. O alcoolismo, naturalmente, está incluído neste flagelo.

Prejuízo incalculável

Milhões de jovens levam uma vida improdutível desde que o hábito da droga os tornou inúteis. Como resultado, as indústrias perdem biliões de dólares cada ano porque bom número dos seus







funcionários são drogados. Na realidade, esse dinheiro sai dos nossos bolsos, porque temos de pagar mais caro pelos produtos que adquirimos para atender as nossas necessidades. E como sequela adicional desse mal, por causa dos cuidados de que necessitam os viciados em drogas, biliões de dólares (dinheiro do governo/nosso dinheiro) são gastos com o crescente número de funcionários públicos, com o trabalho adicional imposto aos tribunais, e com as já sobrecarregadas prisões, instituições mentais e hospitais. Além disso, como resultado dessa maldição, o povo também paga taxas mais elevadas por seguros de saúde, seguros de vida e seguros de automóveis.

O álcool também é uma droga que causa dependência e produz efeitos desastrosos no corpo, na mente e na natureza moral dos seus consumidores. Como todas as outras formas de dependência da droga, o alcoolismo é, em muitos casos, a principal causa de lares destruídos, desemprego e pobreza.

Numa linguagem simbólica, Robert Dodsley, escritor inglês, descreve o "Rei da Morte" a escolher o seu primeiro-ministro. A Morte, um monarca horrível, convocou uma reunião de gabinete e permitiu que os seus ministros se inscrevessem para a importante posição. Sem demora, a Febre avermelhou suas faces, a Paralisia sacudiu os seus membros, a Hidropisia inchou o seu corpo, a Gota torturou suas juntas, a Asma causou sufocação, as Pedras dos rins e da vesícula mostraram quanta violência podem produzir, a Tuberculose insistiu em sua infalibilidade, a Praga prometeu destruição súbita. O monarca chamado Morte não parecia estar impressionado. Havia mais duas cortesãs que esperaram até ao fim para apresentar a sua candidatura, a Guerra e a Embriaguez, e era evidente que o monarca escolheria uma das duas. A Guerra confiantemente referiu-se aos muitos milhares devorados em cada refeição. Ao fim de tudo, veio a Embriaguez, com a face em fogo, gritando: 'Desistam de uma vez. Vocês são um bando de fingidos.







Não foram todos vocês gerados por mim?" O autor esqueceu-se de mencionar alguns outros cortesãos, tais como a Insanidade, a Pobreza, a Degradação e os Lares Destruídos, que também haviam sido gerados pela Embriaguez, mas que estavam, provavelmente, ausentes no dia da reunião do gabinete simbólico. Por fim a Morte, o monarca, com um sorriso de satisfação, colocou a Embriaguez à sua direita, como seu primeiro-ministro favorito.

O vício do cigarro

A Dra. Belle Wood-Comstock conta a seguinte historia: Uma professora, numa escola primária, viu um estudante a fumar um cigarro. Ela preocupou-se com o mal que o rapaz estava causando a si mesmo e perguntou-lhe:

"Porque está a fumar? E onde conseguiu o dinheiro para os cigarros?"

"Oh, não necessito de pagar por eles", respondeu o garoto, "o homem da drogaria dá-me tudo o que desejo".

"Bem, de qualquer modo "é melhor você abandonar o cigarro; é um mau hábito", acrescentou ela.

Um ano mais tarde ela viu o mesmo rapaz e perguntou-lhe: "Ainda consegue cigarros de graça?"

"Oh, não", respondeu ele; "eu gostaria de ter aceitado o seu conselho. Tenho de gastar com os cigarros cada centavo que ganho com minhas mãos".

O rapaz estava enlaçado. Não podia, a principio, detectar as más intenções do "homem da drogaria", que actuou como traficante.

A propaganda do cigarro apresenta o pobre fumador em quadros belos, dando a falsa impressão de que o cigarro é um acessório indispensável à personalidade. Mas não lhe fala do estrago que causará à sua saúde, à sua mente, à sua alma e ao seu bolso.







Drogas, álcool e cigarro: amigos ou inimigos?

Caro leitor: Se deseja desfrutar de boa saúde, eficiência mental, êxito profissional e estabilidade económica, mantenha distância do vício das drogas, do alcoolismo e do cigarro, e não se associe com companheiros que são vítimas desses males.







Viva contente

Os fardos que nossas responsabilidades nos fazem carregar e os problemas que temos de resolver na nossa vida diária, estimulamnos a buscar contentamento. É coisa natural. É um anseio que surge do fundo do coração. Lutamos para conseguir o que sentimos que deveríamos ter, ou para alcançar condições em que desejamos estar, ou para realizar acções que almejamos cumprir.

Mas qual é a fonte do verdadeiro contentamento? Muitos pensam ou agem como se pensassem que o contentamento consiste em aquisições objectivas, como se dependesse de algo a ser obtido de fora, como um artigo que pudesse ser comprado no mercado. Desejam estabilidade económica, lares confortáveis, automóveis de luxo, bons amigos, vitórias na cena política, satisfação sensual, etc. Sentem que, se pudessem desfrutar dessas coisas, estariam contentes. Assim, muitas vezes procuram atingir os seus objectivos sem levar em conta a honestidade e a decência, os direitos e o bem-estar dos outros, e sua própria saúde e vida futura.

E, quando já alcançaram os seus objectivos, pois sentem que já podem dar largas aos seus caprichos, e já andaram léguas na satisfação dos seus desejos carnais, sofrem terrível desapontamento. Pois são frequentemente dominados pelo tédio e pela frustração. Tomemos por exemplo a vítima do alcoolismo. Ele está sob a impressão de que, ao beber, encontrará contentamento. Mas esse sentimento







ilusório funciona como uma miragem. O infeliz bebe, e bebe, e bebe, e quanto mais bebe tanto mais longe está do seu objectivo.

Os bons livros, verdadeiros depósitos de sabedoria, estão ao alcance daqueles que desejam aprender algo a respeito das conquistas de homens ilustres que abrilhantaram as páginas da história. Podem, com admiração e regozijo, compartilhar os pensamentos profundos de grandes intelectos e iniciar-se nos tesouros da ciência e da arte. Tal educação tem o seu lugar na vida do homem moderno. Contudo, tem-se observado que a pessoa que recebe apenas uma educação secular é frequentemente amargurada, cínica, e descontente. Por outro lado, também se constatou que a pessoa humilde, que não teve o privilégio de muitos anos de educação escolar, canta durante o trabalho e encontra prazer na simplicidade da vida diária.

Salomão, pródigo rei de Israel, cujo harém continha centenas de mulheres atraentes, experimentou todas as coisas do mundo e não achou contentamento nelas. Deixou um relato escrito das suas obras e frustrações como advertência para as futuras gerações, dizendo: "Resolvi no meu coração dar-me ao vinho, regendo-me, contudo, pela sabedoria, e entregar-me à loucura, até ver o que melhor seria que fizessem os filhos dos homens debaixo do céu, durante os poucos dias da sua vida. Empreendi grandes obras; edifiquei para mim casas; plantei para mim vinhas. Fiz jardins e pomares para mim e nestes plantei árvores frutíferas de toda espécie. Fiz para mim açudes, para regar com eles o bosque em que reverdeciam as árvores. Comprei servos e servas e tive servos nascidos em casa; também possuí bois e ovelhas, mais do que possuíram todos os que antes de mim viveram em Jerusalém. Amontoei também para mim prata e ouro e tesouros de reis e de províncias; provi-me de cantores e cantoras e das delícias dos filhos dos homens: mulheres e mulheres. Engrandeci-me e sobrepujei a todos os que viveram antes de mim em Jerusalém; perseverou também









comigo a minha sabedoria. Tudo quanto desejaram os meus olhos não lhes neguei, nem privei o coração de alegria alguma, pois eu me alegrava com todas as minhas fadigas, e isso era a recompensa de todas elas. Considerei todas as obras que fizeram as minhas mãos, como também o trabalho que eu, com fadigas, havia feito; e eis que tudo era vaidade e correr atrás do vento, e nenhum proveito havia debaixo do sol.... Pelo que aborreci a vida, pois me foi penosa a obra que se faz debaixo do sol; sim, tudo é vaidade e correr atrás do vento". Eclesiastes 2:3-11, 17.

Ao passo que algumas dessas coisas podem trazer alegria, nenhuma delas, nem mesmo todas elas juntas, constituem a fonte legítima do contentamento, que é uma condição subjectiva. A felicidade não é uma prerrogativa reservada exclusivamente para os ricos; também os pobres podem possuí-la. Não pertence meramente às pessoas cultas e eminentes; os humildes também podem desfrutá-la. Como todos podem ter o brilho da luz solar, também todos podem ter contentamento. Um trabalhador pobre e humilde, apegado ao seu trabalho servil e mal-compreendido pelo mundo cruel e inóspito, também pode desfrutá-lo desde que conheça o seu segredo, ao passo que um rei pode estar privado dele se não souber onde encontrá-lo. O contentamento depende em primeiro lugar do estado sadio da mente.

Saadi, grande escritor e poeta persa (1184-1291), cujas obras constituíram a primeira literatura persa a ser introduzida na Europa, disse que jamais murmurou devido à sua pobreza até que, um dia, se viu obrigado a andar descalço. Mas quando abriu a boca reclamando por não ter dinheiro para comprar um par de sandálias, encontrou um homem sem pernas. Então instantaneamente ele sentiu-se contente com sua sorte e agradeceu a Deus por Suas misericórdias, porque ainda tinha as suas pernas e seus pés. Sua experiência ensina que o contentamento consiste, não em possuirmos o que quer que o nosso coração deseje, mas em estarmos









satisfeitos com o que possuímos. À luz desse princípio, não seria difícil compreender por que um tonel era suficiente para Diógenes, enquanto um mundo era insuficiente para Alexandre.

Para que possamos estar contentes no verdadeiro sentido da palavra, devemos ter uma correcta filosofia de vida. Não ganhamos nada em murmurar a respeito de algumas coisas que não concordam com os nossos gostos e preferências. Nutrir amarguras por causa de contratempos não muda a situação; em lugar de ajudarnos, apenas nos fere. A experiência e sorte de cada pessoa é diferente da de todas as outras. Há no mundo uma vasta distribuição de coisas que podem contribuir para a felicidade humana, e cada pessoa, com todas as suas desvantagens e limitações, pode ainda usar grande porção das bênçãos divinas.

Um homem pobre pode não ter a riqueza do seu vizinho, mas pode possuir excelente saúde, que é mais valiosa que o ouro. Um simples empregado pode não alcançar o sucesso comercial do proprietário da companhia, mas pode ter um lar feliz, uma esposa virtuosa, e bons filhos, tesouros que o outro talvez não possua. O homem que desfruta de boa saúde, que tem o respeito dos seus semelhantes e o companheirismo de amigos verdadeiros, que goza de paz e amor no lar, e que pode deitar-se à noite com uma consciência limpa, possui uma fonte de contentamento que todo o dinheiro do mundo não poderá comprar.

Diz-se que Immanuel Kant estava muitas vezes deprimido porque tinha o peito extraordinariamente estreito. Mas não permitia que a depressão o dominasse. Dominava os seus humores negativos e esforçava-se por triunfar em outras áreas. Tornou-se uma das maiores figuras na história da filosofia. Há muita verdade no velho adágio: "O que não podemos curar devemos suportar". Em português: "O que não tem remédio remediado está".

O contentamento não é um dom; é uma aquisição que usamos com o auxílio de uma chave, o domínio próprio. Muito depende da







atitude que tomamos em relação às circunstâncias que nos afectam. Os problemas que não conseguimos resolver não devem ser desnecessariamente ampliados desde que possam ser minimizados.

Dois homens perderam sua fortuna durante a Grande Depressão. Um deles, repisando o problema, tornou-se taciturno e melancólico, separou-se dos amigos, encheu-se de desespero, perdeu seu autocontrolo, e finalmente suicidou-se. O outro, que também tinha perdido sua fortuna, lembrou-se de que ainda tinha família, amigos, livros, música; que esta terra, embora sob maldição, não era toda tristeza e miséria, pois havia ainda muitas bênçãos não tocadas pela devastação das fortunas. Considerou também que ainda tinha talentos e oportunidades para se levantar de novo. E, acima de tudo, confiou nAquele que prometeu socorrer os aflitos que a Ele clamam. Contemplando essas coisas, ele minimizou as suas aflições e finalmente levantou-se de novo. Aquele que confia no Altíssimo e luta com todas as forças que Deus lhe dá para superar cada obstáculo, não se desesperando na presença de barreiras aparentemente intransponíveis, encontrará verdadeiro contentamento.

Epíteto, filósofo grego (cerca de 60 a 110 A.D.) que insistia na obediência aos ditames da consciência e na perfeita confiança numa sábia e misericordiosa Providência, disse: "Estou sempre contente com o que acontece; pois sei que o que Deus escolhe é melhor do que o que eu escolho". Tal atitude é rara mesmo entre os que se consideram cristãos, mas é um atributo essencial a cada verdadeiro seguidor de Cristo.

Cada cristão leva no santuário do coração, entre outras preciosas jóias espirituais, bastante tranquilidade mental (que é o contentamento) e uma disposição para fazer a vontade divina (que é a piedade). Piedade e contentamento estão inseparavelmente unidas. O apóstolo Paulo refere-se a essas duas gemas, dizendo:

"De facto, grande fonte de lucro é a piedade com o contentamento. Porque nada temos trazido para o mundo, nem coisa alguma









podemos levar dele. Tendo sustento e com que nos vestir, estejamos contentes. Ora, os que querem ficar ricos caem em tentação e cilada, e em muitas concupiscências insensatas e perniciosas, as quais afogam os homens na ruína e perdição. Porque o amor do dinheiro é raiz de todos os males; e alguns, nessa cobiça, se desviaram da fé e a si mesmos se atormentaram com muitas dores." 1 Timóteo 6: 6-10.

Com referencia à sua própria experiência como seguidor de Cristo, Paulo diz: "Aprendi a viver contente em toda e qualquer situação." Filipenses 4:11.

A maior fonte de contentamento para o ser humano é, sem dúvida, a certeza de que temos connosco Aquele que disse: "Não temas..., porque Eu estou contigo". Isaías 43:5. Com Jesus Cristo habitando no coração, o cristão tem paz e segurança quando põe a sua confiança inteiramente no Senhor. Obtém vitória após vitória pela fé. "Esta é a vitória que vence o mundo: a nossa fé." 1 João 5:4. Os que não possuem essa fé rapidamente se rendem ao desânimo, à preocupação, e ao medo, uma enfermidade moderna espalhada por toda parte. Preocupam-se com a saúde, com os membros da família, com o futuro; preocupam-se com os problemas sociológicos, económicos e políticos. Preocupam-se com o seu país e com a crise mundial que brevemente chegará a um clímax. A preocupação pode destruir a eficiência de uma pessoa, bem como a sua saúde e mesmo a sua vida. Mas se a nossa consciência estiver em paz com Deus, se soubermos que estamos fazendo a Sua vontade, e pusermos a nossa confiança inteiramente nEle, teremos o verdadeiro contentamento no profundo da nossa alma, quaisquer que sejam as circunstâncias que nos rodeiem.

"Fé no amor de Deus e na Sua providência dominadora," diz uma escritora cristã, "alivia os fardos da ansiedade e do cuidado. Enche o coração com alegria e contentamento na mais elevada e na mais humilde esfera".

Amigo leitor: Se a sua consciência estiver em paz com Deus, terá o verdadeiro contentamento.









A grande necessidade do ser humano

O Rabino Joshua L. Liebmann conta-nos como um rapaz pensava ter descoberto os ingredientes da felicidade perfeita. O jovem fez uma lista de todas "as boas coisas da vida" que lhe ocorreram, tais como saúde, amor, beleza, talento, poder, riquezas, fama, junto com alguns coisas de menor importância, e orgulhosamente apresentou as suas conclusões ao seu líder espiritual.

"Esta é a síntese dos bens mortais", disse ele. "Uma pessoa que pudesse possuir todas elas seria a criatura mais feliz da Terra".

Ao considerar atentamente a lista, ao mesmo tempo tratando de ocultar o seu divertimento com ela, o experiente homem observou: "Uma excelente lista. Mas parece, meu jovem amigo, que tu omitiste o elemento mais importante de todos. Tu esqueceste o único ingrediente cuja falta torna cada possessão um odioso tormento, e essa lista como um todo se torna um fardo intolerável".

"E qual é o ingrediente que está a faltar?"

Em resposta à pergunta, o idoso mentor tomou uma caneta, riscou o castelo construído no ar pelo jovem, e escreveu estas duas palavras: Paz mental.

Paz de espírito! Esta é a maior necessidade do homem moderno. Não consiste em coisas externas, mas, sim, no estado interior da pessoa. "O dinheiro não a pode comprar, o intelecto não a pode adquirir; a sabedoria não pode alcançá-la; jamais pode, pelos seus







próprios esforços, assegurá-la. Deus lha oferece como um presente, 'sem dinheiro e sem preço.'' Você poderá tê-la no meio das circunstâncias mais turbulentas, se sua mente estiver em uníssono com a mente dAquele que disse: "Deixo-vos a paz, a Minha paz vos dou". João 14:27. Esta é a grande necessidade de todo ser humano.

Altamente destrutivos da paz mental são os "cupins" que "colonizam" a alma humana: uma consciência culpada, maus pensamentos, lascívia, cobiça, ciúme, inveja, orgulho, presunção, ódio, ira, contenda, impiedade, murmuração, criticismo, más suspeitas, maledicência, difamação, o sentimento de que todos estão errados menos eu. Enquanto esses elementos destrutivos operam no coração, não podemos desfrutar de paz e segurança interna; e não podemos livrar-nos desses elementos a menos que abramos a porta do coração a Cristo e Lhe permitamos que faça essa obra em nós. Com a nossa cooperação, Ele expulsará da nossa alma esses inimigos da nossa paz.

Então, e somente então, teremos paz com Deus; e esta equivale à perfeita paz mental. Então poderemos facilmente ter paz com o nosso próximo. Se alguém nos engana, deixaremos de lidar com ele; se ele é injurioso, evitaremos a sua companhia; se nos difama, trataremos de viver de tal modo que ninguém acreditará nas suas calúnias. Lidaremos com os erros que defrontamos com bastante calma e bom senso. Teremos paz mental como resultado da segurança que alcançamos, a segurança da nossa aceitação diante de Deus.

"Tu, SENHOR, conservarás em perfeita paz aquele cujo propósito é firme; porque ele confia em ti". Isaías 26:3.

Talvez não o percebamos, mas muitas pessoas estão-nos observando, especialmente se professamos ser seguidores de Cristo. E, pela nossa aparência, especialmente pelo nosso semblante, ti-









ram suas conclusões. Um homem de aparência miserável, que professava ser cristão, estava à porta de um salão de conferências públicas. "Você assistirá à nossa reunião de hoje à noite?" perguntou ele a um transeunte. "Não, obrigado!" respondeu o estranho enquanto se retirava rapidamente do local. "Tenho os meus próprios problemas que são mais do que suficientes!" Devemos ser cuidadosos para não desapontar o nosso próximo.

Se possuirmos o amor de Cristo ardendo em nosso coração, o nosso semblante o demonstrará. Talvez tenha ouvido a respeito do "Sr. Face Gloriosa." Os chineses costumavam usar esse nome quando se referiam a um missionário inglês, cuja face radiante, diz-se, estava sempre brilhando com grande amor tanto a Deus como aos homens. A bondade de sua alma brilhava através de sua face radiante, que revelava grande alegria por estar envolvido no serviço do Senhor.

Quando o ser humano abre a porta do coração à influência do Espírito Santo, ocorre uma assinalada mudança em sua vida. O seu semblante transforma-se. Quando Cristo habita em seu coração, brilha em seu rosto.

Amigo leitor: Só teremos paz mental quando tivermos paz com Deus.







Use sabiamente o seu tempo

Diz-se que o tempo é representado por uma mecha de cabelos à frente e uma careca atrás. Isso significa que devemos pegar o tempo pela frente, porque, uma vez que ele passou, não existe maneira de recuperá-lo.

Um filósofo italiano disse que "o tempo era o seu património", um património que não produziria coisa alguma se não fosse cultivado; mas, sendo cultivado, recompensaria o seu trabalho perseverante e inteligente e satisfaria as suas mais amplas necessidades e desejos, desde que ele não negligenciasse ou desperdiçasse nenhuma parte do seu tempo. Em outras palavras: tempo é dinheiro.

O leitor poderia perguntar: Como gastam as pessoas o tempo neste país? Não temos à mão dados estatísticos nacionais, mas temos resultados de uma pesquisa levada a efeito em Roanoke, Virgínia, em 1986. Uma pesquisa relacionada com 66 famílias, por professores na Escola Técnica de Recursos Humanos, averiguou que, em média, num dia de semana, maridos e esposas gastam o seu tempo da seguinte maneira:







112 VALORIZE MAIS A SUA VIDA

Actividades	Maridos	Esposas
Actividade remunerada fora do lar	8.90 horas	5.60 horas
Preparação de alimento	2.29 min.	51.02 min.
Comendo	42.20 "	51.33 "
Lavando pratos	3.56 "	23.20 "
Limpeza	0.68 "	45.86 "
Cuidado da casa, do quintal, do carro, dos animais	55.93 <i>"</i>	36.09 "
Cuidado da roupa	1.19 "	22.81 "
Cuidando das finanças do lar	7.12 ″	14.61 "
Cuidado físico das crianças	0.51 "	8.28 "
Dando atenção aos filhos	13.39 "	22.50 "
Trabalho volun- tário	13.90 "	33.75 "
Recreação	2.30 horas	2.44 horas
Participação na igreja, em clubes	1.53 min	11.33 min.
Compras	10.85 "	32.27 "







Como os estudantes de oitava série, nos Estados Unidos, empregam o tempo? Informações recolhidas sobre aproximadamente 25.000 estudantes mostram que durante uma média semanal eles dividem o tempo fora da escola com as seguintes actividades:

Assistindo à TV	21.7	horas
Trabalhos escolares feitos em casa	5.6	11
Leitura fora de casa	1.8	"

R. J. Steffen, presidente da Steffen, Steffen & Associates, uma companhia construtora com sede em Westport, Connecticut, diz: "A maioria das pessoas poderiam ser 20, 30, ou até 40 por cento mais produtivas, e a coisa mais notável é que esse aumento de produtividade traria mais satisfação a essas pessoas... Por estranho que pareça, as pessoas não sabem quais as actividades que podem ser controladas e quais as que não podem. Não sabem como distribuir seu tempo e energia ou como aproveitar cada momento ao máximo".

Como eles usaram o tempo

Homens cujos nomes permanecem nas páginas da história por causa do êxito que tiveram numa área ou outra, deixaram-nos importantes lições em relação ao uso apropriado do tempo. Eis alguns exemplos:

Depois de Flavius Vespasianus Titus haver vingado o sangue de Cristo sobre Jerusalém, estava sentado à mesa para o jantar quando se lembrou de que não havia feito nenhum bem naquele dia. Então proferiu estas palavras memoráveis: "Amici, diem perdidi" ("Amigos, perdi um dia").









Chilon, um dos sete sábios da Grécia, foi interrogado acerca da coisa mais difícil no mundo. Ele respondeu: "Usar e empregar bem o tempo de uma pessoa".

Marcus Porcius Cato, filósofo romano, dizia que o homem deve dar conta não somente do seu trabalho, mas também do seu tempo de lazer.

Cotton Mather, famoso clérigo e escritor americano, recebia visitantes de maneira polida. Entretanto, à porta da sua sala de estudo estavam as palavras: "Seja breve".

Horatio Nelson, herói da marinha inglesa que adquiriu fama nas guerras revolucionárias da França, disse uma vez: "Devo todo o meu êxito na vida ao facto de estar sempre 15 minutos adiantado."

George Washington, primeiro presidente dos Estados Unidos, tinha um secretário particular que sempre se atrasava e atribuía o seu atraso ao relógio. "Meu relógio está enguiçado", dizia ele. Washington respondeu: "Então deve arranjar outro relógio ou eu preciso de arranjar outro secretário".

Benjamim Franklin, estadista americano, cientista e escritor, cuja filosofia do bom senso ganhou muita atenção, costumava dizer: "Um hoje vale por dois amanhãs". Escreveu: "Se o tempo é a coisa mais preciosa, desperdiçar o tempo deve ser a maior prodigalidade, pois que o tempo perdido jamais pode ser recuperado. E quando dizemos 'há tempo suficiente' sempre nos damos conta de que é parcamente suficiente. Levantemo-nos, pois, e arregacemos as mangas. Pela diligência faremos mais com menos perplexidade".

John Wesley, fundador do Metodismo, ao esperar dez minutos pela sua carruagem, exclamou: "Perdi dez minutos para sempre."

Napoleão I, imperador da França, costumava dizer aos seus generais: "Vocês podem pedir-me qualquer coisa, menos o tempo."

John Quincy Adams, sexto presidente dos Estados Unidos, era uma pessoa muito pontual. Em sua longa actividade no Congresso







nunca se atrasava. Um dia o relógio soou e um dos senadores disse ao presidente de mesa: "Está na hora de iniciar a sessão". O presidente de mesa respondeu: "Não! O Sr. Adams ainda não ocupou o seu lugar". Naquele exacto momento entrava o Sr. Adams, e ele estava dentro do horário. O relógio do Congresso estava adiantado três minutos.

Arthur Tappan, abolicionista americano e primeiro presidente da Sociedade Americana Antiesclavagista, não gostava de receber visitas que lhe fizessem perder tempo. Para evitar tais visitas, nunca tinha uma cadeira a mais no seu escritório. Desse modo, quem quer que o visitasse, fosse um estranho ou um amigo, era recebido de pé, e, consequentemente, a entrevista terminava logo.

Samuel Smiles, filósofo inglês, considerava o tempo como um tesouro inestimável. Ouça o seu conselho: "Que admoestação solene e notável aos jovens são as palavras inscritas no relógio em All Souls, Oxford – Periunt et imputantur (As horas perecem, contudo são lançadas em nossa conta) – pois o tempo, como a vida, jamais pode ser recuperado... A riqueza perdida pode ser readquirida pela industriosidade, o conhecimento perdido pelo estudo, a saúde perdida pela temperança e pelo uso de remédios, mas o tempo perdido está perdido para sempre".

Diz uma escritora: "Do devido aproveitamento do nosso tempo depende nosso êxito na aquisição de conhecimento e cultura mental. O cultivo do intelecto não necessita de ser impedido pela pobreza, origem humilde, ou circunstâncias desfavoráveis. Basta saber aproveitar os momentos. Uns poucos momentos aqui e ali são dissipados em conversa sem valor; as horas da manhã são frequentemente desperdiçadas na cama; gasta-se tempo viajando... ou esperando na estação; perdem-se momentos esperando pelas refeições ou aguardando os retardatários. Se tivéssemos um livro à mão e aproveitássemos esses fragmentos de tempo para o estu-







do, para a leitura, ou para uma meditação cautelosa, quanta coisa poderíamos realizar!" COL 343, 344.

Como usar o tempo de modo mais eficiente

- 1. Identifique as coisas mais importantes a serem feitas agora. Para começar, tenha uma ideia clara com referência aos seus objectivos tanto nos negócios como na vida pessoal.
- 2. Escreva esses objectivos, redefina-os, reescreva-os e repita--os regularmente para que possam penetrar na sua mente de forma ordenada. Anote imediatamente todas as coisas que deseje lembrar.
- 3. Quando tiver todos os seus objectivos alinhados, verá que tem mais do que pode fazer de uma só vez. Portanto, divida esses objectivos em pequenas partes para que possa realizar alguns deles nas próximas poucas horas.
- 4. Estabeleça as suas prioridades e sinta-se livre para executar as coisas mais urgentes primeiro, com liberdade total. Faça apenas uma coisa de cada vez.
- 5. Poupará muito tempo se delegar na sua secretária, ou na sua esposa e nos seus filhos, as coisas que eles poderão fazer.
- 6. Tente manusear uma folha de papel apenas uma vez. Escreva a resposta ou a solução na folha original e passe-a à sua secretária para ela fazer o restante. Acrescente um anotação para ela enviar cópias a outros departamentos se for necessário.
- 7. Para cumprir os seus compromissos, escreva-os antecipadamente na sua agenda. Chegue cedo ou a tempo. Jamais tome parte numa reunião sem planear o tempo. Nas reuniões, é importante evitar repetição. Não repita o que já foi dito.
- 8. Quando planear o seu tempo, deixe espaço para algum imprevisto e procure agir com flexibilidade.









- 9. Dê uma vista de olhos nas revistas e livros em busca de ideias-chave. Não desperdice tempo com detalhes sem importância. Mantenha um registo das coisas importantes.
- 10. Tenha um lugar apropriado para cada coisa e mantenha cada coisa no seu devido lugar.

Campanhas foram perdidas e impérios foram trocados de mãos porque os homens deixaram de avaliar o valor inestimável do tempo.

"O tempo, o berço da esperança, mas a sepultura da ambição," disse Caleb Colton, "é o corrector severo dos tolos, mas o judicioso conselheiro dos sábios... Adverte-nos com uma voz que mesmo os mais sábios duvidam por muito tempo, e os mais tolos crêem demasiado tarde. A sabedoria caminha diante dele, a oportunidade com ele, e o arrependimento atrás dele. Aquele que se faz seu amigo terá pouco a temer dos seus inimigos, mas o que se faz seu inimigo terá pouco a esperar dos seus amigos".

O tempo é o camarim da eternidade. Em nossos poucos e passageiros dias neste planeta temos a oportunidade de preparar-nos para o que há-de vir. Se desperdiçamos o tempo em ociosidade, em conversa sem proveito, em diversões mundanas, na "soberba da vida", ficaremos deveras amargurados por haver desperdiçado uma preciosa parte da nossa riqueza. Não cometamos tal erro.

Amigo leitor: Terá êxito na vida se levar em séria consideração as advertências e conselhos dados neste capitulo. Lembre-se de que uma mente bem organizada anda em paralelo com o tempo bem organizado.







A pontualidade vale mais que o dinheiro

Um homem bem sucedido é um homem organizado. Tem lugar para tudo e mantém tudo em seu devido lugar. É um homem de ordem. Sempre sabe onde estão as suas chaves e os seus documentos. Tem conhecimento exacto da sua situação financeira. O ponto que desejo desenvolver neste capítulo, é a sua pontualidade.

Há uma epidemia de falta de pontualidade nos Estados Unidos e em outros países? Sim! Algumas pessoas estão sempre atrasadas. Não ficamos felizes quando os nossos convidados não chegam a tempo. Os executivos irritam-se quando têm que esperar por seus companheiros numa reunião de negócios. Os que vão à igreja aborrecem-se com os retardatários que rastejam por cima deles em busca de assentos. E o que diria de alguém que é pontual e se casa com uma mulher que está sempre atrasada?

Um repórter de um de um de nossos jornais partilha a minha preocupação. Diz ele: "Um homem despreocupado, que normalmente tem pouca dificuldade em manter o seu equilíbrio mental, provavelmente perderá o controlo quando, já dez minutos atrasado para um encontro social, descobre que sua esposa, ainda de roupão e atrapalhada com o cabelo, vasculha o guarda-roupa cheio de vestidos e se queixa: 'Não encontro uma roupa para vestir'".

O psicólogo Pierre C. Haber descreve o atraso como um problema crescente nos Estados Unidos. "Restaurantes", diz ele, "reser-







vam mesas para os retardatários, ao passo que outros permanecem esperando e reclamam por não terem assentos".

O problema é muito mais sério nos aeroportos, onde os retardatários causam enormes prejuízos às companhias aéreas, às autoridades, a outros passageiros e a eles mesmos.

"As companhias aéreas", diz Haber, "estão prontas a entrar em guerra com pessoas que entram nas aeronaves no último segundo".

Algumas pessoas não são nada ponderadas quando reservam um quarto no hotel, chegam após o horário, e então, desapontadas, mostram um semblante transtornado quando o recepcionista as informa que o quarto já foi cedido a outros.

O Dr. Herbert Fensterheim, professor-associado de psicologia clínica, observa: "A pessoa que está frequentemente atrasada sofre de uma deficiência chamada procrastinação. Muitas vezes sente-se incapaz e irada. Atrasar-se é uma maneira de expressar ira sem reconhecê-la abertamente".

A procrastinação, de acordo com alguns psicólogos, é nada mais e nada menos que um mau hábito que começa a desenvolver-se em tenra idade e cresce com o tempo. A principal causa subjacente à epidemia do atraso parece ser uma educação deficiente que as crianças e os adolescentes receberam em casa. À medida que vão crescendo, a maioria deles nem mesmo pensa em reeducar-se. E alguns tentam acalmar a consciência com o sentimento arrogante (ou ignorante?) de que devem revelar a sua suposta importância ao fazerem com que outros esperem por eles.

Pontualidade versus retardatário

Horace Mann, educador americano, ensinava que "você pode tomar emprestado não só dinheiro mas também o tempo de outra







pessoa". Portanto, atraso, ou "infidelidade no cumprimento de um encontro marcado, é um acto claro de desonestidade".

Oito senhoras da igreja dos Quakers marcaram um encontro, e uma delas chegou atrasada à reunião. Ao começar ela a desculpar-se pelo atraso, as outras a repreenderam da seguinte maneira: "Lamentamos, amiga, que haja desperdiçado 15 minutos do seu tempo; mas você não tem o direito de desperdiçar uma hora e quarenta e cinco minutos do nosso tempo, que não lhe pertence". Na opinião daquelas senhoras, desperdiçar ou roubar o tempo de outra pessoa é tão errado como desperdiçar ou roubar-lhe o dinheiro.

Certas companhias, em determinados trabalhos, despedem os empregados que frequentemente chegam atrasados.

Um engenheiro inscreveu-se para um emprego, mas não foi contratado porque revelou uma deficiência séria: Não apareceu para a entrevista com os directores da empresa. Como ele se desculpou, marcaram um segundo encontro, e, novamente, deixou de aparecer. Quando tentou combinar um terceiro encontro, foi-lhe dito que não precisava de vir.

Havia um fazendeiro e sua família que, costumeiramente, se atrasavam para ir à igreja e, quando chegavam, invariavelmente perturbavam a reunião. Ele era conhecido como o "Senhor Mooney atrasado". Uma senhora idosa, indignada, observou: "Aquele homem chegará atrasado para o próprio funeral." E foi o que aconteceu. Uma roda escapou do carro fúnebre que estava levando o corpo do fazendeiro, e o ataúde chegou atrasado ao cemitério.

William Mathews, escritor americano, escreveu: "Nada inspira confiança tão cedo como a pontualidade, e nenhum hábito é capaz de destruir a reputação de alguém tão depressa como o costume de estar sempre atrasado."

Qualquer que seja a área de actividade em que alguém esteja envolvido, se deseja ser respeitado, e se espera ter êxito, deve ser







pontual no cumprimento dos seus compromissos. Mesmo que seja hábil em vários ramos, se for retardatário em cumprir suas promessas, em honrar seus compromissos, e em desempenhar suas obrigações, estará trabalhando contra si mesmo ao apressar sua própria derrota.

Como vencer o hábito derrotista da procrastinação

- 1. Faça uma lista das suas prioridades. Procure desincumbir-se das coisas importantes em primeiro lugar. "Há sempre tempo suficiente para fazer o que é importante", diz Alan Lakein, consultor de administração do tempo. Deixe as coisas menos importantes para o fim.
- 2. Prepare um gráfico de objectivos para cada dia e para cada semana.
- 3. Uma vez que iniciou um trabalho, continue até que o haja concluído. Não deixe coisas feitas pela metade. Se, desde o começo, não está decidido a concluir um trabalho, não o comece.
 - 4. Jamais deixe para amanhã aquilo que pode fazer hoje.
- 5. Distribua responsabilidades sempre que possível. Deixe que outros façam aquilo que desejam e podem fazer.
- 6. Ao fazer seus planos, deixe algum espaço para poder respirar entre um objectivo e outro. Por outras palavras, conte com alguns imprevistos, tais como uma chamada telefónica de última hora, tráfego congestionado, um pneu furado, etc. Comece 10 ou 15 minutos antes.
- 7. Não assuma compromissos que não valem a pena manter ou que não será capaz de cumprir.
- 8. Seja realista ao estabelecer os seus objectivos. Conheça suas próprias limitações. Não se envolva em promessas falsas.







122 VALORIZE MAIS A SUA VIDA

- 9. Sempre pergunte a si mesmo: Como aquilo que planejo fazer afectará os meus objetivos?
- 10. Mude a sua maneira de pensar: Em lugar de dizer "É melhor tarde que nunca", diga "É melhor cedo que tarde".

Vivemos num tempo quando a vida não mais consiste em levantar-nos pela manhã, tomar um banho de chuveiro, comer, trabalhar, encontrar os amigos, dar atenção à família e ir para a cama despreocupados ao fim do dia. A vida moderna é cheia de obrigações, compromissos e prazos. E, a fim de termos êxito, devemos saber como adaptar-nos às novas circunstâncias.

Amigo leitor: Lembre-se de que a pontualidade tem maior valor que o dinheiro.







Use sabiamente o seu dinheiro

Embora possa parecer improvável, a escassez de alimentos está flagelando mais pessoas nos chamados países ricos do que possamos imaginar. É uma pena.

"As crianças constituem o maior património da América", declarou o senador americano Abraham Ribicoff. "Contudo, tragicamente, suas necessidades são frequentemente negligenciadas". Entre os factos chocantes revelados pelo senador, alguns têm a ver com a subnutrição. Dietas inadequadas estão ameaçando pelo menos cinco milhões com retardamento mental e/ou incapacidade física, enquanto 50 por cento de todas as crianças com menos de seis anos de idade revelam severas deficiências em vitaminas.

Devido ao desperdício financeiro com bebidas alcoólicas, drogas, jogos, amor dividido, e coisas afins da parte de pais irresponsáveis, inúmeras crianças passam fome mesmo nos Estados Unidos. Eis alguns exemplos com nomes hipotéticos:

Roberto, trabalhador agrícola de origem mexicana, vivendo próximo a Stockton, Califórnia, tem esposa e quatro filhos pequenos. O que ele consegue ganhar, se fosse gasto sabiamente, seria suficiente para o sustento da família. Mas o problema é que, em primeiro lugar, ele crê que deve alimentar seu hábito destruidor da saúde, bebendo e fumando. Assim que recebe o seu pagamento, vai directo para a taberna com seus companheiros. Quando deixa







o local, percebe que seu bolso está vazio. Por causa disso, está sempre em dificuldades financeiras, e seus filhos não são alimentados devidamente. Os seus parentes criticam-no por restringir o leite das crianças a fim de comprar cerveja.

António tem uma banca de frutas no mercado de Los Angeles. O seu pequeno negócio nem sempre garante lucro satisfatório. Hoje não vendeu tanto quanto esperava. Ele tenta aumentar o seu rendimento com o jogo, ao qual é aficionado. No começo, ele ganhou. Tendo duplicado o seu dinheiro, continuou a jogar com a ilusão de que iria ganhar mais. Aí começou a perder. Mas continua a jogar na esperança de recuperar o que perdeu. Não deixa o jogo até gastar o último tostão. Finalmente penhora o seu relógio no jogo e perde-o também. Jamais aprende a lição. Amanhã ou depois poderá vê-lo repetindo a mesma acção. Parece que não pode livrarse da sua ânsia pelo jogo. Nessas condições, António é incapaz de prover o necessário para sua grande família.

Nelson, empregado do correio em Chicago, não vive bem com sua esposa. Estão sempre discutindo. O lar deles está longe de ser um pedaço do céu na Terra. É difícil dizer quem é mais culpado. Essa situação tem-no afugentado do lar, e ele estabelece contacto com outra mulher. Não muito depois, sua esposa descobre o facto, e então ele compreende o que significa sofrer o inferno na terra. Para "escapar" ao problema, volta-se às drogas e, finalmente, perde o emprego. Seus filhos passam necessidades.

Henrique e Betty parecem formar um casal bem compatível e feliz. Mas os dois têm uma dificuldade séria: Ele não ganha muito dinheiro, e sua esposa não sabe como gastar o pouco dinheiro ganho com sacrifício. Quando ele lhe diz que seja cuidadosa com os gastos, ela responde que ele não devia ser tão avarento. Além de comprar um vestido novo praticamente cada semana, ela deseja comprar quase tudo o que vê, coisas de que necessita e coisas de que não precisa. Sem que ele saiba, de vez em quando ela também dá algum dinheiro aos







irmãos dela, que parecem ser vagabundos inveterados. Como resultado, Henrique e Betty não podem sair das dívidas, e na mesa não há o suficiente para comer. A extravagância dela arruinou-o.

A importância de um programa económico inteligente

Os chamados países civilizados estão cheios de casos que se enquadram nas situações descritas acima. Portanto, o leitor ganhará muito se aprender princípios sábios de administração financeira, como gastar e como poupar.

A habilidade de controlar o uso do dinheiro é uma das primeiras necessidades para se alcançar êxito na vida. Um programa económico inteligente tem muito a ver com a prosperidade e o bem-estar da sua família.

Um lar estabelecido há pouco pode ser facilmente despedaçado contra as rochas da má administração financeira. Por exemplo: Contrarimente ao melhor juízo do marido, a mulher decide que deve adquirir um carro novo. Surge alguma emergência imprevista, e o pequeno saldo bancário se vai. Atormentados por contas não pagas, eles logo se olham mutuamente com olhares reprovadores. Sob tais condições, as contendas entre marido e mulher muitas vezes conduzem a sentimentos inamistosos e criam uma situação infeliz na família. A mulher estará inclinada a pensar que os seus desejos não são bem atendidos devido à avareza do marido. E o marido terá a impressão de que a família está sempre em dificuldades financeiras devido à extravagância da mulher.

Se há um orçamento como resultado de um acordo mutuo, o marido e a esposa podem considerar juntos a possibilidade de reajustar os números e enfrentar uma despesa adicional mediante uma nova compra.







O primeiro princípio de um plano financeiro familiar sadio é saber poupar sabiamente. Por mais reduzidas que sejam as entradas, uma quantia regular deve sempre ser posta de lado numa conta poupança. Não se deixe iludir pelo pensamento popular: "Pouparemos algum dinheiro quando tivermos melhores condições para fazê-lo". Se essa for sua maneira de pensar, o leitor jamais terá qualquer poupança, porque, por natureza, nós, seres humanos, somos inclinados a permitir que as nossas necessidades e os nossos gastos tenham ascendência sobre nossas possibilidades. Gastar excessivamente é um hábito desastroso. Poupar também é um hábito, e, quanto mais cedo puder aprendê-lo, tanto melhor para si. Mediante uma economia sábia não quero dizer que a pessoa deva ser avarenta em relação às necessidades da vida, tais como bom alimento, cuidado da saúde e educação. Desejo apenas dizer que, antes de pôr a mão no bolso, pergunte a si mesmo: "Necessito realmente de gastar este dinheiro?"

Regras de administração financeira

Considerando-se que mesmo os países ricos estão enfrentando problemas económicos críticos, como desemprego e inflação, seria bom considerar algumas regras de economia pessoal e doméstica:

- 1. A administração financeira eficiente de uma família promove o bem-estar da vida doméstica. Alguns problemas financeiros são causados por factores externos sobre os quais o indivíduo e a família têm pouco ou nenhum controlo. Outras dificuldades financeiras derivam da imprudência; essas podem ser controladas.
- 2. Cada indivíduo e cada família devem estabelecer um orçamento e estudar como viver dentro dos limites, evitar dívidas, atender às necessidades reais, e reservar certa quantia regularmente para a conta de poupança.







- 3. O esforço para manter as aparências deve ser evitado. Não necessitamos de acompanhar o ritmo de nossos parentes, amigos, ou vizinhos extravagantes. Tenhamos a coragem de viver uma vida simples, dentro das nossas possibilidades.
- 4. Despesas desnecessárias devem ser evitadas. Se alguém não pode possuir um carro dispendioso, deve estar satisfeito com um veículo económico. Coisas que possam ser facilmente consertadas não se devem deitar fora e substituir por outras, novas. Quando os nossos olhos são seduzidos por alguma propaganda aliciadora, devemos resistir à tentação com perguntas como estas: "Necessitamos realmente dessas coisas? Temos condições para adquiri-las?" Os que têm possibilidades económicas limitadas devem romper com o hábito de comprar coisas que outras pessoas, em melhores condições, jamais comprariam. O outro extremo, economia insensata, também deve ser evitado.
- 5. É tolice oferecer sacrifícios à deusa da vaidade, somente para manter as aparências, e ao mesmo tempo cortar despesas necessárias com a alimentação. Uma escritora cristã aconselha: "É muito melhor usar roupas e mobília menos caras do que restringir a provisão de alimento. Alguns chefes de família poupam as provisões da mesa da família a fim de proporcionar dispendiosa hospedagem às visitas. Isso não e sábio... A quantidade regular de alimento deve ser tal que um visitante inesperado possa ser convidado para a nossa mesa sem que a dona da casa seja sobrecarregada com preparativos extras... Economia não significa mesquinhez, mas prudente dispêndio de recursos".
- 6. Muitas vezes ocorre que, para a manutenção da casa, uma família gasta duas vezes mais que outra família do mesmo tamanho. Porquê? Em muitos casos é por causa dos hábitos de desperdício da esposa e mãe, quando a extravagância é um constante escoadouro dos recursos limitados do marido e pai. Algumas pessoas quase se orgulham da sua habilidade para gastar muito menos







com alimento e comer muito melhor que os seus vizinhos. Naturalmente, se sabem o que comprar, onde e como comprar, onde e como armazenar, quanto e como preparar, o que dizem é a pura verdade. Se, acima de tudo, recusam comer alimentos prejudiciais, de sabores e cores artificiais; se apenas ingerem alimento natural, integral, não falsificado; e se os seus filhos são educados a não desperdiçar alimento, então, sem dúvida, gastam muito menos e comem muito melhor do que seus vizinhos.

- 7. Deve-se conservar um registo fiel das entradas e dos gastos. O livro de contabilidade doméstica é o termómetro da administração financeira da família. Algumas pessoas economizam centavos, mas desperdiçam euros. Manter um livro de controlo ajudar-nos-á a economizar centavos e euros.
- 8. O casamento envolve uma parceria financeira. Ambos os cônjuges devem dar as suas opiniões. Deve haver uma administração financeira mútua. Se o marido e a esposa entram em competição, cada um gastando o dinheiro como bem lhe pareça, a família irá à bancarrota muito cedo. E a confiança, a harmonia e o amor que devem aquecer o lar, desaparecerão. Muito mais importante do que o luxo e o conforto material, os adornos e todas as coisas exteriores, "a concupiscência da carne, a concupiscência dos olhos, e a soberba da vida" (1 João 2:16), é o nível espiritual da vida íntima. O que realmente tem valor não é a elegância das cadeiras, mas o tipo de conversa que mantemos quando nos sentamos nelas; não é a sunptuosa refeição, mas a gratidão que sentimos e manifestamos a Deus pelo alimento sadio e simples que Ele não nos deixa faltar; não são as lâmpadas caras, mas o tempo que gastamos sob a sua luz estudando a Palavra de Deus e meditando nela; não são os tapetes ostentosos, mas o privilégio de nos ajoelharmos neles em oração ao nosso Criador.
- 9. Jamais se deve permitir que discussões sobre dinheiro destruam o respeito próprio do marido ou da esposa no que se refere à







competência de cada um. Todos cometem erros de vez em quando ao lidarem com as finanças. E ambos devem estar dispostos a aprender lições dos seus erros. Um gasto imprudente não deve ser motivo para amargar a afeição e a felicidade conjugal ou destruir o casamento.

10. Deus e Sua causa na Terra jamais devem ser deixados fora de nossa administração financeira. Tenha em mente a condição sob a qual o Senhor promete abençoar-nos.

"Roubará o homem a Deus? Todavia, vós me roubais e dizeis: Em que te roubamos? Nos dízimos e nas ofertas... Trazei todos os dízimos à casa do tesouro, para que haja mantimento na minha casa; e provai-me nisto, diz o SENHOR dos exércitos, se eu não vos abrir as janelas do céu e não derramar sobre vós bênção sem medida". Malaquias 3: 8, 10.

As palavras do apóstolo Paulo têm uma aplicação importante nos dias actuais. A modéstia, o contentamento, juntamente com a piedade, são uma grande bênção também no terreno da administração financeira. Ele diz:

"De facto, grande fonte de lucro é a piedade com o contentamento. Porque nada temos trazido para o mundo, nem coisa alguma podemos levar dele. Tendo sustento e com que nos vestir, estejamos contentes. Ora, os que querem ficar ricos caem em tentação, e cilada, e em muitas concupiscências insensatas e perniciosas, as quais afogam os homens na ruína e perdição. Porque o amor do dinheiro é raiz de todos os males; e alguns, nessa cobiça, se desviaram da fé e a si mesmos se atormentaram com muitas dores." 1 Timóteo 6: 6-10.

Amigo leitor: Se deseja ter êxito na vida, aprenda a administrar as suas economias.









Cultive o dom da comunicação

O dom da fala é uma das principais características do ser humano, um golfo intransponível entre a raça humana e os seres inferiores. É uma ferramenta que pode ser usada para o bem ou para o mal. O seu uso diário compõe grande parte da actividade intelectual da humanidade. É uma maneira eficiente de receber e transmitir informações. Alguém escreveu: "De dez coisas que conheço, nove aprendi através da conversação". A habilidade de conduzir uma conversa agradável, inteligente e bem sucedida é uma chave importante nas mãos dos que desejam ter êxito nos negócios, ou apresentar argumentos convincentes, ou fazer novos amigos. Lembre-se de que somente os tolos farão inimigos.

O que não fazer

1. Não tente ser o centro da atenção. Não monopolize a conversa, dando a impressão de que tem todo o conhecimento e toda a experiência e que seu interlocutor é um ignorante. Não se exiba, tentando fazer uma demonstração do que alega saber ou ser, ou do que tem, a fim de impressionar as pessoas.

Não faça exibição de estar relacionado com pessoas ricas ou de destaque, ou de ter frequentado a faculdade, ou de ter visitado







outros países. Nada disso é evidência de genuína importância de sua parte.

Evite repetir ditos brilhantes ou inteligentes. Não fale para demonstrar a sua capacidade oratória. Não force a introdução de temas profissionais ou outros assuntos que os ouvintes de modo geral não compreendam ou não lhes interessem. Dirija a conversa de maneira que outros possam participar.

Quem não sabe ser modesto quando abre a boca terá problemas aonde quer que vá. Fale com modéstia e calma. Lembre-se do provérbio: "A pessoa que se mantém calma é sábia, mas a que facilmente perde a calma mostra que não tem juízo". (Provérbios 14:29, Linguagem de Hoje). "Todo o homem, pois, seja pronto para ouvir, tardio para falar, tardio para se irar". Tiago 1:19.

Evite a jactância. Evite o egoísmo, que é uma atitude egocêntrica (centralizada no eu), um estado mental em que a pessoa está sempre pensando em si mesma e vendo as coisas somente do seu próprio ponto de vista.

Não fale a respeito de si mesmo, das suas obras, ou dos seus problemas. Jamais discurse sobre as suas enfermidades. Jamais mencione as suas peculiaridades. Não dê sinais de que admira os seus próprios méritos. No momento em que fala "eu", ou "me", ou "meu", está repelindo os outros.

Ao falar com pessoas estranhas, é imprudente exaltar os membros da sua própria família; a pessoa com quem está falando pode conhecer alguns problemas que o leitor talvez não conheça.

2. Não use a sua imaginação como se fosse um facto. Evite exageros. Outros podem perceber que não sabe o que está falando. Não comece a falar de religião de maneira súbita e rude. As pessoas podem considerá-lo um fanático e voltar-lhe as costas. Não seja um "cruzado" ou um "pregador". Não tente forçar as suas ideias sobre os outros. Não dê conselhos não solicitados a pessoas com as quais não está bem familiarizado. Não seja intrometido. Não mos-







tre ares de superioridade. Não seja excêntrico. Não desrespeite as regras das boas maneiras ou os regulamentos estabelecidos, especialmente se estes são conhecidos dos seus interlocutores.

"Palavras ásperas são evidência de pouca educação". Evite palavras grosseiras, expressões de amargura, ataques provocativos, ou linguagem ofensiva. Evite ironia e sarcasmo. Jamais profira uma palavra descortês contra qualquer pessoa. Mantenha distância da crítica. Não use palavras profanas, termos vulgares, palavras de duplo significado, ou linguagem que faça corar as pessoas.

Seja cuidadoso para não contradizer os outros, pois o próprio leitor pode estar errado. Ao fazer uma correcção, não diga: "Você está errado". Diga: "Desculpe-me, mas eu tinha a impressão de que era assim e assim." Ou, "O que você diz é válido de um ponto de vista, mas já considerou o outro lado da questão?" Ou, "Suas conclusões não devem ser ignoradas, mas porque não considera a outra possibilidade?" Ou, "Desculpe, não podemos concordar em tudo, mas talvez possamos chegar a um acordo se pesarmos todos os prós e contras (ou todas as evidências)."

Não emita observações rudes, grosseiras ou sarcásticas. Não diga nada que possa ferir os sentimentos de outras pessoas. Em vez de dizer: "Você não compreendeu", diga: "Desculpe, não fui suficientemente claro". Se o leitor se sente inclinado a dizer: "Você está errado", diga: "Há outros aspectos importantes que julgo não deveriam ser esquecidos". Jamais diga: "O senhor é um mentiroso". De preferência, diga: "Parece-me que o senhor não está totalmente informado". Ou: "Tenho a impressão de que o senhor não está na posse de todos os factos". Não se envolva em conversa fiada. Não solte piadas apimentadas. Conversas baratas, expressões frívolas, palavras baixas e vulgares desqualificam uma pessoa para exercer uma boa influência.

Evite os elogios. Os esforços de pobres mortais não devem ser elogiados, pois o elogio pode ser a ruína deles. Entretanto, pala-







vras de apreço e encorajamento, referidas de maneira delicada e sincera, não devem ser condenadas.

- 3. Não dispute. Dale Carnegie diz: "Tendo observado os efeitos de milhares de debates, concluo que há apenas uma maneira de tirar o melhor de uma discussão: Evitá-la. Mesmo quando ganha, perde. Porquê? Pode sentir-se bem, mas fez o outro sentir-se inferior, e ele ficará ofendido consigo". Uma vez que comece a contender com alguém, será quase impossível convencer o seu oponente. Não sinta ser sua incumbência fazer prevalecer a sua posição numa conversa. Se a pessoa com quem o leitor está conversando sentisse o mesmo, a sua conversa poderia ser levada a uma violenta discussão. Não tente sempre provar que está certo e que a pessoa com quem dialoga está errada. Outras pessoas também têm cérebro e coração. Na maioria dos casos, aqueles que estão certos não estão completamente certos, e os que estão errados não estão completamente errados. O que é verídico aparecerá no seu devido tempo. Necessita apenas de dar-lhe uma oportunidade. Não manifeste impaciência. Não perca o controlo e não fale de maneira nervosa.
- 4. Não prolongue uma conversa. Tudo tem os seus limites. "Se quer fazer uma observação clara e directa", diz Robert Southey, "seja breve". Não seja monótono. Não repita palavras ou frases a menos que haja absoluta necessidade de fazê-lo. E não perca muito tempo com pessoas enfadonhas.
- 5. Não fale de modo injurioso contra um país, ou localidade, ou instituição, ou lar que visitou ou pode estar visitando. Se não pode achar nada que seja digno de apreciação, é melhor não dizer nada.
- 6. Não seja mexeriqueiro ou maldizente. Não fale mal das pessoas na ausência delas. Quem o ouve estará certo de que o leitor também falará dele na sua ausência. Quando apontar um dedo a alguém, não se esqueça de que três dedos estarão apontando para si.









Não tente impor-se à confiança de outros. Não se intrometa nos negócios particulares alheios. É contrário à polidez perguntar a alguém que lucro teve, quando custaram as coisas, qual a idade da Sra. Fulana, que remédio está ela tomando para curar o reumatismo, se a Nancy tem um namorado, por que razão a Jane ainda não se casou, qual das filhas é adoptiva, quantos visitantes tiveram para o jantar no domingo passado, etc. Tais perguntas são impróprias para uma pessoa educada.

Evite discutir os seus problemas domésticos bem como os de outras pessoas. Não se torne o distribuidor de mexericos na vizinhança. Lembre-se de que a Bíblia diz: "Sem lenha, o fogo se apaga; e, não havendo maldizente, cessa a contenda". Provérbios 26:20.

- 7. Não interrompa alguém durante uma conversa. Não torne evidente os erros linguísticos dos outros. Não diga continuamente: "Você vê", "Você sabe", "Você compreende, não é?"
- 8. Não cochiche quando está no meio de um grupo de pessoas. Não se envolva em conversa particular. Não fale uma língua estrangeira (a menos que haja um estrangeiro no grupo que não fale a língua corrente). Não olhe apenas numa direcção como se estivesse ignorando os outros.
- 9. Não fale de maneira superior ou inferior à capacidade das pessoas presentes. Adapte as suas palavras ao nível da idade e do intelecto delas.
- 10. Não se distraia durante uma conversa. Não surpreenda a outra pessoa com a pergunta estúpida: "O que foi que disse?" O leitor terá a impressão que não vale a pena repetir o que foi dito porque não prestou atenção. Jamais demonstre indiferença ou cansaço. Não seja dispersivo como uma pessoa volúvel, incapaz de concentrar a mente, ou um ouvinte indiferente e inexpressivo, a menos que queira que o seu interlocutor pare de falar.









Como ter êxito na conversação

- 1. Escolha tópicos importantes. Você e os seus interlocutores devem ter pelo menos algum conhecimento dos assuntos a serem discutidos. Se a conversa toma um rumo perigoso ou desagradável, mude de assunto.
- 2. Incentive pessoas educadas, equilibradas e inteligentes a falarem. Com tais pessoas pode sempre ter uma conversa agradável e proveitosa.
- 3. Fique atento a boas ideias. As palavras sem ideias são como velas sem vento. Ofereça uma abertura aos seus interlocutores. Ajude-os a lembrarem-se dos nomes de lugares onde estiveram e as pessoas que encontraram. Use observações apropriadas. Faça o melhor para manter o diálogo.
- 4. Comece a conversa com ênfase nos pontos sobre os quais a outra pessoa concorda. Faça o possível para que o seu interlocutor diga "Sim" desde o início da conversa. Tanto quanto possível, não lhe dê motivos para dizer "Não". Sócrates era muito hábil na arte da persuasão. Na sua técnica ele recebia respostas positivas ("Sim") até ter uma pilha de reconhecimentos e assentimentos do seu oponente. Finalmente, o objector aceitava a conclusão que teria rejeitado no princípio da discussão.
- 5. Lembre-se deque, como cavalheiro, e especialmente como cristão, o leitor deve ser circunspecto, cuidadoso e puro também na sua conversação. Revele modéstia e simplicidade. Fale clara e distintamente. Não fale muito alto. Uma voz firme, distinta, suave, gentil e musical tem grande poder. Por outro lado, não fale em tom baixo, indistinto e abafado. Use português correcto. Jamais use gíria ou palavras que não saiba pronunciar, ou termos cujo significado exacto desconheça. Evite entonações erradas, ou pronúncia incorrecta, ou ênfase imprópria.
- 6. Manifeste apreço onde quer que isso seja necessário ou apropriado. Não pense, fale ou actue como se tivesse o monopólio dos







cérebros. Outras pessoas também têm boas ideias. O leitor ganhará muito ao apreciar os pontos de vista dos outros.

- 7. Seja ouvinte atento e siga com atenção o teor da conversa. David Augsburger escreveu: "A regra de ouro da amizade é ouvir os outros como gostaria que os outros o ouvissem".
- 8. Tente compreender os outros e veja as coisas do ponto de vista deles tal como gostaria de que eles o compreendessem e partilhassem os seus pontos de vista. Eis um conselho importante de Henry Ford: "Se o êxito depende de algum segredo, jaz na habilidade de captar o ponto de vista de outrem e ver as coisas dos dois ângulos, seu e dele". Preserve uma mente aberta sobre questões discutíveis. Discuta mas não debata. Uma das características de uma mente superior é discordar e, ao mesmo tempo, preservar a amizade. Se realmente deseja ter a última palavra numa discussão, esforce-se por dizer: "Você pode ter razão até certo ponto, mas eu vejo o assunto de maneira diferente".
- 9. Controle-se quando outros o irritarem. "Fique irado lentamente, há tempo de sobra", dizia Emerson. Dizer o que deve ser dito é menos importante do que não dizer o que não deve ser dito. Temos uma boca e dois ouvidos. Portanto, não fale muito, mas ouça bem. Cultive "lampejos de silêncio" de vez em quando.

"Um contemporâneo diz que dentre todas as artes, a que deve ser mais cultivada é a arte de falar bem. Diferimos. Dentre todas as artes, a que mais deve ser cultivada é arte do silêncio. Não há nada como um homem ou uma mulher que possa manter a boca fechada... O silêncio revela reserva, poder, força consciente, dignidade, autocontrole. Às vezes nada é tão eficiente como o silêncio que proceda do desprezo. O homem ou a mulher que possa suportar uma acusação em silêncio, ou possa manter o silêncio quando a ocasião o exige, possui algo daquela qualidade que chamamos grandeza". Citado do livro *Cristãos em Actividade*.







Cultive o dom da comunicação

10. Cultive maneiras alegres e um senso de bom humor. Mantenha os cantos da sua boca ligeiramente voltados para cima.

Amigo leitor: Lembre-se de que a fala, um talento de grande valor, é sabiamente usado por homens de êxito e deve ser cultivado cuidadosamente.







Tenha cuidado com a negligência e o descuido

Li uma história inesquecível acerca de um fazendeiro negligente e descuidado. A esposa sempre lhe dizia que ele devia consertar ou substituir o trinco do portão que abria o quintal para o campo, mas as súplicas dela eram em vão. E não fechavam o portão devidamente.

Quando ele passava pelo portão, tinha sempre em mente o propósito de fechá-lo, mas o vento abria-o sempre. Como resultado, as galinhas saíam e as ovelhas entravam no quintal. Por isso, as crianças estavam continuamente ocupadas tocando as ovelhas de volta para o campo e trazendo as galinhas, os patos, e os gansos de volta para o quintal. Ele insistia em que que as crianças cuidassem dos animais da fazenda ao invés de estarem ociosas.

Certo dia ocorreu uma calamidade na fazenda: Um enorme porco saiu da pocilga e correu para o campo, e todos correram desordenadamente atrás do animal.

Na perseguição ao porco, o capataz saltou por sobre a cerca e torceu o tornozelo. Que fazer agora? O fazendeiro e os seus filhos tiveram de desistir do porco para levar o trabalhador ferido de volta para casa. A esposa e a filha seguiram-nos.

Quando chegaram a casa, era tarde demais para evitar o estrago causado pela sua curta ausência. O caldo havia extravasado, o jantar estava estragado, e duas camisas estendidas perto do fo-







gão estavam inutilizadas . O fazendeiro repreendeu a esposa e a filha por não terem retirado o caldo do fogão e por não terem estendido as camisas noutro lugar antes de saírem da cozinha.

Em seguida ele correu para o estábulo. Outra surpresa desagradável! O cavalo, que tinha ficado solto, havia coiceado o potranco, quebrando-lhe a perna.

Então ele olhou para o seu trabalhador, que estava de cama gemendo de dor por causa do tornozelo torcido. Embora o homem tivesse sido medicado, não pôde trabalhar durante duas semanas.

A negligência e o descuido foram a causa de todo o prejuízo e aborrecimento.

Benjamim Franklin mostra, mediante um exemplo prático, como uma pessoa descuidada e negligente trabalha contra si mesma. Ele diz: "Uma pequena negligência pode produzir grande dano: Pela falta de um prego, a ferradura se perdeu; faltando-lhe uma ferradura, o cavalo não pôde correr; e, devido à falha do cavalo, o mensageiro foi morto pelo inimigo, tudo em virtude de um pequeno descuido com o prego de uma ferradura." A ilustração poderia ser completada com um passo final: "E, pela falta do mensageiro com a mensagem que ele ia levar, a batalha foi perdida".

Numa das suas pinturas mais famosas, intitulada O Mercenário, Holman Hunt representa uma pastor preguiçoso, indiferente, negligenciando as suas ovelhas. Quando o leitor olha para o quadro, pode ver que ele se está distraindo com uma borboleta que acaba de encontrar. Enquanto está fazendo castelos no ar, desejando que fosse algo que não é, as ovelhas entram no campo de trigo. Não estão apenas causando estragos no trigal; estão ficando "estufadas", matando-se por comerem em excesso. O quadro de Hunt contém uma lição objectiva: Algumas pessoas vivem no mundo das fantasias ao passo que negligenciam os deveres mais importantes da vida. Que advertência para os que desejam progredir!







A seguinte ilustração foi publicada num dos periódicos nos Estados Unidos: "Sou mais poderoso que os exércitos combinados do mundo. Destruí mais homens que todas as guerras de todas as nações. Massacro milhares de pessoas todos os anos. Sou mais mortífero que balas de fuzil. Tenho destruído mais lares que os mais poderosos revólveres. Somente nos Estados Unidos, roubo mais de 500 milhões de dólares por ano. Não poupo a ninguém e encontro as minhas vítimas entre ricos e pobres, jovens e idosos, fortes e fracos. As viúvas, cheias de tristeza, conhecem-me. Eu me agiganto em tal proporção que lanço minha sombra sobre todas as áreas de trabalho. Movo-me furtivamente em lugares invisíveis e executo a maior parte do meu trabalho silenciosamente. Você foi advertido a meu respeito, mas não me deu ouvidos. Sou implacável, cruel e desumano. Estou em toda parte, nos lares, nas estradas, nas indústrias, nos cruzamentos ferroviários. Actuo em terra, mar e ar. Trago enfermidade, degradação e morte. Contudo, poucos me buscam para destruir-me. Eu esmigalho e mutilo. Roubo tudo o que você possui e não lhe dou nada. Sou o seu pior inimigo. Meu nome é NEGLIGÊNCIA".

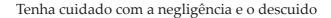
Uma pessoa que deseja ter êxito na vida deve desenvolver hábitos sadios de organização, sistematização, administração e regularidade. "George Washington era capaz de realizar muito porque era cuidadoso em preservar ordem e regularidade. Cada papel tinha sua data e lugar, e não perdia tempo para procurar algo que havia sido deslocado". Há muitas mentes brilhantes que jamais terão êxito a menos que vençam a sua inconstância de propósito, os seus hábitos relaxados e a sua falta de atenção.

Uma área de terra, se não for cultivada, logo se encherá de espinhos e ervas daninhas; e um adolescente que tem a tendência de ser negligente, se for deixado sem correcção, crescerá inculto, instável, indigno de confiança, sem êxito.

Um carácter negligente não é assunto para riso; é uma séria deficiência mental, espiritual e moral. Owen Feltham escreveu:







"A negligência é a ferrugem da alma que corrói todas as melhores resoluções". A negligência em assuntos seculares revela deficiência também no cumprimento dos deveres religiosos. Ambas se entrosam uma na outra e formam um todo completo. As pessoas que são descuidadas e indiferentes com suas obrigações profissionais, contas pessoais, conduta, linguagem, gostos, aparência pessoal e seus pertences (roupa, livros, documentos, dinheiro, chaves, carro, e lar) são candidatos à bancarrota tanto na vida secular como na vida espiritual.

Amigo leitor: Tenhamos em mente que a negligência e tudo o que a acompanha é um dos nossos piores inimigos.







Numa das nossas grandes cidades, um senhor desejava visitar o jardim zoológico. Com esse plano em mente, tomou um autocarro com a placa Zoológico. Imaginando que, em pouco tempo, estaria vendo os animais, sentou-se e começou a ler o seu jornal sossegadamente.

Próximo ao terminal, entretanto, foi possuído de um sentimento de incerteza ao notar que os passageiros estavam descendo um a um. Quando o autocarro estava quase vazio, ocorreu-lhe a ideia de que o jardim zoológico estaria fechado naquele dia.

Finalmente, o veículo parou, o condutor mudou o sentido do autocarro, e o homem não viu nada com aparência de jardim zoológico. Perguntou então ao condutor:

"Diga-me, senhor: Este autocarro não vai até o zoológico?

"Sim, senhor, ele vai, mas o zoológico está a catorze quilómetros daqui", respondeu o condutor.

Então o homem entendeu que o zoológico estava no outro extremo da linha do autocarro. Pagou sua passagem de novo, e agora estava certo de que ia na direcção correcta.

Um homem estava caminhando por uma floresta que se tornava mais e mais densa. Pouco antes do pôr do sol, decidiu que já era tempo de voltar para casa. Mas nesse momento cometeu um







sério erro. Em sua suposição cega, pensava que conhecia o caminho e tomou uma direcção errada. Quando percebeu que estava perdido, consultou a sua bússola. Para sua surpresa, observou que estava indo para o oeste em lugar de ir para o este. "A bússola deve estar errada", pensou. Mas, passados alguns momentos, mudou de opinião. "Esta bússola nunca me desapontou, e o melhor que posso fazer é confiar nela agora", pensou ele. Seguindo a sua bússola, encontrou a saída da floresta.

Quem pode negar o facto de que todos nós temos a tendência de agir presunçosamente, como o homem que perdeu a sua rota na floresta? No campo espiritual, onde nossos interesses eternos estão em jogo, temos uma bússola infalível, a Bíblia, mas quantas vezes e quão seriamente a seguimos?

Numa viagem de Hamburgo, Alemanha, para Santos, Brasil, eu estava com um grupo de homens que não possuíam sentido de direcção. Nosso navio fez uma escala em Lisboa, Portugal, onde os passageiros tiveram a oportunidade de descer. Assim sendo, meu pai e alguns companheiros decidiram dar um passeio pela cidade sem terem um mapa e sem saberem uma palavra de português. Quando estava na hora de voltarem para o navio, enfrentaram um problema. Perceberam que estavam perdidos e que não lhes era fácil retornar ao navio porque não sabiam como pedir informações. Finalmente, quando faltavam apenas trinta minutos para a partida do vapor, abordaram um polícia para pedir-lhe ajuda. Mas o polícia não podia entendê-los. Então meu pai mencionou o nome do navio e isso solucionou o problema. Mediante gestos, o polícia mostrou-lhes a direcção e eles caminharam tão rápido como puderam. Quando avistaram o navio à distância, olharam ansiosamente no relógio e apressaram os passos. Estavam quase sem fôlego ao alcançarem o barco, cinco minutos antes de ser levantada a prancha de embarque. Deram um suspiro de alívio!









Eu tinha seis anos de idade quando isso ocorreu e não podia compreender ou lembrar-me de tudo. Mais tarde, quando meu pai me contou a história, explicando-me como nós quase perdemos o navio, tive de sacudir a cabeça ao pensar na aventura imprudente.

Como podiam eles distanciar-se do navio sem levarem pelo menos um mapa da cidade? Imagino que cada um deles deve ter dito a si mesmo: "Não necessito preocupar-me com direcções quando estou com o grupo. Eles devem conhecer o caminho, e eu os acompanho". Essa ideia infeliz, que é tão comum num grupo de viajantes, é muito perigosa, especialmente no campo dos nossos interesses eternos. Por simplesmente confiarem nos outros, muitos perderão o caminho para o reino.

Já pensou quão importante é um mapa e uma bússola para um navio? O mapa mostra as costas, ilhas, posições dos faróis, profundidade do mar, as correntes marítimas, etc., e a bússola aponta para o norte e para o sul. Imagine quão perigoso seria viajar num barco sem esses instrumentos.

Para nossa peregrinação pelo mundo temos um mapa e uma bússola infalíveis, a eterna Palavra de Deus, que nos mostra o caminho para o reino. Jesus disse: "Não só de pão viverá o homem, mas de toda palavra que procede da boca de Deus". Mateus 4:4.

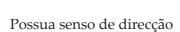
"Bem-aventurados são os que ouvem a palavra de Deus e a guardam!" Lucas 11:28.

"Lâmpada para os meus pés é a Tua palavra e luz para os meus caminhos." Salmos 119:105.

Herbert Hoover, que encontrou guia seguro na Bíblia, escreveu: "Não há outro livro tão variado como a Bíblia, nem tão cheio de sabedoria concentrada. Seja a respeito de leis, negócios, moral, ou a respeito de empreendimentos construtivos..., aquele que busca orientação... pode olhar dentro de suas capas e encontrará iluminação".







Sem essa luz estaríamos numa condição deplorável, como um cego que não sabe onde está, mas que vai tateando a esmo em busca de uma passagem no escuro, sem, contudo, saber aonde vai chegar.

Amigo leitor: Se seguirmos a Luz, estaremos rumando na direcção correcta.









Pense de maneira positiva

Está preparado para mudar suas ideias a fim de valorizar mais a sua personalidade?

Há algum tempo recebi uma carta de um amigo que me contou estar planeando voltar ao seu país de origem. Cerca de dois meses mais tarde, recebi outra carta dele dizendo que havia mudado o seu plano. Decidiu permanecer onde estava. Para justificar a sua nova decisão, ele acrescentou: "Somente os psicopatas incuráveis jamais mudam de ideia". A sua observação fez-me rir, mas achei-a muito realista.

Há pessoas que facilmente mudam as suas ideias, mas não aumentam o valor e a utilidade dos seus conhecimentos. Jamais manifestam progresso na maneira de pensar e agir. Sejamos mais específicos: No que se refere a pensamento mais conhecimento, podem distinguir-se facilmente quatro categorias de pessoas: (1) Alguns pensam que sabem e realmente sabem; (2) outros, por modéstia, dizem que não sabem, mas os factos revelam o contrário, sabem muita coisa; (3) outros sabem que não sabem, e não hesitam em admiti-lo, mas há esperança para muitos deles desde que estejam dispostos a aprender; (4) outros pensam que sabem e, na realidade, não sabem que não sabem, e não há esperança para eles enquanto permanecem neste estado deplorável, não admitindo a sua ignorância.





12-09-2013 11:22:00



Um homem que julgava saber o que estava fazendo tentou remover um toco de árvore do seu jardim. Primeiro ele utilizou seis bananas de dinamite, mas não teve nenhum resultado positivo. Em seguida ele utilizou nove e quase desmaiou diante do resultado. O toco, à semelhança de um míssil teleguiado, voou aproximadamente 50 metros, furou o telhado do vizinho, e aterrou no seu refeitório. Isso ocorreu nos Estados Unidos.

A mente humana é inclinada a usar métodos errados para resolver problemas. E nós geralmente nos ofendemos quando alguém põe em dúvida a sabedoria em que baseamos as nossas acções. Frequentemente nossos pensamentos levantam-se em nossa defesa: "Sei o que estou fazendo". Mas repetidos fracassos de nossa parte revelam algo diferente. E então nossa melhor sabedoria nos diz, através da consciência, que, a menos que mudemos os nossos pensamentos e acções, seremos eternos perdedores. Nosso eu é colocado à prova.

Se queremos ser vencedores na batalha da vida, devemos estar seguros de que os nossos pensamentos estão em harmonia com os pensamentos de Deus. Então teremos acções correspondentes. "Porque, como [o homem] imagina em sua alma, assim ele é". Provérbios 23:7.

Num país da América do Sul, um camponês desejava remover uma enorme pedra que jazia entre sua casa e a estrada, mas não sabia como fazê-lo. Um dia ouviu dizer que um edifício no centro de São Paulo havia sido demolido em poucos minutos. Queria saber como era possível tal coisa. Então um dos seus vizinhos falou-lhe de um novo método que havia sido empregado, chamado "implosão", e o enorme edifício se desmoronou para dentro. Tendo recebido algumas orientações sobre como rebentar pedras com dinamite, ele pensou que sabia como fazê-lo. Fez um buraco na rocha, colocou um estopim, correu para ocultar-se à distância, cobriu seus olhos, tapou os ouvidos, e esperou pela explosão. De repente





ouviu um estouro. Abriu os olhos e viu o resultado da sua experiência. Para sua surpresa, a pedra ainda estava lá, mas a casa desaparecera. É assim que muitos pensam que sabem o que desejam fazer, mas muitas vezes terminam derrotando-se a si mesmos.

A história desse camponês revela dois níveis de pensamento. Primeiro pensamento: Ele não se preocupava com a pedra. De outro modo não haveria construído a casa perto dela. Segundo pensamento: Ao ver a pedra todos os dias, ficou aborrecido com ela e sabia o que queria, mas, mediante seu procedimento imprudente, buscou uma solução errada, conseguindo o que não queria. Muitas pessoas ainda cometem erros semelhantes, porque não pensam claramente e não sabem realmente fazer o que desejam.

Essa experiência negativa leva-nos ao terceiro nível de pensamento na história de um famoso artista italiano. Um dia, o escultor parou em frente de uma casa por longo tempo olhando para alguma coisa no jardim. A dona da casa sentiu-se mal com a presença do estranho e pediu ao marido que perguntasse ao homem o que ele desejava. Eis a essência da conversa entre os dois:

"Oh, estou apenas olhando aquela pedra", disse o escultor.

"Não sei o que fazer com ela. Talvez um cavouqueiro possa removê-la pouco a pouco".

"Oh não", objectou o escultor, "não é necessário quebrá-la em pedaços e removê-la. Vejo uma saída melhor. Há um anjo dentro dela, e desejo liberá-lo".

"O.K., faça-o", disse o proprietário da casa, julgando estar falando com um lunático.

O estranho começou a talhar e, não muito depois, um belo anjo foi extraído da rocha. O dono da casa percebeu que o senhor não era um desequilibrado. Era um escultor famoso que estava usando o terceiro nível de pensamento. O artista não passou pelo obstáculo de maneira indiferente como as multidões o faziam dia após dia. E não pensou em quebrá-la em pedaços e removê-la por estar







incomodando o dono da casa. Em lugar disso, ele detectou o grande bem que poderia ser extraído dela. É isso o que Deus deseja fazer consigo e comigo.

Em cada ser humano há um potencial de bem. Grandes pecadores podem tornar-se grandes santos. Leia 1 Corintios 6:9-11. Deus deseja extrair e revelar, com nosso consentimento e cooperação, o valor potencial que está escondido em cada um de nós. Portanto, a coisa mais sábia que podemos fazer em nosso próprio interesse é seguir o terceiro nível de pensamento.

João Baptista compreendeu esse conceito quando disse aos fariseus e aos saduceus: "Não comeceis a dizer entre vós mesmos: Temos por pai a Abraão; porque eu vos afirmo que destas pedras [destes homens empedernidos] Deus pode suscitar filhos a Abraão". Mateus 3:9.

Leia em Lucas 15:8, 9 a parábola da dracma perdida, e compreenderá que, por mais que um homem se haja degradado, ele ainda é precioso aos olhos de Deus. Se não fosse assim, o Criador não teria pago tão alto preço para redimi-lo (1 Pedro 1:18, 19).

Essa parábola ensina que cada ser humano que está sob o controlo de Satanás fará tudo para se desvalorizar mediante o pecado. E talvez ele não saiba o que está fazendo e em que direcção está indo. Mas a parábola ensina mais que isso. Mostra que Deus está operando para revalorizar, elevar e renovar o homem, procurando despertar-lhe a consciência, santificar-lhe as faculdades e restaurar a imagem de Deus nele. O Espírito de Deus faz isso quando nos guia em toda a verdade (João 16:33) com nosso consentimento e cooperação.

A pedra nas mãos de um artista não possui vida, inteligência, ou poder. O artista toma todas as decisões quanto à maneira de usála. Mas as rochas humanas são diferentes. Podem pensar e usar a capacidade de escolha. Decidem se querem ser cinzeladas pelo Espírito de Deus e estar preparadas para o reino de glória ou ser







desfiguradas por Satanás e estar preparadas para o lago de fogo, a segunda morte (Apocalipse 20:14).

Alguém publicou a seguinte pergunta num jornal: "Como posso amar um Deus que me destruirá?" Não há dúvida de que os pecadores impenitentes serão destruídos. Leia Mateus 13: 49, 50; Romanos 2:12. Mas deseja Deus realmente destruir alguém? Não. Ele não deseja isso. Ele nos assegura: "Deixe o perverso o seu caminho, o iníquo, os seus pensamentos; converta-se ao SENHOR, que se compadecerá dele, e volte-se para o nosso Deus, porque é rico em perdoar". Isaías 55:7.

Amigo leitor: Deus deseja salvar-nos. Mas se queremos perecer, Ele respeitará a nossa decisão. Somos livres para escolher. Lembre-se disto: "Aquilo que o homem semear, isso também ceifará". Gálatas 6:7.







Pode transformar o pior no melhor

Calamidades, tristezas, e lágrimas podem ser transformadas em bênçãos. Não precisamos de procurá-las, mas, quando aparecem, devemos saber como enfrentá-las.

Em 1655, quando o demónio da perseguição religiosa andava solto na Inglaterra, quatro homens foram amarrados para serem queimados vivos: Hugh Latimer, Nicholas Ridley, John Rogers, e o Bispo Hooper. Hooper sorriu quando viu a fogueira. Rogers banhou as mãos nas chamas como se as banhasse em água fria. As últimas palavras de Latimer foram: "Tenha bom ânimo, Mestre Ridley, e proceda como homem. Neste dia, pela graça de Deus, acenderemos na Inglaterra uma luz que, confio, jamais será apagada". As palavras de Latimer tornaram-se verdade. Depois de um lúgubre período de opressão religiosa, em que se testemunharam cenas horríveis, a liberdade religiosa, o primeiro e mais importante de todos os direitos humanos, foi finalmente assegurado ao povo inglês. Desse modo uma maldição foi transformada em bênção.

John Bunyan, pregador e escritor inglês, foi encarcerado por pregar sem autorização. Nos seus primeiros doze anos de prisão, escreveu nove livros. Durante o seu segundo período de encarceramento, teve um sonho que o inspirou a escrever *O Peregrino*, um dos mais famosos livros clássicos ingleses, que foi traduzido em mais de cem idiomas. Essa obra tem influenciado milhões de







leitores a se voltarem para Deus. Provavelmente não teríamos esse precioso livro se não fosse a prisão de Bunyan.

Alexander Pope era corcunda e não gozava de boa saúde. Por isso, não pôde trabalhar no comércio. Dedicou-se então à poesia e tornou-se o maior poeta inglês da primeira metade do século xvII. Alguns dos seus prolóquios permaneceram famosos até hoje. Exemplo: "Errar é humano; perdoar é divino".

Louis Braille perdeu a vista aos três anos de idade. Diz-se que uma coruja lhe arrancou os olhos. Estudou no Instituto Internacional Para Jovens Cegos, em Paris, França. Como era menino inteligente, logo se tornou exímio organista e, depois, foi contratado como professor no mesmo instituto. Ali ele inventou o sistema braille, que é o alfabeto em relevo para cegos.

A vida de Fanny Crosby é um destacado exemplo de como a aflição pode ser transformada em bênção. Devido à aplicação acidental de um remédio errado aos seus olhos, ficou cega quando tinha apenas seis semanas de idade. Na Instituição Nova York Para Cegos, onde ela recebeu sua educação e onde serviu como professora por onze anos, casou-se com um músico cego, Alexander van Alstyne, que na ocasião era aluno naquela instituição. Quando tinha quarenta anos de idade, descobriu o seu talento e começou a escrever hinos que têm abençoado o mundo. Seus milhares de hinos famosos incluem: Quero estar ao pé da cruz, Salvo por Jesus Cristo, Salva o perdido, O! não vás além, Que segurança. Teria ela composto qualquer hino evangélico se não fosse cega? Duvido.

O Dr. Moon, de Brighton, Inglaterra, ao atingir a sua máxima capacidade intelectual, tornou-se totalmente cego. A princípio manifestava constante rebelião contra Deus. Sua queixa era: "De que valem minhas conquistas agora, quando estou enclausurado aqui, e o mundo inteiro está excluído?" Mas, passado algum tempo, começou a imaginar se poderia achar um meio de ajudar







os cegos a lerem a Bíblia. E enquanto os seus olhos estavam cegos, ele inventou o Sistema Moon. O seu alfabeto foi levado a muitos países e adaptado a diferentes idiomas. Milhões de cegos em todo o mundo estão lendo a Palavra de Deus em suas línguas nativas. A aflição envolveu o Dr. Moon para que pudesse ajudar a outros.

O Dr. Pere, cirurgião do rei da França, foi o autor do famoso ditado: "Eu o tratei. Deus o curou". Certa vez ele estava fazendo uma operação quando acabou o óleo, que naquele tempo era considerado indispensável numa cirurgia. Mas logo notou que o paciente se recuperava bem mais rapidamente sem o óleo, o que o levou a abandonar o seu uso. Uma falta provou ser um benefício; uma calamidade converteu-se numa oportunidade.

Algumas pessoas que desfrutaram grandemente da leitura do livro *Cartas de Tiago McConkey* jamais conheceram o segredo do seu êxito como escritor de artigos, ensaios e tratados espirituais. Como inválido, McConkey não era capaz de escrever mais de 15 minutos por dia. Ele disse: "Pode isso ser amor quando alguém permite que os seus sofram? Nossa opinião é que o amor deve sempre poupar-nos o sofrimento. Mas no pensamento de Deus, o amor busca sempre o nosso mais elevado bem e, às vezes, usa o sofrimento para alcançar o objectivo".

Tom, um rapazinho paralítico, vivia no terceiro andar de um velho edifício, numa grande cidade. Deitado numa pequena poltrona ao lado da janela, ele passava horas observando o povo a caminhar na rua. Ocupação monótona! Como não sabia o que fazer, não lhe era fácil passar o tempo. Pensou, pois, em dedicar parte do dia à leitura.

O menino tinha ouvido falar de um Homem que "andou fazendo o bem" (Actos 10:38). E, um dia, ele pediu a um amiguinho que lhe procurasse um livro que contasse a história desse Homem. Mas nenhum dos dois sabia dizer o nome do Homem.







Um livreiro compreendeu que o garoto devia estar pensando em Jesus e, naturalmente, ofereceu-lhe a Bíblia. Ao começar a ler o Livro dos livros, Tom ficou empolgado especialmente com a vida de Jesus. Sob a influência do poder de Deus, o adolescente converteu-se e decidiu seguir o exemplo d'Aquele que dera a sua vida para a salvação de todo aquele que nEle crê. Ele também queria fazer o bem, mas não sabia como, porque, na sua condição, não podia sair do pequeno apartamento da sua tia, com quem ele morava. Já tinha conhecimento suficiente para compreender que a oração abre portas. Orou, pois, a Deus, pedindo que lhe mostrasse o que devia fazer, e logo teve uma ideia excelente.

Cada dia, Tom escrevia (ou rabiscava?) versos bíblicos em pedacinhos de papel que ele deixava cair na rua. Levados pela curiosidade, algumas pessoas apanhavam os bilhetes que vinham flutuando da janela do terceiro andar e liam palavras selectas procedentes do Homem que andou neste mundo fazendo o bem.

Um dia um rico negociante leu um daqueles versos bíblicos, ficando tão impressionado que experimentou uma mudança radical na vida. Tornou-se cristão decidido e agora queria saber quem era aquele que continuava lançando bilhetes com versículos das Sagradas Escrituras. Identificando a janela donde vinham flutuando as mensagens da Palavra de Deus, logo chegou ao pequeno apartamento do menino. Sem demora, os dois tornaram-se bons amigos. O ricaço então convidou Tom a vir morar com ele, na sua grande mansão, no campo. Ele disse: "Minha mulher e eu temos muito amor por ti. Queremos adoptar-te como nosso filho".

Tom perguntou se haveria gente passando pela janela dele, na sua nova moradia. O negociante respondeu: "Bem, de vez em quando, o nosso jardineiro ou a nossa empregada passa por ali". Depois de longo de silêncio e meditação, o menino disse: "Lamento muito, mas não posso morar num lugar onde não haja gente passando continuamente pela minha janela". E o pequeno missio-







ário continou no apartamento da tia, ao lado da janela, repartindo as boas novas aos transeuntes.

Nosso amante Salvador pode transformar adversidades em vantagens que tragam bênçãos ao sofredor e a milhões de outros. Considere o problema que afligia o apóstolo Paulo. Em lugar de remover a enfermidade, Deus disse-lhe: "A minha graça te basta". Somente então pôde Paulo entender o paradoxo: "Quando estou fraco, então sou forte". 2 Corintios 12: 9, 10.

A Bíblia narra: "Os patriarcas, invejosos de José, venderam-no para o Egipto; mas Deus..." (Actos 7:9). Essa frase: "Mas Deus...," frequentemente vem ao fim de um acto de injustiça: Deus tem a última palavra. Ele usou a injustiça feita a José para alimentar o povo egípcio e a família de José. O mesmo ocorre hoje. Ele muitas vezes transforma a tristeza em bênçãos, contanto que cooperemos com Ele.

Como suportar a aflição

Devido à crescente impiedade no mundo, seremos rodeados de mais e mais dificuldades que devemos aprender a enfrentar. As condições adversas tornam a vida difícil. Algumas vezes os nossos desapontamentos e frustrações não conhecem limites. Parece que somos derrotados. Essas circunstâncias podem levar-nos a pensar que Deus nos abandonou. Mas: "Se entregamos a vida ao Seu serviço, jamais seremos colocados numa posição para a qual Deus não haja feito provisão. Seja qual for a nossa situação, temos um Guia a dirigir o nosso caminho. Qualquer que seja a nossa perplexidade, temos um seguro Consolador. Qualquer que seja a nossa tristeza, aflição ou solidão, temos um Amigo que se solidariza connosco. Se na nossa ignorância damos passos errados, Cristo não nos abandona".

Uma das mais preciosas garantias que encontramos na Palavra de Deus é aquela em que o Senhor diz: "Invoca-Me no dia da







angústia; Eu te livrarei, e tu Me glorificarás". Salmos 50:15. "Tu, SENHOR, conservarás em perfeita paz aquele cujo propósito é firme; porque ele confia em ti". Isaías 26:3.

Tem tristezas na sua vida? Então considere estes factos: 1. Tristezas ocorrem com todos. Os cristãos devem enfrentá-las. Estas os esperam ao longo de todo o caminho para o Céu. "Através de muitas tribulações, nos importa entrar no reino de Deus." Actos 14:22. 2. A tristeza é causada muitas vezes pela desobediência a Deus. Andar em nossos próprios caminhos, em oposição aos caminhos de Deus, traz aos seres humanos muita tristeza desnecessária. 3. "Se o destino lança uma espada contra si, há dois lugares para segurá-la, pela lâmina ou pelo cabo". Quando a calamidade o atinge, pode sucumbir a ela num estado de autopiedade, ou suportá-la corajosamente e mesmo tirar vantagens dela. 4. A tristeza é uma arma nas mãos de Deus. Ele poda os seres humanos com ela. É na escola da tristeza que adquirimos sabedoria. A tristeza é o nosso melhor educador. 5. Não coloque sobre a sua cabeca a coroa de mártir. Evite falar das suas tristezas. Leve-as a Deus. Ele proveu remédio para elas. Ouça-O. Ele lhe dirá o que pode fazer. "A Terra não tem tristezas que o Céu não possa curar". 6. Agradeça a Deus pelo conforto que Ele prometeu dar-lhe na tristeza, e ore para que Ele lhe ensine como extrair alegria do sofrimento. 7. Não ore para que Deus o livre das tristezas, mas ore para que Ele lhe dê poder para suportá-las e usá-las como bênçãos. 8. Lembre-se de que as tristezas têm levado muitas almas a conhecer a Cristo. Talvez o leitor necessite desta bendita experiência. 9. "Os infortúnios mais difíceis de suportar são aqueles que nunca chegam". Muitas tristezas imaginárias surgem da ociosidade. 10. "Os lares mais felizes, mais agradáveis e mais ternos não são aqueles onde não ocorreram tristezas, mas aqueles que têm sido atingidos pela dor, e onde o conforto de Cristo foi recebido".







Os cuidados desta vida

Não é fácil estabelecer um equilíbrio entre as solicitudes necessárias e os fardos desnecessários, entre cuidados importantes e preocupações sem importância, entre contentamento e ambição. Nesse sentido, o ensino de Cristo deve ser levado em conta:

"Não vos inquieteis, dizendo: Que comeremos? Que beberemos? Ou: Com que nos vestiremos? Porque os gentios é que procuram todas estas coisas; pois vosso Pai celeste sabe que necessitais de todas elas; buscai, pois, em primeiro lugar, o seu reino e a sua justiça, e todas estas coisas vos serão acrescentadas. Portanto, não vos inquieteis com o dia de amanhã, pois o amanhã trará os seus cuidados; basta ao dia o seu próprio mal." Mateus 6: 31-34.

"Cada dia tem os seus fardos, cuidados e perplexidades; e... quão dispostos estamos para falar das nossas dificuldades e provas. Tantos problemas emprestados se intrometem, condescendese com tantos temores, expressa-se tamanho peso de ansiedades, que alguém poderia supor que não temos um Salvador compassivo e amoroso, disposto a ouvir todos os nossos pedidos e ser uma ajuda presente em todo tempo de necessidade. Alguns estão sempre temerosos e tomam problemas emprestados. Cada dia estão rodeados de sinais do amor de Deus; cada dia desfrutam a generosidade da Sua providência, mas esquecem-se das bênçãos presentes". Steps to Christ, pp. 121, 122.

Como lidar com circunstâncias adversas

Circunstâncias adversas sempre nos importunarão neste mundo, e devemos saber como tratá-las. A Bíblia e o livro da experiência nos ensinam a reagir às dificuldades, aos perigos e ao mal, de três maneiras diferentes:







- 1. Alguns problemas podem ser superados pelo "método de escape". Jesus diz: "Quando... vos perseguirem numa cidade, fugi para outra". Mateus 10:23. O mensageiro do Senhor disse a Lot: "Livra-te, salva a tua vida; não olhes para trás". Génesis 19:17. Essas palavras são válidas ainda hoje e, em muitos casos, essa é a melhor solução.
- 2. Alguns problemas devem ser enfrentados e atacados. Esse procedimento pode ser chamado de "método de enfrentamento". A Bíblia diz: "Resisti ao diabo, e ele fugirá de vós". Tiago 4:7.

Neste caso, o exemplo de Neemias tem aplicação: "Não os temais; lembrai-vos do Senhor, grande e temível, e pelejai pelos vossos irmãos, vossos filhos, vossas filhas, vossa mulher e vossa casa". "Homem como eu fugiria?" Neemias 4:14; 6:11.

3. Alguns problemas devem ser tratados pelo "método da transformação". O Senhor diz: "Eu, porém, vos digo: não resistais ao perverso; mas, a qualquer que te ferir na face direita, volta-lhe também a outra". Mateus 5:39. Paulo mostra-nos como, em certos casos, podemos inverter a situação: "Se o teu inimigo tiver fome, dá-lhe de comer; se tiver sede, dá-lhe de beber; porque, fazendo isto, amontoarás brasas vivas sobre a sua cabeça". Romanos 12:20. O pecado colocou Jesus na cruz, e Ele usou aquela cruz para salvar o homem do pecado. A cruz era o pior castigo para o homem, mas a morte de Cristo na cruz trouxe como resultado a salvação do homem. O terceiro método é muitas vezes o mais funcional e o mais eficiente.

Amigo leitor: Quando estiver em problemas, o conteúdo deste capítulo servir-lhe-á de ajuda. Mas, antes de qualquer coisa, lembre-se de dirigir-se a Deus em oração.







Tenha fé em Deus

A vida sem Deus é um fracasso total. Homens e mulheres que excluem a Deus dos seus planos e acções compreenderão mais cedo ou mais tarde que viveram em vão.

Uma enciclopédia francesa (*Encyclopédie de la vie pratique*) calcula que durante um período de vida de setenta anos, uma pessoa dedica a:

Diversões	8 anos
Conversa	3 anos
Educação	3 anos
Comer e beber	6 anos
Serviço militar	1 ano
Leitura	6 anos
Dormir	24 anos
Higiene pessoal	3 anos
Trabalho	11 anos

Isso é tudo. A maioria não separa tempo para Deus. Há 1440 minutos num dia e a estimativa acima citada sugere que o homem toma tempo para tudo, excepto para os seus interesses eternos. Não há tempo para o estudo da Bíblia, para a meditação no programa divino, para a oração, para a participação nos cultos divinos







e para as actividades missionárias. Que calamidade! Essa pobre distribuição do tempo, representando a vida humana destituida de Deus, é semelhante a um carro sem motor.

Não é verdade que os cientistas, de modo geral, sejam ateus. Pessoas bem informadas sabem que muitos cientistas não apenas crêem em Deus, mas também aceitam a Bíblia como a inspirada Palavra de Deus. Eis alguns exemplos:

John N. Clayton, ex-ateu, detentor de diplomas em ciências, deu ênfase ao argumento teleológico. No século xix os filósofos costumavam dizer: Um relógio perfeito só pode ser produzido por um relojoeiro perfeito. Hoje diríamos: Um computador não pode vir à existência por acaso. Há uma inteligência por trás dele. Ora, o ser humano, o mundo, e todo o universo são supercomputadores produzidos por um Criador omnipotente e omnisciente. Máquinas ou sistemas complexos, nos quais tudo tem um propósito, uma função específica, são, sem sombra de dúvida, produtos de uma inteligência. De acordo com Clayton, o universo demonstra um plano. Por exemplo: Temos mente para pensar (não pensamos porque temos mente). E "se há um plano, deve haver um planeador", insistia Clayton. Em 1975, John N. Clayton esteve em Auburn, Califórnia, apresentando uma série de conferências baseadas nos seus "quinze anos de estudos e pesquisas" sobre a pergunta: "Deus Existe?" Uma de suas conferências versava sob o tópico "Porque deixei o ateísmo".

O Dr. Ivan Panin, cientista famoso, era conhecido como forte oponente da religião cristã. Quando viu que não havia contradição entre a fé e a ciência, tornou-se cristão. A sua conversão do ateísmo ao cristianismo produziu grandes manchetes nos jornais. Ele declarou:

"O mundo em que habitamos deve ter tido um começo. Esse começo deve ter possuído uma causa. Essa causa deve ter sido inteligente. Esse Ser inteligente deve ter sido Supremo. E esse Ser









Supremo, que sempre foi e é supremo, conhecemos pelo nome de Deus".

O famoso cientista espacial Wernher von Braun declarou: "A ciência e a religião não estão em conflito. Pelo contrário, são irmãs. Enquanto a ciência tenta aprender mais a respeito da criação, a religião esforça-se para compreender melhor o Criador... A grandeza do cosmo serve apenas para confirmar a minha crença na certeza de um Criador... Eu simplesmente não posso imaginar que este grande universo tenha vindo à existência sem a intervenção de algo como a vontade divina... Meu relacionamento com Deus é muito pessoal. Penso que o leitor pode ter boa relação com Ele, e dizer-Lhe o que aflige, e pedir-Lhe ajuda. Eu faço isso todo o tempo e funciona".

Eis alguns testemunhos de cientistas famosos:

"O universo dá evidência de um poder planeador e controlador que tem algo em comum com a nossa mente individual". Sir James Jeans, cientista inglês.

"Não é mais possível afirmar que a ciência e a religião devem funcionar em compartimentos mentais exclusivos ou em sectores separados da vida. Ambas são relevantes à existência humana como um todo. A pessoa de mentalidade religiosa não pode mais voltar as costas para o mundo natural ou tratar de escapar das suas imperfeições buscando respostas num mundo sobrenatural. Nem pode uma pessoa de mente materialista negar a importância da experiência espiritual e do sentimento religioso". Sir Julian Huxley, biólogo inglês.

"Durante os últimos cinquenta anos aproximadamente, as investigações da ciência provaram sem margem de dúvida que não há facto que tenha existência isolada. Toda a experiência, por mais objectiva que seja, vê-se inevitavelmente rodeada de um complexo de suposições tão logo os cientistas tentem explicá-la. Mas enquanto essa aura de interpretação subjectiva possa permanecer imperceptível num campo de observação limitada, está fadada a









tornar-se praticamente dominante assim que o campo de visão se estenda ao todo. Como os meridianos se aproximam mais e mais uns dos outros à medida que se acercam dos pólos, assim a ciência, a religião e a filosofia tendem a convergir à medida que se aproximam do todo". Teilhard de Chardin, cientista francês.

O Dr. Robert Jastrow, um dos cientistas mais conhecidos no mundo, que sustenta não haver conflito entre a revelação divina e as evidências científicas, disse: "E eu gosto de dizer aos leigos, com ênfase, que há uma convergência entre a ciência e o pensamento religioso, porque de facto há".

"A ciência sempre tem sido, e sempre deve ser, a salvaguarda da religião". Sir David Brewster, físico escocês.

J. C. Maxwell, físico inglês, disse: "Tenho considerado todos os sistemas filosóficos, e não achei um que funcione sem Deus".

Max Planck, bem conhecido cientista, ganhador do prémio Nobel, afirmou: "Independentemente da ideia de uma Inteligência Criadora Suprema, não há explicação para o universo".

Andrew D. White, presidente da Universidade Cornell por 25 anos, declarou: "Jamais houve conflito entre a ciência e a religião. Tem ocorrido conflito entre a ciência e a teologia dogmática."

Hugh Miller, geólogo escocês, explicou porque rejeitou o ateísmo como um raciocínio ilógico: "A pegada do homem primitivo na areia é suficiente para provar a presença do homem ao ateu que não reconhece a Deus, embora a Sua mão esteja impressa em todo o universo".

No show de radio Barry Farber em New York, um astrónomo afirmou que, em sua consciência, foi forçado a abandonar o ateísmo e a ter fé em Deus simplesmente ao considerar a posição da Terra, do Sol e da Lua. Explicou que a lua é 1/400 do tamanho da Terra e está posicionada a 1/400 da distância da Terra ao Sol. Esse







fenómeno, disse ele, que permite o aparecimento de um perfeito halo durante um eclipse total, é quase além da compreensão.

Precisaríamos de ter bastante fé ingénua para crer que uma fórmula matemática complicada pudesse desenvolver-se por acaso, sem a inteligência de um matemático, especialmente quando se considera a fantástica precisão matemática existente no universo. Esse é o pensamento de muitos cientistas.

Eis uma questão levantada pelo Prof. P. Dirac da Universidade de Cambridge: "Parece ser um dos aspectos fundamentais da natureza que as leis físicas são descritas em termos de um teorema matemático de grande beleza e poder, necessitando dum alto padrão de matemática para alguém compreendê-la... Alguém poderia talvez descrever a situação ao dizer que Deus é um matemático de elevada ordem, e que Ele utilizou matemática muito avançada na construção do universo". *Scientific American* (revista).

O Dr. Edmund Carl Kornfeld explicou como a sua convicção foi crescendo diante das evidências: "Enquanto trabalho na complexidade e nas partículas infinitamente minuciosas do laboratório", disse ele, "frequentemente tenho sido dominado pelo senso da sabedoria infinita de Deus... Fica-se certamente maravilhado ao ver como um mecanismo de tal complexidade pode funcionar. Tudo isso exige um Planejador e Mantenedor de inteligência infinita. À medida que progrido nos meus trabalhos, a minha crença em Deus continua fortalecendo-se progressivamente... O mais simples mecanismo feito pelo homem exige um planeador e um fabricante. Como [certas pessoas podem crer que] um mecanismo dez mil vezes mais complexo possa ser concebido como se fosse construído e desenvolvido por si mesmo está completamente além da minha compreensão".

O Dr. Kornfeld citou o Prof. Edwin Conklin, biólogo na Universidade Princeton: "A probabilidade de a vida se ter originado de um acidente é comparável à probabilidade de um dicionário







não abreviado aparecer em resultado de uma explosão em uma gráfica".

N. C. Wickramasinghe, director de astronomia e matemática aplicada na Universidade de Cardiff, País de Gales, Grã-Bretanha, disse que a teoria da evolução não é mais crível do que a hipótese segundo a qual "um furação passando por um montão de ferro velho seja capaz de montar um Boeing 707".

O Dr. Andrew Conway Ivy, biólogo, vice-presidente da Universidade de Illinois, afirmou: "É contrário à razão a testar que os mais profundos pensamentos, sentimentos e acções do homem não apontam paranenhuma prioridade. [Esses pensamentos, sentimentos, etc.] demonstram a existência anterior de uma Mente Superior, um Criador que Se revela àqueles que, no mundo da experiência, não levantam uma barreira em sua busca daquela Mente Superior, que é o Criador. A lei da causalidade não pode ser refutada".

Carl Sagan, professor de astronomia na Universidade Cornwell, afirmou: "Na ciência e na religião, em sua essência, há um objectivo muito semelhante, mas os seus métodos são muito diferentes". Sagan não explicou o que queria dizer com "métodos diferentes". Mas a diferença entre os dois é evidente para nós: A fé religiosa é baseada em factos e evidências bem mais do que as ideias e teorias científicas, muitas das quais são baseadas em especulação. Sagan foi suficientemente honesto para admitir este facto: "A ciência reconhece que apenas poucas ideias propostas são válidas e subsistirão... Não há verdades sagradas na ciência; cada ideia é sujeita a mudanças. Ideias antigas provam-se erradas ou incompletas, e as novas ideias assumem o lugar [daquelas]".

A pergunta: "Onde deve Deus ser encontrado agora?" foi examinada por eruditos numa conferência na Escola de Teologia da Universidade de Chicago. Chegaram à conclusão de que muitos não estão mais inclinadas a adorar o "deus da ciência" de ontem. Um dos oradores afirmou:







"No passado recente [no século xx], as pessoas tendiam a olhar para o 'deus da ciência' como o centro da mais elevada sabedoria para resolver problemas e prover a todas as nossas necessidades. Mesmo instituições religiosas se rendiam àquela perspectiva... Mas a exaltação da tecnologia, acrescentou ele, tem sido espatifada pelo alude dos eventos... [e ele alistou alguns]... e as pessoas se desiludiram com o 'deus do materialismo, a tecnologia e o computador'. Desse modo, a humanidade procura um novo sistema de coordenadas para a transcendência... Deus sobrepuja o pensamento humano, e Sua presença e intervenção se manifestam em toda parte, das galáxias ao mais secreto ego. Contudo, toda a pessoa é deixada livre para aceitá-la ou rejeitá-la".

No que se refere à existência de Deus, tem-se dito repetidamente: "Nem a ciência nem a religião pode provar coisa alguma. Mas uma coisa é clara para mim e deve ser clara também para si: "Para ser um ateu exige-se infinitamente maior medida de fé do que para receber todas as grandes verdades que o ateísmo nega". Joseph Addison. Porquê? Porque o ateísmo crê no incrível.

Muitos cientistas oram a Deus?

Durante uma aula de religião, meninos e meninas da sexta série fizeram muitas perguntas, uma das quais era especialmente interessante: "Os cientistas oram?" Alguns dos estudantes sugeriram: "Vamos perguntar a um cientista".

Eles escolheram oito homens, alguns dos quais eram bem conhecidos no campo da ciência natural, e cada membro da classe escreveu a um deles, perguntando se ele orava. Os estudantes esperaram com ansiedade, enquanto perguntavam a si mesmos: "Será que esses homens tomarão tempo para responder?"







Depois de várias semanas, as ansiosamente esperadas respostas começaram a chegar. Cada um daqueles oito cientistas professava crer num Poder Superior. À pergunta: "O senhor ora?" cada um respondeu: Sim. Cada um deles disse que orava. Mas nem todos eles oravam da forma usual. Um deles algumas vezes orava na igreja. Outros assumiam uma atitude de oração quando na presença de mistérios do mundo natural. Por exemplo: Raymond L. Ditmars disse que, na presença do "Grande Guia Espiritual do mundo," ele orava "consciente ou inconscientemente".

Thornton Burgess enfatizou que ele não podia deixar de crer que há uma "Inteligência Divina", um "Criador", e que os cientistas devem admitir isso, porque não podem deixar de ser impressionados pela ordem do universo. Muitos desses homens confessaram que, quando observavam a natureza e a estrutura do homem, podiam ver, a cada passo, um plano evidente, as impressões da mão de um Planeador, e não o produto de um acaso cego.

A resposta mais significativa veio do Dr. Albert Einstein. Estava em alemão, de modo que os estudantes tiveram de procurar um tradutor. Ouviram atentamente, quase sem respirar, a tradução da carta de Einstein:

"Prezada Phyllis: Procurei responder às tuas perguntas da maneira mais simples possível. Eis minha resposta: O trabalho de pesquisa científica tem como base a admissão de que todos os eventos, incluindo as actividades das pessoas, são determinadas pelas leis da natureza. Portanto, um pesquisador dificilmente estaria inclinado a crer que os acontecimentos seriam influenciados pela oração, isto é, mediante um desejo revelado a um ser sobrenatural. Porém, para estarmos seguros, devemos admitir que a nossa verdadeira compreensão dessas leis é muito fragmentária, de modo que, em última análise, a crença na existência dessas leis fundamentais depende de um tipo de fé. Essa fé tem sido sempre justificada poste-









riormente mediante as conquistas da ciência. Por outro lado, porém, todo aquele que estudou ciências com seriedade está convicto de que um Espírito tremendamente superior ao espírito humano Se manifesta na manutenção dessas leis do mundo. Diante dEle nós, com nossas simples forças, devemos humildemente recuar. Assim sendo, o estudo das ciências leva ao sentimento religioso, que certamente se distingue da religiosidade de pessoas menos informadas. Cordialmente te saúda, A. Eistein".

Esse grande cientista, ganhador do prémio Nobel, declarou: "Certo é que uma convicção semelhante a um sentimento religioso com respeito à racionalidade ou inteligibilidade do mundo jaz por trás de todo o trabalho científico de uma ordem elevada. Essa firme convicção, uma crença ligada a um sentimento profundo de que uma Mente Superior Se revela no mundo da experiência, representa minha concepção de Deus. Para mim é suficiente contemplar o mistério da vida consciente perpectuando-se por toda a eternidade, pensar na maravilhosa estrutura do universo que compreendemos só vagamente, e tentar decifrar humildemente pelo menos uma parte infinitésima da Inteligência manifestada na Natureza".

Noutra ocasião, esse génio por trás da lei da relatividade afirmou: "A ciência sem a religião é aleijada; a religião sem a ciência é cega." Ele também disse: "Estranha é nossa situação aqui na terra. Cada um de nós vem para uma curta visita, não sabendo porquê; contudo, às vezes parece que estamos aqui para cumprir um propósito divino".

Ao passo que o ateísmo é apenas uma opinião, a crença em Deus é mais do que uma opinião: é uma firme convicção baseada na evidência e na experiência.

A opinião de que Deus não existe, e que o homem é a única inteligência existente no universo, não nasceu nas mentes de cientistas do século xx. É uma ideia velha, antiquada. Já séculos antes de Cristo houve frequentes confrontações sobre esse conceito entre os gregos.







Platão, um dos maiores filósofos que viveu naqueles dias, afirmou: "O ateísmo é uma doença da alma antes de tornar-se em um erro da compreensão".

Mil anos antes de Cristo, o rei David teve discussões com ateus, como se pode ver pela conclusão a que ele chegou: "Diz o insensato no seu coração: Não há Deus". Salmos 14:1.

Como é verdade que Deus existe, é também verdade que Ele colocou evidências da Sua existência ao alcance de todo o pesquisador honesto. Ele nos convida: "Buscar-me-eis e me achareis quando me buscardes de todo o vosso coração". Jeremias 29:13.

Amigo leitor: Se recusamos buscar a Deus de todo o coração, por termos medo de encontrá-LO, seremos deixados sem a necessária segurança, sem esperança e sem desculpa. E não teremos nenhum argumento válido para justificar nossa posição diante daqueles que nos perguntarem: Já procurou a Deus de todo o coração?







O poder de falar com Deus

Tempos atrás, provavelmente durante a Segunda Guerra Mundial, o Sr. Markey, um literato, entrou em seu carro e ziguezagueou o país, viajando aproximadamente 26 mil quilómetros numa missão de pesquisa. Entrevistou cerca de quinhentas pessoas do povo comum, apresentando-lhes as seguintes perguntas: "O senhor conseguiu algum benefício da sua religião? Ou tem a sua religião dado qualquer amparo a si, durante estes tempos difíceis? Sua fé em Deus e em Sua palavra tem-lhe trazido alguma ajuda para enfrentar as dificuldades de cada dia? Tem orado e conseguido respostas às suas orações?"

"Em toda a parte encontrei incredulidade, desconfiança, ou gracejo em relação às crenças dos nossos antepassados", disse ele. "O cristianismo", concluiu ele, "é dificilmente considerado uma força na vida do povo americano para orientar a direcção geral ou os desejos das multidões".

Embora as conclusões do Sr. Markey pareçam ser irrealísticas, porque um estudo da posição religiosa de um grupo representativo do povo americano deveria revelar normalmente que uma alta porcentagem ainda crê em Deus e no poder da oração, infelizmente é verdade que a incredulidade e o cepticismo estão aumentando. A desastrosa situação espiritual do mundo, como foi predita por Cristo ao referir-Se a estes últimos dias, mostra que a Sua vinda está muito







próxima, mesmo às portas. Ele disse: "Quando vier o Filho do Homem, achará, porventura, fé na terra?" Lucas 18:8. A verdadeira fé tem diminuído grandemente; contudo, jamais foi ou será erradicada.

Porventura já fez a si mesmo estas perguntas: Se estivesse voando sobre a selva amazónica, à noite, num pequeno avião, e se o combustível estivesse acabando, oraria? Se a sua filhinha estivesse às portas da morte, e os médicos do hospital lhe dissessem que não havia mais nada que a ciência médica pudesse fazer para salvar-lhe a vida, e ela lhe pedisse: "Pai, ore por mim", ajoelharse-ia diante do Senhor e apresentaria suas súplicas? Se estivesse sem emprego, sem dinheiro e sem saber como alimentar a sua família e preencher as mais urgentes necessidades da vida, se desesperaria ou faria como muitos cristãos têm feito, com resultado positivo, quando em dificuldades semelhantes?

Um médico e sua esposa estavam removendo o matagal e a vegetação rasteira de uma área para construir um hospital num dos subúrbios de Chicago. Como não tinham recursos, ajoelharam-se em oração e disseram ao Senhor que, para iniciar a construção, necessitavam de US\$100,00 (cem dólares), que era uma quantia considerável naqueles dias. No dia seguinte, um homem, evidentemente impressionado com o pensamento de que o médico necessitava de ajuda, entrou no escritório do irmão do médico, retirou US\$100,00 do bolso, e disse: "Por favor, entregue este dinheiro ao médico." Foi essa ocorrência mera coincidência?

Numa ocasião não havia mais carvão num lar para moças resgatadas. Aquele mesmo médico, que era o responsável, disse à governanta:

"Já orou a respeito do problema?"

"O quê?" perguntou ela em tom de surpresa. "O senhor oraria por carvão?"

"Porque não?" replicou o doutor. "Reúna os trabalhadores, e apresentaremos ao Senhor as nossas necessidades".







Naquela mesma semana o doutor recebeu uma carta com um cheque de uma senhora que teve a impressão de que a instituição necessitava de ajuda financeira. O cheque era apenas suficiente para comprar uma carga de carvão.

Um dia 15 enfermeiras foram a Chicago para trabalhar em enfermagem comunitária. O referido doutor, juntamente com outras enfermeiras, ajoelharam-se em oração, pedindo ao Senhor que lhes enviasse trabalho. Dentro de pouco tempo, apenas trinta e seis horas, o telefone tocou 15 vezes, solicitando enfermeiras com a especialização daquelas que estavam em busca de trabalho.

O doutor necessitava de um estenógrafo e começou a orar a Deus a respeito do caso. Dentro de poucos dias, um senhor entrou no escritório dele dizendo que procurava trabalho.

"O que sabe fazer?" perguntou o doutor.

"Sou estenógrafo", disse o homem.

George Mueller, de Bristol, Inglaterra, é conhecido no mundo protestante como um homem de oração. Durante a sua vida, mais de 10.000 crianças órfãs foram cuidadas nos orfanatos que ele estabeleceu e sustentou inteiramente com donativos obtidos em resposta à oração. Ele e seus ajudantes jamais tomaram dinheiro emprestado, nem falaram a pessoa alguma sobre as necessidades das instituições pelas quais eram responsáveis. Eles apenas mencionaram suas necessidades a Deus, e suas orações foram sempre atendidas.

Em seus periódicos, Mueller refere-se a apenas um caso em que uma refeição teve de ser retardada. Uma manhã havia alimento apenas para o pequeno-almoço. Alimento para o almoço, ou dinheiro para comprar alimento para o almoço, existia apenas nas orações e esperanças de Mueller e seus colaboradores. Antes do meio-dia, entretanto, chegou uma carta com US\$250.00 (duzentos e cinquenta dólares). O almoço foi servido com meia hora de atraso.

Pouco antes de falecer, Mueller afirmou que tivera pelo menos 50.000 respostas à oração, respostas definidas.





172 VALORIZE MAIS A SUA VIDA

Porque é que a oração funciona para algumas pessoas mas não para todas? Porque é que algumas orações são respondidas ao passo que outras são ignoradas? Há três razões principais:

- 1. Devemos ser obedientes a Deus antes que possamos esperar dEle respostas às orações: "E aquilo que pedimos dEle recebemos, porque guardamos os Seus mandamentos e fazemos diante dEle o que Lhe é agradável". 1 João 3:22.
- 2. Devemos crer: "E tudo quanto pedirdes em oração, crendo, recebereis". Mateus 21:22.
- 3. Quando oramos, devemos sempre submeter nossa vontade à vontade de Deus para estarmos certos de que as nossas petições não são contrárias aos Seus planos: "Não seja como eu quero, e sim como tu queres". Mateus 26:39.

Amigo leitor: Lembre-se de que os homens de êxito são homens de oração.







Lute para ser vitorioso

A vida é uma luta. Sem luta não há vitória. Se não vencermos os nossos inimigos (representados pelas circunstâncias da vida), eles vencer-nos-ão. O nosso maior inimigo é o pecado.

Alguns negam a existência do pecado e justificam todas as acções, boas ou más. Para eles não há distinção entre o certo e o errado. Todavia, quando alguém comete uma acção criminosa contra eles, ou contra os seus familiares, ou contra a sua propriedade, eles se despertam para o facto de que sua filosofia não funciona.

O apóstolo Paulo escreveu: "Não vos enganeis: de Deus não se zomba; pois aquilo que o homem semear, isso também ceifará". Gálatas 6:7. Nenhuma pessoa inteligente e honesta negará este princípio.

O pecado existe e é a causa de todas as misérias com as quais nosso mundo está inundado. É comparado, na Bíblia, a uma doença. E, de facto, é a doença das doenças. Envolve o corpo, a alma, e a mente, e faz de cada ser humano um sofredor. Sofremos por causa dos nossos próprios pecados e por causa dos pecados dos outros. Este mundo é um grande leprosário, um lugar de sofrimento. Mas, infelizmente, a verdadeira causa do sofrimento é muitas vezes esquecida.

Com a ajuda de ilustrações, discutiremos os efeitos do pecado sobre os indivíduos, as famílias e a sociedade.







1. O pecado separa de Deus o homem

Um professor conduzia experiências com uma gatinha para determinar cientificamente até que ponto o álcool é prejudicial ao organismo. O bichinho rebelou-se instintivamente contra o uso do álcool. Mas o professor misturou um pouco de álcool com o leite dado à gata. Começando com algumas gotas e aumentando a dosagem dia após dia, ele introduzia a mistura na garganta do felino. Em menos de duas semanas o professor percebeu que o crescimento e a actividade normal da gata haviam parado. Ela não brincava nem mantinha o seu ambiente limpo como os outros gatos, nem caçava ratos energicamente, nem mostrava aversão aos cachorros. Tornouse indiferente ao seu dono, o professor, ou fugia da presença dele.

Há uma lição objectiva nessa experiência. O que o álcool fez com aquela gata, o pecado faz com os seres humanos. Quando nossos primeiros pais pecaram, esconderam-se da presença de Deus (Génesis 3:8). Depois de matar seu irmão, "retirou-se Caim da presença do SENHOR" (Génesis 4:16). Por ter desobedecido ao Senhor, Jonas tentou "fugir da presença do SENHOR" (Jonas 1:3). Que tentativa absurda, tentar fugir de Deus, como se o ser humano pudesse ir a um lugar onde Deus não pudesse achá-lo ou alcançálo (Salmos 139:7-10). Os pecadores impenitentes tremem e recuam diante da presença de Deus mais prontamente que diante de qualquer outra coisa. Alguns O vêem com tanto medo e horror que buscam evadi-LO mediante um auto-engano sedativo. Adoptam, à semelhança do avestruz que mete a cabeça na areia, o ponto de vista de que Deus não existe. Tal foi a solução encontrada inicialmente por Faraó, rei do Egipto, e que parecia funcionar por algum tempo (Êxodo 5:2), até que as circunstâncias o forçaram a pensar seriamente (Êxodo 12:29-33).

A história repetir-se-á, nestes últimos dias, quando os maiores homens do mundo, entre os quais há notórios ateus, procurarão







esconder-se clamando às rochas e às montanhas: "Caí sobre nós e escondei-nos da face dAquele que Se assenta no trono e da ira do Cordeiro, porque chegou o grande dia da sua ira; e quem é que pode suster-se?" Apocalipse 6:16, 17.

2. O pecado embota o nosso raciocínio

Entre os juncos na margem de um rio que desliza lentamente na África do Sul, os patos selvagens encontraram um óptimo local para se alimentarem. Alguns rapazes notaram a presença dos patos e fizeram planos de pegá-los. Colocaram abóboras na água do lado de cima (a montante) dos patos. Quando estes viram as abóboras vindo em direcção a eles, fugiram de medo. Mas pouco a pouco acostumaram-se com as abóboras e já não se perturbavam com a presença das mesmas. Evidentemente, as abóboras não estavam perdidas: foram recuperadas um pouco abaixo. Então aqueles jovens aplicaram o segundo estágio do plano. Cada um deles esvaziou o interior de uma abóbora, fez dois buracos na altura dos olhos, e com ela cobriu a cabeça. Exibindo apenas as abóboras acima da água, vadearam silenciosamente em direcção aos patos, pegaram-nos pelas pernas sob a água, e os mataram.

O estratagema aplicado pelos gaiatos contra os patos é semelhante ao ardil usado pelos demónios com os seres humanos. Consiste em embotar pouco a pouco a capacidade de percepção em suas vítimas e neutralizar-lhes o senso de perigo. De facto, o pecado embota o discernimento das pessoas, enfraquece-lhes o raciocínio, e lhes insensibiliza o discernimento espiritual.

Certa vez eu estava observando como um macaco apanhava pardais. Ele estava sentado silenciosamente, comendo arroz. A cada instante lançava um pouco de arroz para os pássaros sem mesmo olhar para eles. Como o arroz caía cada vez mais perto









dele, os pássaros se aproximavam mais e mais. Quando estavam ao alcance dele, apanhava um e o matava enquanto os outros fugiam. Em seguida ele começava tudo de novo, o mesmo truque, novas vítimas, e os pássaros, tolos, não se davam conta do perigo.

Há uma lição objectiva nessa observação. A familiaridade com o pecado amortece a nossa percepção espiritual, de modo que, em nossa confiança própria, não percebemos para onde estamos caminhando. Por outro lado, o pecado torna-nos tão cegos que não podemos ver a mão de Deus mesmo em Suas mais claras manifestações.

Um capitão incrédulo disse a um missionário cristão: "Através do meu telescópio tenho pesquisado os céus, olhado em todas as direcções, e não vi a Deus". "Você necessita um telescópio mais poderoso", respondeu o missionário. E, em seguida, leu na Bíblia: "Bem-aventurados os puros de coração, pois eles verão a Deus". Mateus 5:8. Quando esse telescópio espiritual lhe foi apresentado, o capitão afastou-se sem dizer uma só palavra. Mediante o amor ao pecado, os seres humanos tornam-se cegos diante da operação de Deus na natureza, na história e na própria vida de cada pessoa.

3. O pecado debilita os homens mais fortes

No Colorado, na escarpa de Longs Peak, jazem os restos mortais de um gigante da floresta. De acordo com os naturalistas, a sequóia deve ter vicejado ali por quatrocentos anos. Durante esse tempo, foi atingida por tempestades e foi muitas vezes golpeada por relâmpagos. Contudo, resistiu a todas as adversidades da natureza. Finalmente, a orgulhosa arvore caiu presa dos insectos. Besouros que um homem poderia esmagar facilmente sob os pés atacaram a árvore e finalmente a mataram. Quando a infestação







começou, presume-se que aquela árvore ainda olhava para baixo, orgulhosamente, para todas as árvores vizinhas que a rodeavam, como se nada de especial estivesse ocorrendo. Mas, com o passar do tempo, o amarelar das suas folhas mostrava que ela estava a enfraquecer mais e mais. Finalmente morreu, destruída pelos insectos, e então, num dia tempestuoso, caiu com um grande estrondo. Assim, o carácter do ser humano se enfraquece mais e mais, e finalmente se desmorona sob os efeitos do pecado.

4. O amor ao pecado escraviza o ser humano

Um pescador abriu a concha de uma ostra e descobriu um peixe vivo dentro dela, lutando para sair. Como havia aquele peixe entrado na concha? O pescador chegou à seguinte conclusão: O peixe deve ter entrado no crustáceo aberto. Uma vez dentro, deliciou-se com a ostra. E então não pôde abri-la. Caíra na armadilha. O peixe teria certamente morrido se o pescador não o tivesse libertado. Como aquele peixe, atraído pela aparência apetitosa da ostra, foi fechado pela concha bivalve da sua tentadora, assim homens e mulheres são presos na armadilha de Satanás.

Em certos lugares, os africanos usam abóboras ou cocos para apanhar macacos. Fazem, no coco ou na abóbora, um buraco de tamanho suficiente apenas para o macado introduzir a pata. Os caçadores põem amendoim, ou milho, ou arroz no interior da isca, e deixam-na onde o bicho possa facilmente vê-la. Enquanto os homens esperam escondidos com uma rede detrás de uma moita, o animal curioso aproxima-se, segura o chamariz, chacoalha-o, e dá uma olhadela furtiva no interior através do buraco. Finalmente introduz a pata e tateia bem para apanhar um punhado das coisas que estão dentro da abóbora ou do coco. Uma vez que chegou a esse ponto, o macaco perdeu a liberdade.







O macaco é conhecido como um animal que, mesmo ao custo da vida, jamais abre mão daquilo que deseja possuir. Com a pata cheia, ele não pode, através do buraco apertado, desligar-se da armadilha. Em vez de soltar aquilo que ele considera o seu prémio, ele permite que o agarrem. Como o macaco cai nas mãos dos caçadores por segurar o objecto da sua cobiça, o homem, ao apegar-se aos seus pecados, cai nas mão de Satanás e torna-se seu escravo.

O pecado envolve uma forma de auto-engano que leva o ser humano a inverter os valores. Os que obedecem a Deus são falsamente considerados como se vivessem em escravidão, e os que servem a Satanás
são muitas vezes olhados como estando livres. Que conclusão absurda! Mesmo as rãs parece saberem agir melhor. A rã gosta de água, mas
tem siso suficiente para evitar o poço. Por quê? Porque sabe, instintivamente, que enquanto se encontra fora está livre. Pode mudar os seus
planos, decidindo perder a liberdade e lançar-se no poço em qualquer
momento de estupidez. Mas também sabe que, uma vez dentro do
poço, não terá chance de sair dele. Tudo isso a rã "sabe" por instinto.

Enquanto o ser humano se apega à verdade e obedece a Deus, ele está livre no verdadeiro sentido da palavra, livre das garras de Satanás e livre do pecado. Mas não somente isso: Está livre mesmo para deixar a Deus e se render a Satanás, arrastar-se com as algemas do pecado, e sofrer as consequências. Porém, uma vez maniatado pelo uso errado da liberdade de escolha, é muito difícil libertar-se. Desejo que este ponto fique bem claro: Enquanto o homem serve a Deus, pode mudar e deixar de servi-LO. Isso é genuína liberdade. Mas se ele decide servir a Satanás, não tem permissão para mudar de senhor. Isso é falsa liberdade. É escravidão.

Essas considerações devem capacitar-nos para ver sob nova luz as seguintes palavras de Jesus: "E conhecereis a verdade, e a verdade vos libertará... Todo o que comete pecado é escravo do pecado.... Se, pois, o Filho [de Deus] vos libertar, verdadeiramente sereis livres". João 8:32, 34, 36.







5. O pecado degrada a alma

O porco é conhecido como um animal que ingere qualquer coisa que se ponha diante dele. Russel V. Brown, da Universidade de Missouri (Sector de Pesquisas Rurais) informa que, oferecendo-se álcool a um porco, ele o bebe. Por mais de um ano Brown levou a efeito uma experiência que consistia em servir pouco menos de um litro de vodka, cada dia, aos seus 16 porcos anões. Um porco, explicou Brown, beberá álcool voluntariamente. E porque os porcos têm muitas semelhanças fisiológicas com o ser humano, suas reacções ao álcool fornecem novas informações sobre os efeitos do álcool sobre as pessoas. É a mesma velha história, disse ele. Os porcos embriagam-se, arrotam, cambaleiam, têm ressaca, sofrem de fígado enfermo, e agem de forma anormal, exactamente como os humanos quando sob a influência do alcoolismo.

Como o álcool arruína um porco, o pecado degrada homens e mulheres. A extensão a que o pecado chega a aviltar a alma humana pode ser vista na biografia de Nero, imperador romano de 54 a 68 A.D. Na Galeria Romana do Museu Britânico, em Londres, há um busto de Nero mostrando perfídia, devassidão e brutalidade escritas em sua face. Ele assassinou sua mãe e sua esposa Cláudia, incendiou Roma, e condenou os cristãos à fogueira para agradar às multidões. O seu carácter ímpio produziu marcas indeléveis no seu semblante.

Um pecador inveterado e incorrigível não pode ocultar o seu carácter. Sua face grosseira, seu olhar maligno, sua vontade enfraquecida, seu medo atormentador, sua falta de paz interior o traem. Embora consiga, por algum tempo, com sua falsa aparência, enganar outras pessoas, não pode enganar a Deus, perante Quem terá de render terrível conta.





6. O pecado não pode ser ocultado para sempre

Li uma história interessante a respeito de um cão que era suficientemente astuto para ludibriar o seu dono e levá-lo a falsas conclusões. Embora o animal estivesse amarrado no quintal durante a noite, ele percebeu que a sua coleira era tão folgada que podia retirar o pescoço facilmente. Tirando vantagem dessa situação, ele saía na escuridão para matar ovelhas. Depois de causar suas malvadezas, voltava e punha o pescoço de volta na coleira. Isso ele fazia noite após noite. O astuto animal devia pensar deste modo: "Quando o meu dono me vir amarrado aqui como me deixou ao anoitecer, imaginará que estou seguro, e, portanto, descansará tranquilo, certo de que eu não poderia ter matado as ovelhas". Seu dono, porém, suspeitou e vigiou o cão atentamente e, por fim, descobriu o truque do velhaco.

A Bíblia diz: "Sabei que o vosso pecado vos há-de achar". Números 32:23. Cedo ou tarde as acções de cada um virão à luz.

7. O pecado é a causa do sofrimento

Há um insecto que se parece muito com o zângão (abelhão). Por causa da semelhança entre os dois, o insecto algumas vezes descobre como penetrar, de maneira enganosa, entre as abelhas e deposita lá os seus ovos. O insecto entra disfarçado de amigo, mas na realidade é um terrível inimigo. Quando os seus ovos são chocados causa enorme estrago. A larva do insecto devora as larvas das abelhas.

Tal é o efeito do pecado abrigado na alma. Entra de forma disfarçada como amigo ajudador, mas age como um inimigo devorador. Carcome a vida espiritual da pessoa, destrói o poder do crescimento espiritual e da utilidade, e traz desapontamento e sofrimento.







O pecado é como uma serpente venenosa. De acordo com um provérbio indiano, "não há distinção entre grandes e pequenas quando se fala de cobras. Elas são todas semelhantes, são cobras". Portanto, ninguém deveria enganar-se a ponto de tentar fazer distinção entre pecados grandes e pequenos. Pecado é pecado. E a consequência reservada para o pecador não arrependido é sofrimento e morte. A seguinte ilustração tornará este ponto mais convincente.

Um caçador na Índia atirou num tigre e pensou que o havia matado. Quando se aproximou dele, o tigre levantou-se, agarrou o caçador pelo joelho, e o esmagou, e só então caiu para trás, morto. O caçador gritou por socorro, mas ninguém o ouviu. Incapaz de andar, permaneceu no lugar com os seus ossos quebrados. Depois de algumas horas lutava com milhares de formigas que lhe cobriam o corpo. Teve uma sensação que algo terrível estava para ocorrer com ele, que as formigas logo o matariam, a menos que recebesse socorro sem demora. Não fosse socorrido a tempo, e teria sido morto pelas formigas. Algo semelhante ocorre na experiência humana. O pecado, seja grande como o tigre ou pequeno como a formiga, traz sofrimento e morte.

Uma das formas de sofrimento causado pelo pecado é o medo. Lembre-se de que foi após haver pecado que Adão disse: "Tive medo". Génesis 3:10. Esta foi a primeira vez que a ideia do medo foi mencionada na Bíblia. "Há uma coisa que estraga todos os prazeres da minha vida", disse um professo ateu. "E que coisa é essa?" quis saber o seu companheiro. O ateu respondeu: "Temo que a Bíblia seja verdadeira. Se eu pudesse ter a certeza de que a morte é um sono eterno, eu estaria feliz; minha alegria seria completa. Mas há um espinho que me espeta... Se a Bíblia é a verdade, estou perdido para sempre. Toda a esperança se foi e eu estou perdido para sempre". Podem os ateus e zombadores dizer o que quiserem; sabemos com certeza que são vítimas de uma consciência







desassossegada, sofrendo contínua tortura causada pelo medo e pela incerteza.

O pecado causa muito sofrimento mental e físico. A corrupção governamental, a opressão política, a perseguição religiosa, o desemprego, a instabilidade económica, a fome, o crime sob todas as formas, a violência com todas as suas consequências, o derramamento de sangue, a injustiça social, a agitação entre as nações, as guerras e as preparações para guerras mais terríveis no próximo futuro, as enfermidades e a falta de assistência médica adequada, que deveria estar ao alcance de todas as classes, essas são misérias causadas directa ou indirectamente pelo pecado.

Quando Deus nos permite sofrer por causa dos nossos próprios pecados, nem sempre vemos em nossos infortúnios a consequência das nossas transgressões. Isso ocorre especialmente quando uma pessoa, uma família, ou uma nação se separa de Deus. Como exemplo desse contexto, temos a experiência de Israel nos dias do rei Acabe. O pecado cega os olhos das pessoas de tal modo que não podem raciocinar da causa para o efeito.

Eis um exemplo mostrando como o pecado, na forma de roubo, funciona na sociedade. Quando os primeiros missionários chegaram às Novas Hébridas, no Pacífico, descobriram que, entre os nativos de Tanna, o roubo era um estilo de vida. George Turner, no seu livro *Dezanove Anos na Polinésia*, relatou: "O roubo que praticavam não se relacionava apenas connosco [os europeus]. A princípio estávamos curiosos de saber porque as mulheres, ao passarem para tirar água ou para irem à lavoura, levavam tamanha carga nas costas. Mas logo descobrimos que elas eram obrigadas a levar consigo tudo que tinham de valor em casa, mesmo os pintinhos, a fim de que não fossem roubados".

Não somente naquelas ilhas do Pacifico o pecado era a causa de grandes inconveniências e sofrimentos indescritíveis. Estive em di-







versos lugares onde o povo tem a possibilidade de cultivar as suas próprias frutas, verduras, cereais, bem como tubérculos e raízes, ao redor das suas choupanas, mas não cultivam nada. Suas moradias são rodeadas de mato, não apenas por causa da ignorância ou preguiça, que também são frutos do pecado, mas especialmente porque os seus vizinhos lhes roubariam tudo. E seus vizinhos também não cultivam coisa alguma pela mesma razão. Eles poderiam também cuidar de algumas cabras de leite, já que há suficiente pasto, mas, pela mesma razão, em algumas áreas não se vê nenhuma cabra. Onde há tanta terra fértil disponível, o visitante é muitas vezes levado a perguntar porque é que as pessoas não têm alimento suficiente para si e suas famílias. Se for à raiz do problema, descobre a resposta óbvia: Essa miséria é causada pelo pecado na forma de preguiça e tendência para o roubo.

8. O pecado é um mal progressivo

Houve uma época em que não havia coelhos na Austrália. Pensando que seria uma pena que um país tão grande e bonito estivesse sem coelhos, alguém trouxe um ou dois casais da Grã-Bretanha. Como os coelhos se reproduzem rapidamente, em pouco tempo a Austrália estava cheia deles, de modo que se tornaram uma praga para os fazendeiros.

Como certos roedores, insectos, ervas daninhas cobrem uma grande área em pouco tempo, assim faz o pecado: A partir de um pequeno começo, controla o homem como um todo. As palavras seguintes são de Thomas De Witt Talmage:

"Nenhum ser humano se torna totalmente mau de uma vez. Mas a sugestão produz a indulgência; a indulgência, deleite; o deleite, consentimento; o consentimento, empenho; o empenho, a







prática; a prática, o costume; o costume, a desculpa; a desculpa, a defesa; a defesa, obstinação; a obstinação, o orgulho; o orgulho, uma consciência cauterizada e uma mente depravada".

"O pecado nunca é estacionário", diz Isaac Barrow; "se não nos afastamos dele, avançaremos nele".

Um homem que foi enforcado por haver praticado arrombamento (no século xix) declarou que o seu primeiro passo para a ruína foi tirar cinco centavos do bolso da sua mãe enquanto ela dormia.

Outro criminoso acusado do mesmo delito disse quando estava no patíbulo: "Vocês estão vendo um homem que vai morrer. Aceitem uma advertência. O princípio da minha ruína foi negligenciar os deveres religiosos. Isso levou-me a associar-me com más companhias. Passei então a roubar pomares e hortas, e em seguida comecei a praticar arrombamentos. E isso trouxe-me a este lugar".

Acautele-se contra a tentação de cometer "pequenos pecados". Pequenos vasamentos afundam o navio. Esteja atento às primeiras tendências para negligenciar a oração sob a pressão do trabalho ou do cansaço. A decadência religiosa começa com a negligência do aposento fechado (o lugar reservado para a oração). É assim que multidões de cristãos professos sofrem naufrágio.

9. O pecado actua como uma epidemia: faz novas vítimas rapidamente

Pouco depois do fim do século xix, um naturalista francês trouxe algumas mariposas europeias para os Estados Unidos para uma experiência científica. Algumas das mariposas escaparam. Vinte anos depois, as autoridades estatais tiveram de trabalhar arduamente na tentativa de destruí-las, porque se tinham multiplicado a tal ponto que eram temidas como praga.







A multiplicação de pensamentos e práticas ímpias, envolvendo mais e mais vítimas, pode ser comparada à multiplicação das mariposas europeias. Se o mal se aninha e se reproduz no coração e na vida de uma pessoa, esta logo se associará com outros indivíduos e lhes transmitirá sua odiosa experiência. E logo esses outros atrairão novas vítimas ao atoleiro, porque, como diz um provérbio, "a infelicidade busca companheiros".

Há uma parábola a respeito de uma raposa que perdeu o rabo numa armadilha. Que explicação poderia a infeliz criatura dar aos seus curiosos companheiros? Em lugar de dizer-lhes a verdade, ela elogiou sua nova condição, dando a entender que se sentia mais confortável e realmente aliviada, e que agora parecia mais "elegante" e "moderna" sem a sua cauda "pesada", "feia" e "inútil". Ao mesmo tempo ridicularizava as suas companheiras como "antiquadas", "tímidas" e "bobas", por se recusarem a tomar parte na sua "maravilhosa" experiência. Nenhuma daquelas criaturas prudentes creu na companheira infeliz, e ela teve que afastar-se delas.

Se os seres humanos, especialmente os rapazes e as raparigas, tivessem a prudência daquelas raposas da parábola, veríamos uma situação bem diferente no mundo actual.

10. O pecado mata

Certa manhã, um pregador escocês estava entre as colinas, numa ilha nas Hébridas Ocidentais. Enquanto desfrutava a bela paisagem, uma grande águia levantou voo perto dele. Ele imediatamente pegou nos seus binóculos e observou a ave voar mais e mais alto. "Maravilhoso", pensou ele. Subitamente, porém, percebeu que a águia estava caindo. E começou a dar cambalhotas no ar. Mas logo se corrigiu e continuou seu voo ascendente. Voltou a descer e come-









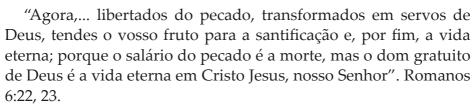
çou a subir novamente. Isso ocorreu duas ou três vezes. Finalmente começou a baixar, baixar, e baixar até que se chocou contra uma rocha. Qual foi a causa da queda? Uma doninha. O pequeno animal sanguinário, que correu de sob o corpo ferido da águia, estivera preso às garras da ave quando esta levantou voo. Durante o voo deve ter ocorrido uma luta. A doninha capturada lutou para escapar das garras da sua captora e mordeu-lhe a garganta para beber-lhe o sangue. Enfraquecida e vencida, a águia caiu morta. A captora tornouse presa; e a presa, captora.

O que a doninha fez com a águia, o pecado faz com os seres humanos. Moços e moças começam com alvos elevados e um futuro promissor diante deles, mas logo permitem que "a concupiscência da carne, a concupiscência dos olhos, e a soberba da vida" esgotem suas energias morais e físicas. E em lugar de se tornarem vencedores, são vencidos e destruídos.

Na América do Sul há uma planta chamada "matador". Seu caule forte, semelhante ao da videira, arrasta-se pelo chão até encontrar uma árvore. E o "matador" prefere árvores vigorosas. O perigoso parasita apega-se imediatamente ao tronco da sua vítima. Enquanto vai subindo, envia suas gavinhas como braços que envolvem o tronco e os galhos. E essas gavinhas crescem, apertam, e sufocam a pobre vítima cada vez mais. A árvore fica absolutamente desamparada, a menos que alguém venha com um facão e corte o parasita. O "matador" sobe trinta metros ou mais até alcançar e agrilhoar o topo da árvore. A essa altura ela já foi estrangulada mortalmente. Então o "matador" levanta sua grande cabeça florida acima do topo morto, de onde espalha suas sementes à procura de novas vítimas. Da mesma maneira, o pecado mata a todos os que deixam de obter ajuda e cura necessárias antes que seja tarde demais. Lembre-se: Coexistência pacífica com o pecado e sobrevivência unida com ele é totalmente impossível. Se um sobrevive, o outro tem de morrer. Portanto, deve decidir e escolher um dos dois.







Amigo leitor: Não temos nada a perder e muito a ganhar ao seguir os conselhos dados no Livro dos livros: "Sujeitai-vos, portanto, a Deus; mas resisti ao diabo, e ele fugirá de vós. Chegai-vos a Deus, e Ele Se chegará a vós outros." Tiago 4:7, 8. E "se Deus é por nós, quem será contra nós?" Romanos 8:31.









Antes que seja tarde demais...

Um dia, na estação rodoviária de Brasília, dois adolescentes estavam sorrindo ironicamente enquanto fixavam o olhar em certa direcção. Alguém que os estava observando, curioso de saber porque se estavam divertindo, olhou para trás, na direcção das escadas rolantes. Lá, uma senhora idosa, do interior, não acostumada às coisas numa cidade moderna, queria subir à sobreloja pela escada descendente. Ela tentava, e tentava, e tentava, mas não conseguia subir. O homem que notou o problema ficou indignado contra a atitude dos dois rapazes e ia correr para ajudar a velhinha. Nesse instante, ela mesma se deu conta do seu erro e tomou a escada ascendente, que a levou do andar térreo à sobreloja.

Lamentavelmente muitos jovens estão repetindo, na sua maneira de viver, a tentativa absurda daquela senhora idosa. Fazem coisas que os levam para trás e para baixo. Por isso há tantos indivíduos desajustados. Estão desajustados não só para viverem uma vida vitoriosa neste mundo, mas também para ocuparem um lugar no reino de Deus. E o pior é que a visão de muitos deles não é de longo alcance, de modo que não pensam em erguer-se.

Contudo, apesar do rumo descendente que tomam, pelo menos alguns ainda podem ser socorridos, desde que reconheçam a necessidade de ajuda. A seguinte experiência mostra como Cristo ainda lhes estende a mão para salvá-los.







Em Tóquio, Japão, vivia uma senhora cristã idosa, que muito se esforçava para levar a mensagem de salvação a outros, especialmente ao seu filho, que era um ímpio. Tão perverso era ele que, no decurso de dez anos, foi posto na cadeia sete vezes. Seus parentes o evitavam. Amigos, não os tinha. Somente a Sra. Da. Morita, sua mãe, o tolerava e cuidava dele, se bem que ele esbanjava a propriedade dela. Ela orava por ele sem cessar e, sempre que o via, apelava-lhe para que se voltasse para Deus e abandonasse os caminhos do adversário, que levam à destruição.

O homem, entretanto, estava tão empedernido no pecado que só dava ouvidos moucos às súplicas de sua mãe. Ele sabia que ela estava certa e que ele estava errado. Sua única resposta era esta:

"Querida mãe, é muito bom que se prepare para ter um lugar no reino de Deus, na eternidade; mas eu estou tão inveterado no mal que não posso romper com ele. Vou continuar vivendo desta maneira e sei que vou parar no inferno".

O amor daquela mãe pelo seu filho transviado era tão forte que ela não o abandonou. Continuou orando por ele dia e noite sem notar melhora alguma. Ele foi novamente lançado na prisão, e, enquanto ele estava encarcerado, sua esposa morreu, deixando quatro crianças aos cuidados da velhinha. Na sua pobreza, ela foi tentada a pensar que ela e as crianças iriam morrer de fome. Mas, recuperando a sua confiança nas promessas do Todo-Poderoso, disse a si mesma:

"É errado duvidar do amor e poder de Deus. Aquele que nos criou é capaz de suprir às nossas necessidades".

Quando o filho foi posto em liberdade, ele voltou para casa, encontrando as crianças órfãs sob os cuidados da avó. Seu coração se derreteu ao ver que, de facto, há poder no Evangelho de Jesus Cristo. E ele decidiu buscar aquele poder, o poder que havia confortado e fortalecido os sobreviventes da família, não lhes deixando faltar o pão de cada dia. Começou a pensar seriamente no





seu futuro eterno, e rendeu-se de coração Àquele que ainda está a chamar os pecadores:

"Deixe o ímpio o seu caminho, e o homem maligno os seus pensamentos, e se converta ao Senhor, que Se compadecerá dele; torne para o nosso Deus, porque grandioso é em perdoar". Isaías 55:7.

Após a sua conversão, aquele homem abriu a casa para cultos religiosos e, constrangido pelo amor de Cristo, começou a trabalhar com zelo, estendendo a outros as bênçãos que ele havia recebido. Talvez o leitor diga: "Antes tarde que nunca!"

Amigo leitor: Se o inimigo lhe cochichar no ouvido: "Para si é muito tarde", não creia nele. Pense antes na promessa do nosso poderoso e amante Salvador: "Aquele que vem a Mim, de maneira nenhuma o lançarei fora". João 6:37.







Se desejar conhecer mais contacte-nos:

www.asdmr.pt missionaria@asdmr.pt

> Apartado 2400 1109-001 LISBOA











Algumas pessoas aceitam o sentimento de derrota imediatamente, sem esforçar-se muito por sobrepujar ou desviar a dificuldade.

Há um remédio eficiente para o derrotismo. Devemos parar de responsabilizar outras pessoas pelos nossos fracassos e problemas. Ponhamos a culpa no seu devido lugar, sobre nós mesmos. Os homens são finitos e cometem erros "e, confundindo-se a si mesmos, supõem que outros estão errados". Uma escritora afirma: "Em vez de confessar humildemente os seus problemas, tentam proteger-se lançando a culpa em outros, nas circunstâncias, ou em Deus". Essa é uma atitude derrotista. Quando temos problemas, e sempre os teremos, enfrentemos os fatos e esforcemo-nos por encontrar a solução.