

# Contato

MUDE SUA VIDA | MUDE O MUNDO

## **COMO SOBREVIVER A QUALQUER COISA**

Entrevista com o apóstolo Paulo

## **“MARTELADAS”**

Porque são boas para nós

## **ARCO-ÍRIS**

A beleza que só nasce em dias chuvosos

Contamos com uma grande variedade de livros, além de produções de áudio e vídeo, para alimentar sua alma, enlevar seu espírito, fortalecer seus laços familiares e proporcionar divertidos momentos de aprendizagem para os seus filhos.

Para mais informações, visite nosso site, ligue ou escreva para nosso escritório central, ou contate seu distribuidor local.

#### *Assinaturas, informações e produtos:*

INTERNET: [www.contato.org](http://www.contato.org)

E-MAIL: [revista@contato.org](mailto:revista@contato.org)

LIGUE GRÁTIS: 0800-557772

ENDEREÇO POSTAL:

Contato Cristão

Caixa Postal 66345

São Paulo — SP

CEP 05311-970



## CONTATO PESSOAL

Sabemos que somos uma combinação de características hereditárias e influências do meio em que vivemos. As crianças crescem ouvindo que têm os olhos da mãe, o queixo do pai, ou outras evidências do efeito da here-

ditariedade. É óbvio também que os pequenos estimulados intelectualmentemente possuem maior facilidade de alcançar bons resultados na escola, os atletas que contam com os melhores treinadores e programas de treinamento adequados têm maiores chances de alcançar todo seu potencial — provas da influência do ambiente.

O peso que a hereditariedade e que o contexto social têm, cada um, nas nossas vidas tem sido assunto de debate desde a Antigüidade. O que é relativamente novo é quanto os dois fatores estão sendo usados para se tentar explicar comportamentos pessoais e tendências sociais. Os geneticistas buscam os “genes do comportamento”, os quais, afirmam, poderiam ser responsáveis por problemas como o alcoolismo, o divórcio, a violência doméstica e a depressão. Por outro lado, os cientistas sociais defendem a ligação dos problemas de ordem pessoal e das condições sociais com os elevados índices de criminalidade e consumo de entorpecentes nas áreas mais pobres das grandes cidades, por exemplo.

A mensagem implícita comum aos dois lados da discussão é que somos prisioneiros de nossas circunstâncias — tenham elas origens genéticas, as quais estão além do nosso controle, ou resultem do ambiente em que vivemos, sobre o qual temos poder limitado. Mas nessa busca por explicações científicas, parece que dois elementos têm sido ignorados: a vontade humana e o todopoderoso “fator Deus”. Ambos, quando em harmonia, são capazes de superar tanto os efeitos negativos da herança genética quanto do meio social. E isso é uma ótima notícia, pois significa que nossa felicidade ou êxito na vida não têm de se sujeitar às circunstâncias. Com a ajuda de Deus, a determinação de uma pessoa pode torná-la maior que os problemas que a ameaçam.

Quaisquer que sejam os seus problemas — deficiências físicas, doenças graves, questões matrimoniais ou de relacionamento, dificuldades emocionais, desafios da paternidade, complicações no trabalho, males financeiros ou vícios—, esperamos que os seguintes artigos o ajude a superá-los.

Mário Sant'Ana

Pela Contato

VOL 9, Nº 2    Fevereiro 2008  
EDITOR    Mario Sant'Ana  
DESIGN    Giselle LeFavre  
ILUSTRAÇÕES    Doug Calder  
PRODUÇÃO    Francisco Lopez

© 2008 Aurora Production AG. [www.auroraproduction.com](http://www.auroraproduction.com)

Todos os direitos reservados. Impresso no Brasil. Tradução: Mário Sant'Ana e Hebe Rondon  
A menos que esteja indicado o contrário, todas as referências às Escrituras na *Contato* foram extraídas da “Bíblia Sagrada” — Tradução de João Ferreira de Almeida —  
Edição Contemporânea, Copyright © 1990, por Editora Vida.

# ENFRENTA A tempestade

ANNE SPRING

*Faz* ALGUNS ANOS, AS CRIANÇAS AINDA ERAM PEQUENAS, meu marido e eu viajamos a bordo de um cargueiro da Europa para nosso novo campo de missão, na América do Sul. Por conta de longos atrasos dos serviços de estiva, encontramos-nos embarcados em pleno inverno mediterrâneo na mesma época do ano em que o navio em que se encontrava o Apóstolo Paulo naufragou, próximo a Malta (Atos capítulo 27; 28:1). Oramos que o mesmo não acontecesse conosco.

Dois dias depois de deixarmos o porto, fomos apanhados em uma tempestade. Apesar de nosso navio estar muito carregado e por isso bem pesado e baixo, ventos de força 12 na escala de Beaufort (acima de 119 km/h) o sacudiam violentamente. Para as crianças, era tudo uma grande diversão, enquanto nós, adultos, fazíamos de tudo para manter a calma e controlar o enjôo.

As notícias via rádio eram que dois navios já haviam naufragado. Seria esse também o *nosso* destino? Talvez fosse, mas eu não ficaria ali parada sem fazer nada. Decidi lutar. Não havia coisa alguma que eu pudesse fazer fisicamente para mudar a situação, mas podia *orar*. E foi o que fiz: orei como jamais havia orado até então: “Jesus, por favor, ajude-nos!”, implorei. “Você é nossa única esperança! Acalme o mar. Dê ao nosso capitão a sabedoria, a fé e a coragem que ele precisa para nos tirar dessa. E ajude-me a superar esse enjôo horrível que estou sentindo, para que eu possa pensar e orar melhor.”

“Vá para o passadiço” —ouvi em minha mente uma voz que logo reconheci: era Jesus. “O capitão também está orando. Ore com ele e fortaleça-lhe a fé.”

Quando consegui me levantar, Jesus me deu a força que precisava para chegar até o passadiço, onde encontrei o capitão sozinho e, sim, orando com todo fervor. Fizemos uma vigília juntos até que passamos ao sul da Sicília, onde encontramos refúgio da tempestade. O navio e a carga sofreram alguns danos, mas ninguém estava ferido. Nossas orações haviam sido atendidas.

O Senhor me fez lembrar dessa experiência, recentemente, depois de algumas dificuldades que passei, e me ensinou uma importante lição: “Enfrente as tempestades da vida sem medo. Assuma o controle da situação. Seja maior que o problema! Suba até o passadiço e segure firme a mão do Capitão”. Jesus é nosso navegador e logo estaremos em águas mais seguras. É preciso fé para orar e coragem para agir em conformidade com essas orações, mas a fé casada com a ação produz resultados tremendos.

Evitar dificuldades, esconder-se delas e esperar que desapareçam é da natureza humana, mas não dos vencedores. Não se curve às tempestades da vida. Levante e lute! As batalhas podem parecer devastadoras, mas a vitória nos pertence e está logo ali. Vale a pena lutar. •

ANNE SPRING É MEMBRO DA FAMÍLIA INTERNACIONAL, NA SÉRVIA.

# BLECAUTE

VIRGINIA BRANDT BERG

Em 1965, aconteceu o maior apagão da história dos Estados Unidos. Pelo menos 25 milhões de pessoas do nordeste americano, inclusive a cidade de Nova York, e em Ontário, Canadá, tiveram o fornecimento de energia elétrica interrompido por até 12 horas. Essas falhas temporárias eram e ainda são comuns em outras partes do mundo, mas esse incidente, conhecido como “o grande blecaute do Nordeste”, foi totalmente inesperado e apanhou todos despreparados.

Este artigo foi tirado de uma preleção feita pouco após o incidente.

**E** U ESTAVA ESCUTANDO AS NOTÍCIAS SOBRE O APAGÃO NA ÁREA DE NOVA YORK, e ouvi um homem que estava lá quando tudo aconteceu dizer que jamais poderia expressar

o sentimento que o tomou quando o fornecimento de energia elétrica foi restaurado. Isso me fez pensar dos “apagões pessoais” pelos quais passei, tais como o terrível acidente que sofri do qual parecia que jamais me recuperaria. Que sensação gloriosa tive quando sarei, deixando as trevas para voltar para a luz, livre da dor e do sofrimento. Somente os que passaram por blecautes assim conhecem a maravilha que é quando as luzes voltam a acender.

Quando você está em meio à escuridão, pensar que jamais sairá dela a torna ainda mais densa. Quero lhe garantir, entretanto, que as luzes *com certeza* acenderão outra vez, se você depositar sua confiança em Deus e não duvidar. É em momentos assim que os que têm fé estão em grande vantagem: sabem que o dia virá no qual Deus enviará a

libertação. A fé é a vitória.

As coisas ficaram muito escuras para o apóstolo Paulo, quando ele foi preso, mas sua fé era tal que lhe permitiu ser maior que as circunstâncias e condições, de tal forma que ele escreveu em Filipenses 4:11-13: “Não digo isto por causa de necessidade, pois já aprendi a contentar-me em toda e qualquer situação. Sei passar necessidade, e também sei ter abundância. Em toda maneira, e em todas as coisas aprendi tanto a ter fartura, como a ter fome, tanto a ter abundância, como a padecer necessidade. Posso todas as coisas naquele que me fortalece.” A alegria do Senhor era a sua força (Nemias 8:10).

Não admira que Paulo tenha sido capaz de dizer “Nada disso me abala” (Atos 20:24 – versão King James). Tenho certeza que houve quem se sentiu





assim durante o apagão. A escuridão não encheu seus corações de temor nem lhes roubou o sentimento de segurança. Tinham uma fonte interna de força, um recurso superior a todas as circunstâncias. Era o caso do apóstolo Paulo também e é por isso que pôde escrever: “Em tudo somos atribulados, mas não angustiados; perplexos, mas não desanimados; perseguidos, mas não desamparados; abatidos, mas não destruídos” (2 Coríntios 4:8–9).

A sabedoria popular ensina que o bom cachorro não larga o osso! E na hora de sua mais profunda crise, Paulo aferrou-se a uma promessa da Palavra de Deus que lhe dizia: “Não te deixarei, nem te desampararei” (Deuteronômio 31:6; Hebreus 13:5) — e não a largou.

Deus nos deu muitas promessas maravilhosas das quais podemos nos apropriar e que podem brilhar como estrelas em um apagão. Na verdade, alguém que viveu o blecaute comentou

que o mais impressionante foi ter conseguido ver as estrelas. Fazia tempo que ninguém em Nova York via as estrelas. Vou lhe deixar algumas “estrelas” para ajudá-lo na próxima vez que a coisa “ficar preta”.

“O anjo do Senhor acampa-se ao redor dos que O temem, e os livra” (Salmo 34:7).

“Muitas são as aflições do justo, mas o Senhor o livra de todas” (Salmo 34:19).

“Temei ao Senhor, vós, os seus santos, pois não têm falta alguma aqueles que O temem. Os filhos dos leões necessitam e sofrem fome, mas aqueles que buscam ao Senhor de nada têm falta. (Salmo 34:9–10).

“Torre forte é o nome do Senhor; para ela corre o justo e está seguro” (Provérbios 18:10).

“O Senhor é um alto refúgio para o oprimido, uma fortaleza em tempos de angústia” (Salmo 9:9).

Na escuridão, saber que Deus está conosco é um sentimento maravilhoso!

Outro dia, recebi uma ligação de uma mulher que

caíra e torcera o tornozelo. Ela chorava de dor, então me apressei à sua casa para lhe levar ao hospital. Orei com ela por uma recuperação rápida e completa, e que a dor passasse, mas ela não parava de falar de como ela era um alvo constante de coisas ruins, e como provavelmente Deus não a amava, pois, a seu ver, não a tratava bem. Acho que ela não ouviu uma palavra da minha oração. Sua noite não tinha uma estrela sequer. As luzes não acenderam para ela, por mais que eu dissesse. Ela jamais deu uma chance a Deus. Que lástima!

A maneira como lidamos com as dificuldades do dia-a-dia nos prepara para os acontecimentos maiores e mais importantes do futuro. Se aprendermos a ser maiores que as circunstâncias e condições que lançam sombras que escurecem nossos dias, estaremos prontos para qualquer grande blecaute que nos advier. Ele diz: “A Minha graça te basta, pois o Meu poder se aperfeiçoa na fraqueza” (2 Coríntios 12:9). •



ACONTECEU COMIGO

# Um banquete de minhocas

MEGAN DALE

*Era*

**SEIS E MEIA DA MANHÃ. EU TINHA ACORDADO CEDO** e a primeira cena com a qual me deparei foi uma chuva torrencial no dia que planejáramos fazer um passeio em família. A chuva não me incomoda. Com certeza a terra estava precisando. Da janela, vi um pardalzinho pulando de um lado para o outro, atento à terra empapada, na esperança de encontrar alguma minhoca quase afogada com a qual se banquetear.

Naquele momento, me senti como a coitada da

minhoca. Fazia meses que nuvens escuras aos poucos cobriram os céus da nossa pequena família. Nosso caçula não estava crescendo no ritmo previsto e esse atraso o deixava chateado e explosivo, afetando sua felicidade no dia-a-dia e, às vezes, na “hora-a-hora”. Não era raro ele acordar chorando, à noite. Normalmente ele era um menino dócil, sensível, carinhoso e cheio de alegria. Mas precisávamos entender melhor suas dificuldades para atendermos suas neces-

sidades de crescimento, e isso era para *já*, enquanto ainda era jovem e maleável, antes que os efeitos secundários e, às vezes, mais trágicos da baixa auto-estima e depressão invadissem aquela vida em tão tenra idade.

E como se não bastasse, fazia quatro dias que meu marido e eu ficáramos sabendo que seu emprego estava com os dias contados, o que significava procurarmos um novo trabalho e também outra casa. No passado, seria para mim

uma oportunidade de me lançar nos braços do futuro desconhecido, percorrer o mundo perseguindo meu destino aonde a brisa me levasse. Mas agora eu estava no limiar de uma mudança maior em um momento crucial na vida do meu filho.

Quatro dias pareciam quatro anos, e a cada hora eu me agarrava a fios de esperança na forma de um versículo bíblico ou de alguma citação inspiradora, como se fossem cordas salva-vidas em uma enchente. Muitos grandes homens e mulheres ao longo das eras enfrentaram períodos difíceis e aflições, sobre os quais escreveram contos, poemas e hinos. Eu me agarrava aos seus pensamentos. Às vezes, repetia uma frase indefinidamente, como um mantra, simplesmente para manter a presença de espírito, enquanto cuidava dos filhos e dos afazeres domésticos. E funcionava.

Parada ali, olhando para aquele passarinho, ouvi a consoladora voz do meu Salvador, com a qual estava tão habituada: “Você não é a minhoca, minha querida. Você é o pássaro. As chuvas e as tempestades que permiti caírem sobre o seu mundo lhe oferecem um banquete que, sob outras circunstâncias, você teria de escavar para encontrar.” E naquele instante, minha perspectiva mudou. Naquela hora aparentemente triste

e sombria, Jesus preparava diante mim uma mesa e me oferecia um banquete. Delícias que teríamos de escavar para encontrar em circunstâncias normais, vinham para a superfície — dádivas especiais como estarmos mais próximos de Jesus e uns dos outros, mais amor e gratidão pelos nossos amigos e parentes, além de um desejo ardente de, por meio da oração, confiar a Jesus nossas necessidades e temores diários.

E a chuva? Ainda não havia parado. Algumas de nossas orações haviam sido atendidas maravilhosamente (mudamos para outra casa e meu marido encontrara outro emprego) e isso nos animava, mas ainda tínhamos grandes desafios em outras frentes. Mas ali estávamos como passarinhos felizes e saltitantes, apesar da chuva, porque, por mais estranho que pareça, banqueteávamos em minhocas!

P.S. E como se fosse um sinal, um dia depois da minha “revelação chuvosa”, uma criança de oito anos da casa vizinha me ofereceu um punhado de minhocas que se retorciam agitadas em sua mão e anunciou: “Tem muito mais debaixo daquele monte de folhas se você quiser”.

Contentei-me com a metáfora. •

MEGAN DALE É MEMBRO DA FAMÍLIA INTERNACIONAL, NA AUSTRÁLIA.

## CHEGOU O SOCORRO

RAFAEL HOLDING

A Bíblia ensina que Deus está próximo dos que têm o coração quebrantado (Salmo 34:18), Ele é um socorro bem presente na angústia (Salmo 46:1). Ele é mais que um ombro ou mão amiga. Ele vai ao recôndito do coração, aliviando a dor e o sofrimento, e os substituindo com Seu amor, paz, consolo, e até alegria. E tudo isso Ele pode fazer por meio das Suas Palavras, criando um arco-íris ao incidir a sua luz sobre as lágrimas. — É o sol após a chuva e a luz no final do túnel.

Jesus o ama muito. Ele quer expressar esse amor por você, mas só com sua permissão. Ele quer lhe dizer por que permitiu certas dificuldades na sua vida, mas precisa que você escute. Quer ajudá-lo a entender por que você sente o que sente, e lhe dizer o que você pode fazer a respeito do que está passando. Mas você precisa *querer* Suas respostas. Nos momentos de maior provação, Sua Palavra escrita ou a Palavra viva, que Ele fala diretamente à sua mente vai ganhar sentido para você, se apenas estender a mão para recebê-la.



Se quiser, você pode vivenciar o amor, a alegria, o consolo e a paz que Jesus oferece. Comece aceitando-O como salvador e convidando-O para entrar em sua vida, por meio da seguinte oração:

Querido Jesus, acredito que Você é o Filho de Deus e que morreu por mim, para que eu pudesse ser perdoado pelos meus erros e ter vida eterna. Neste instante, abro o coração para você. Por favor, entre na minha vida e atenda às minhas necessidades mais profundas. Amém.

# ARCO-ÍRIS

MARIA FONTAINE

*Muitas* COISAS NORMAIS E NATURAIS CONSIDERADAS POSITIVAS POR ALGUMAS PESSOAS SÃO MOTIVOS DE RESENTIMENTO PARA OUTRAS.

Tomemos como exemplo um dia chuvoso. Enquanto alguns se queixam da chuva, outros a vêem como uma bênção, pois rega lavouras e jardins. O que alguém considera uma oportunidade imperdível, como, por exemplo, mudar-se para uma nova casa ou cidade, deixa com raiva outros na mesma situação. Qualquer coisa pode se tornar razão para rancor, até mesmo aquelas que não são em si ruins ou que outra pessoa até consideraria algo bom. Muitas vezes, é uma questão da maneira como encaramos os acontecimentos ou as circunstâncias.

Por outro lado, nem tudo depende exclusivamente da atitude da pessoa. Existem algumas coisas que todos nós, naturalmente, concordaríamos que não são boas nem desejáveis, tais como, uma deficiência física, um acidente de carro, uma casa incendiada, etc. Uma incapacidade física é algo que obviamente causa muita dor ao seu portador. Não é a sua imaginação e é muito natural que a pessoa se sinta abatida.

As belas cores  
do arco-íris  
só podem ser vistas  
pelo prisma da chuva.

Todavia, até mesmo nossas deficiências podem contribuir para termos uma vida melhor. Como os degraus de uma escada, essas dificuldades podem nos ajudar a atingir alturas mais elevadas, às quais não chegaríamos se não fosse por elas.

Cada um de nós tem coisas na vida capazes de nos atrapalhar muito se nos deixarmos abater por elas. Mas é maravilhoso o Senhor ter criado uma maneira de as superarmos. Na verdade, é o que Ele quer que façamos! Como contamos com a Sua ajuda, as circunstâncias não têm de determinar o nosso comportamento.

Certamente, não temos de ser limitados emocional, mental e espiritualmente pelos problemas do passado, distante ou recente. Na verdade, Deus permite essas coisas “ruins” para que as enfrentemos e vençamos, para com ela crescermos. Em vez de vermos os obstáculos, as desventuras ou as experiências ruins como desvantagens terríveis, podemos aproveitar tudo isso para melhorar nossa própria vida e a dos outros.

Pense em todos os homens e mulheres ao longo da história que se distinguiram quando venceram dificuldades aparentemente insuperáveis. Tiveram de lutar muito mais para superar seus obstáculos, mas foi o que os tornou mais fortes. Em vez de se queixarem que a vida lhes entregara “limões”, essas fizeram “limonadas”, e foi justamente por conta de suas supostas deficiências que chegaram aonde chegaram.

Beethoven estava totalmente surdo, quando compôs algumas de suas mais belas peças musicais, assim como Thomas Edison, quando inventou o fonógrafo. Alexandre, o Grande, era corcunda e Homero era um menestrel cego. Renoir pintou algumas de suas mais belas obras quando seus dedos estavam de tal forma retorcidos pelo reumatismo que os pincéis tinham de ser atados às suas mãos. Handel tinha seu lado direito paralisado quando compôs sua maior obra, o “Coro Aleluia”!

Muitas vezes, as pessoas que têm de superar dificuldades são as que conseguem ajudar os outros a ter coragem e fé para vencer as suas. Seus exemplos de vida provam que é possível ser maior que situações aparentemente impossíveis.

Se Helen Keller não tivesse sido cega e surda desde a infância, jamais teria tido a oportunidade de se tornar a inspiração que foi e continua sendo para milhões nem poderia ter dito: “Graças a Deus pelas minhas deficiências, pois foi por elas que encontrei a mim mesma, o meu trabalho e o meu Deus.”

A vida nem sempre é afável  
Podemos contar com tempestades e escuridão  
Mas a bondade do Pai imutável  
Tira a angústia e alegra o coração  
Nuvens escuras não de surgir, eu sei  
Para ocultar aquilo ao que a fé deu cor  
Contudo, chega rasgando a escuridão  
O brilhante arco-íris do Seu amor  
—Flora Kirkland

É preciso  
chuva e sol para  
fazer um arco-íris.

Booker T. Washington nasceu escravo e trabalhou nas minhas de carvão e de sal antes de se tornar educador e porta-voz das causas afro-americanas, e fundador de uma faculdade para afro-americanos.

Jerome K. Jerome perdeu o pai aos 12 anos. Aos 14, teve de começar a trabalhar para sustentar a mãe e a irmã. A vida ficou ainda mais difícil com a morte da mãe, mas Jerome se tornou escritor, não de histórias tristes, mas de humor. E foi ele, cujo início de vida foi tão difícil, quem disse: “É com a luta, e não com a vitória, que nos tornamos fortes.”

Existem muitas vantagens em ter dificuldades e problemas! Se não fosse por eles, seríamos complacentes e ficaríamos vagando, sem a força de caráter que nasce quando superamos adversidades. A beleza que muitas vezes surge do sofrimento não teria a chance de brotar em nossas vidas. Não valorizaríamos nossos amados tanto, nem encontraríamos verdadeiros amigos naqueles que nos buscam em tempos de necessidade. Faltar-nos-ia compreensão ou compaixão dos outros que passam pelas mesmas coisas ou não saberíamos como ajudá-los.

Às vezes, a única forma que Deus tem de nos fazer recorrer a Ele em busca de ajuda, ensinar-nos a confiar, convencer-nos a ceder à Sua vontade ou nos impedir de fazer algo errado é permitindo-nos problemas. Ele também usa nossas provações e dificuldades para, entre outros motivos, nos ensinar humildade, paciência, compaixão e nos ajudar a não ser santarrões. Se jamais tivéssemos aflições, não encontraríamos nossa força em Deus nem viveríamos a emoção de descobrir que Ele está ao nosso lado para nos ajudar! •

## A verdadeira força

MISTY KAY

Nada olho, nada vejo,  
Nada entendo.

No oco da Sua mão  
Indefesa, me deito.

As nuvens que agora me envolvem  
E quase não me deixam ver  
Estão aqui, doce amor,  
Para me aproximar de Você.

Da batalha me afasto,  
Busco repouso.

Vivo para amá-lo, Senhor  
E a Você eu louvo.

Não tenho grandes feitos  
Nem obras obras-primas para oferecer,  
Mas de alguma forma a quietude  
Faz meu espírito renascer.

Quando a dor me toma de assalto  
E de forças me sinto falto

As emoções me envolvem como nuvens  
E os dias e noites se arrastam,  
Busco Seus olhos com os meus,  
Seu sorriso desfaz a provação  
Seu Espírito com ternura me consola  
Dando-me força e convicção.

E ainda que sinto meu corpo tremer,  
Meu espírito está em paz

Pois me apego à Palavra do Mestre  
Que faz a tempestade cessar.

Seu poder é infalível

Sua promessa como rocha.

Em você encontro fé e graça  
Para tudo suportar.

Elevo a Você meu coração  
Por tudo que já fez,

Pelas batalhas que juntos lutamos  
E cada vitória que conquistamos!

E apesar do meu corpo ainda doer

Meu espírito está em paz

Pois força maior encontrei

No amor perfeito que Você me traz.

MISTY KAY É MEMBRO DA FAMÍLIA INTER-  
NACIONAL, EM TAIWAN.



## PARA REFLETIR

### Superando Adversidades

A bonança pouco ensina aos marinheiros. — *Provérbio africano*

As boas coisas da prosperidade devem ser desejadas; mas as boas coisas que pertencem à adversidade devem ser admiradas. — *Sêneca (4 a.C — 65 d.C)*

É fácil ser agradável  
Quando nos sorri a vida,  
Mas o homem de valor  
Sorri em meio à dor  
Mesmo que pesada seja a lida.

— *Ella Wheeler Wilcox (1850–1919)*

Não posso mudar a direção do vento, mas posso controlar minhas velas para sempre chegar ao meu destino. — *Jimmy Dean (1928–)*

Não há como controlar o que lhe acontece, mas é possível dominar sua atitude para com o que lhe acontece e assim controlar a mudança em vez de permitir que ela o controle. — *Brian Tracy (1944–)*

Refleta nas suas bênçãos, algo comum a muitos, não nas desventuras passadas, algo comum a alguns. — *Charles Dickens (1812–1870)*

A única deficiência real é uma atitude errada.

— *Scott Hamilton (1958–)*

Aprende-se disciplina na escola da adversidade.

— *Mahatma Gandhi (1869–1948)*

A oportunidade se encontra no meio de uma dificuldade. — *Albert Einstein (1879–1955)*

O mundo inteiro está cheio de sofrimento e também de superações. — *Helen Keller (1880–1968)*

Os problemas são muitas vezes as ferramentas com as quais Deus nos prepara para coisas melhores.

— *Henry Ward Beecher (1813–1887)*

## RESPOSTAS ÀS SUAS PERGUNTAS

# Na hora do divórcio

**P: Apesar de ter tido um bom começo, meu casamento não deu certo e, faz alguns meses, acabou em divórcio. Mal posso suportar a solidão que sinto quando no fim do dia, todo dia, venho para um apartamento vazio. Meus pensamentos vagueiam pelo passado e tudo dói muito. Como posso superar isso?**

**R:** O divórcio pode ser uma experiência devastadora. Aquilo com o que você sonhou, esforçou-se para construir e pelo que se sacrificou tem um final infeliz, deixando mágoas e decepções.

Mas há esperança de felicidade futura e é certo o ditado que ensina que “Deus consertará seu coração, se Lhe entregar todos os pedaços”. Ele entende a dor, a sensação de ser mal interpretado e tratado com injustiça, e a tentação de ceder ao rancor. Leve seu coração ferido para Ele em oração. Ele pode afastar as memórias ruins, a amargura, a ira e a desesperança. Poderá demorar, mas esses sentimentos ruins serão apagados com Seu amor.

Deus pode lhe dar paz de espírito e um interesse renovado na vida. Nem tudo está perdido. Enquanto há vida, há esperança. Você pode voltar a amar e ser amado. Recorra a Ele e permita-Lhe ajudá-lo a deixar de lado as decepções do passado e avançar para um futuro melhor.

Talvez no momento você esteja com o coração partido, mas pense nisso como uma oportunidade para aprender a amar. Se deixar essa dor ajudá-lo a melhorar e se afastar do rancor, aprenderá a amar e a entender melhor os outros.

A Palavra de Deus diz: “a um coração quebrantado e contrito não desprezarás, ó Deus” (Salmo 51:17) e, “Porque assim diz o Alto, o Sublime, que habita na eternidade, e cujo nome é Santo: Num alto e santo lugar habito, e também com o contrito e abatido de espírito, para vivificar o espírito dos abatidos, e para vivificar o coração dos contritos.” (Isaías 57:15).

Anime-se! Jesus vai restaurar você da maneira que Ele sabe ser melhor, se você se colocar em Suas mãos. Ele fará de você uma pessoa mais amável, amorosa e compreensiva, de maneira que até essa angústia contribua para o seu bem.

Do ponto de vista prático, experiente o seguinte:

1. Peça a Deus que o ajude a aceitar o que aconteceu. Não se prenda ao passado.
2. Rechace imediatamente pensamentos de remorso.
3. Concentre-se no presente e não tenha receio do futuro.
4. Fazer algo por outra pessoa é uma excelente maneira de esquecer os próprios problemas!
5. Escreva o que aprendeu com o seu relacionamento. Traduza em palavras os próprios erros, assim como o que gostaria de evitar no seu próximo relacionamento. Guarde essa lista para o futuro, mas não tenha o hábito de relê-la, se o único efeito que isso produzir for lembrá-lo dos erros passados.
6. Passe tempo com sua família e amigos.
7. Faça amigos.
8. Dedique-se a um novo hobby ou aprenda algo. Planeje realizar algo totalmente novo para você.
9. Todos os dias, independentemente de como se sentir, escreva algo pelo que está agradecido. •

# Como sobreviver a qualquer coisa

Uma “entrevista” com  
o Apóstolo Paulo

ABI F. MAY

*Nem a morte, nem a  
vida ... nem alguma  
outra criatura nos  
poderá separar do  
amor de Deus*

“**P**ois estou certo de que, nem a morte, nem a vida, nem os anjos, nem os principados, nem as potestades, nem o presente, nem o porvir, nem a altura, nem a profundidade, nem alguma outra criatura nos poderá separar do amor de Deus, que está em Cristo Jesus nosso Senhor. (Romanos 8:38–39). Essa é uma das mais impressionantes proclamações de fé já feitas, e seu autor foi alguém que sofreu anos de angústias e provações que a maioria de nós, graças a Deus, jamais terá de vivenciar: o apóstolo Paulo.

Sua história se encontra no livro bíblico Atos dos Apóstolos. O relato do início da Igreja e as cartas paulinas às primeiras congregações cristãs ajudam a completar o quadro. Fica claro que Paulo, em seu entusiasmo para divulgar as boas novas sobre Jesus, encontrou resistência em inúmeras ocasiões. Foi espancado, preso, apedrejado, sofreu naufrágio, foi perseguido e sofreu necessidades.<sup>1</sup> Onde encontrou a força para não apenas seguir em frente, mas também aprender com essas provações a valorizar ainda mais o sacrifício maior de Jesus e se tornar ainda mais resoluto em sua fé? Se pudéssemos entrevistar Paulo hoje, é possível que a conversa se desenrolasse mais ou menos assim:

**ENTREVISTADOR:** *A sua experiência de salvação certamente causou uma reviravolta na sua vida —de perseguidor da recém-nascida fé cristã*

**logo após a crucificação e ressurreição de Jesus, tornou-se um dos principais propagadores dessa mesma crença e fortaleceu os primeiros seguidores de Cristo. Mas o senhor também encontrou muita resistência. O que aconteceu?**

**PAULO:** Um incidente que aconteceu em 52 d.C. é um bom exemplo que ajuda a entender. Eu tive de fugir dos meus inimigos na região hoje conhecida como Turquia, atravessando o Mar Egeu para Atenas, na Grécia, e em seguida fui para Corinto, à época um importante centro comercial.

Comecei a pregar na sinagoga local e as coisas estavam indo bem no início. Até o líder da assembleia, Crispo, se tornou cristão. Mas outro homem, Sóstenes, começou a espalhar rumores e acabei expulso da sinagoga, juntamente com Crispo. Então levei a mensagem para os gregos da cidade e muitos deles aceitaram Jesus. Isso deixou Sóstenes e sua gangue ainda mais furiosos. Eles continuavam a espalhar mentiras enquanto eu pregava e ensinava.

Ficou um ano e meio nisso, até que Sóstenes reuniu uma multidão para me pegar. Eles teriam me apedrejado no ato, mas com medo das autoridades romanas, me levaram ao procônsul romano da época, Junius Annaeus Gálio, irmão do famoso filósofo romano Sêneca, e fizeram suas acusações. Mas quando Gálio viu que a coisa não passava de uma polêmica religiosa, recusou-se a escutar. Eu fui liberado e a multidão se voltou contra Sóstenes.<sup>2</sup>



**Nessa ocasião, o senhor se safou com relativa facilidade. Era assim que as coisas geralmente aconteciam?**

Não, não era. Fui espancado várias vezes, o que me deixou com seqüelas permanentes. Fui açoitado, apedrejado e preso em várias ocasiões.

**Você também enfrentou perigos em algumas de suas viagens. Com certeza, essas coisas tinham um efeito desanimador.**

Perigo não é a palavra! Fui vítima de três naufrágios e foi somente pela intervenção de Deus que sobrevivi para contar a história. Muitas vezes, fiquei tão desanimado que tive vontade de largar tudo de mão, mas sabia que tinha de continuar porque Jesus me chamara para disseminar o Evangelho por toda a parte. Eu sabia que, se desistisse, estaria falhando a Deus. Além disso, os outros se espelhavam em mim. Se eu não cumprisse minha missão, eles falhariam à deles. Então segui em frente, mesmo quando me senti desanimado e derrotado. Os problemas nem sempre tinham o desfecho que eu gostaria, mas Jesus sempre esteve ao meu lado.<sup>3</sup>

**Parece que o senhor tinha uma vida bastante estressante.**

Fui abençoado com uma vida longa e produtiva, mas a pressão era quase que permanente. Além das dificuldades que já discutimos, eu me sentia compelido a dividir o amor de Deus em Jesus com o mundo inteiro.<sup>4</sup> Era uma boa pressão, claro, mas não deixa de ser uma pressão. Mas independen-

temente da origem da pressão, eu sabia que não tinha de dar conta de tudo sozinho. Jesus sempre me deu a graça e a força que precisei para continuar.<sup>5</sup> Eu jamais teria suportado as coisas pelas quais passei por conta própria. Eu tinha de me apoiar em Jesus.

**O senhor acha que é inevitável que os cristãos sofram pela sua fé?**

Jesus não nos chamou para uma vida fácil, mas para servir os outros e isso sempre exige sacrifício pessoal. Além disso, qualquer um que tentar viver uma vida correta para Jesus vai encontrar oposição.<sup>6</sup> O próprio Jesus disse isso: “Se eles Me perseguiram, também vos perseguirão.”<sup>7</sup> E a História confirma. Mas é bom lembrar que nem tudo é dor e sofrimento. É uma vida muitíssimo gratificante, sem falar no que nos aguarda na próxima vida.<sup>8</sup>

**Um último comentário para os nossos leitores?**

Por mais difíceis que sejam as coisas nesta vida, confiem que Jesus os ajudará! Ele está sempre presente e não permitirá que vocês sejam tentados além do que Ele sabe são capazes. Ele sempre dará um escape, não necessariamente dos problemas, mas muitas vezes através deles.<sup>9</sup> Segurem-se firme a Jesus e Ele os segurará firme! •

<sup>1</sup>2 Coríntios 11:23-27, <sup>2</sup>Atos capítulo 18, <sup>3</sup>Atos 18:9-10; Hebreus 13:5, <sup>4</sup>1 Coríntios 9:16, <sup>5</sup>2 Coríntios 4:8-9; 12:9-10, <sup>6</sup>2 Timóteo 3:12, <sup>7</sup>João 15:20, <sup>8</sup>Romanos 8:17-18; 14:17, Filipenses 4:11-12; 1 Pedro 1:6-8, <sup>9</sup>1 Coríntios 10:13.

# MARTELADAS

MARIE BOISJOLY

**VOCÊ ALGUMA VEZ JÁ SE PERGUNTOU POR QUE, DE TEMPO EM TEMPO, VOCÊ TEM DE APRENDER DA MANEIRA DIFÍCIL?** No momento em que as coisas estavam em “alta” na sua vida, algo acontece e você baixa uns pontos na escala da felicidade. “Por que eu?” “Por que agora?” Em vez de ajudar a reverter a situação, perguntas assim só pioram as coisas. Por fim, você se lembra que mesmo que *you* não entenda suas circunstâncias e não consiga ver nada de bom que possa resultar de suas atuais dificuldades, *Deus* sim. Ele sempre tem um plano. Portanto, você decide confiar nEle e agüentar firme, sabendo que Ele dará um jeito nas coisas.

Não faz muito tempo, eu me encontrava entre as fases de questionar e confiar desse ciclo, quando meu marido, Ivo, voltou da sua corrida diária e me contou algo que acabara de ver. Vivíamos em um bairro que fica no alto de um morro, com árvores floridas e lindos jardins. Isso é perfeito para o Ivo, que adora fazer exercício e jardinagem.

Toda manhã ele passa por uma praça que tem um chafariz e um gramado belíssimo, e naquele dia notou que uma parte da grama estava secando por falta de água. O resto do gramado recebia muita água por causa do sistema de irrigação, mas como um dos aspersores estava com defeito, aquele pedaço estava secando e morrendo.

Tão logo Ivo parou para examinar mais de perto a situação, o jardineiro que atende à vizinhança também viu o pro-



blema. O homem se aproximou do dispositivo defeituoso, tirou um martelo de sua bolsa de ferramentas e deu uns golpes rápidos no cabeçote do aspersor. Aparentemente, um pouco de terra havia travado o mecanismo. Na mesma hora, a água voltou a fluir por aquele ponto do sistema de irrigação com suficiente pressão para molhar a área prejudicada. Com o tempo, todo o gramado estava igualmente verde e bonito.

Deus, como o jardineiro, às vezes permite que a vida nos dê umas marteladas para nos limpar, para que possamos fazer o melhor ao nosso alcance para embelezar nossa parte do Seu jardim. •

MARIE BOISJOLY É MEMBRO DA FAMÍLIA INTERNACIONAL, NO MÉXICO.



## ORAÇÃO EM PACOTES

—Um Exercício Espiritual

*“Lança o teu fardo sobre o Senhor, e Ele te susterá.  
(Salmo 55:22).*

Se preferir, deixe tocar uma música suave ao fundo para criar o ambiente. Comece esse exercício fechando os olhos e respirando profunda e lentamente por um minuto. Em seguida, pense de forma definida nas suas preocupações, como se as tivesse explicando — coisas que você precisa fazer hoje, situações que deve resolver com seus filhos ou algum problema de saúde.

Conforme pensar nessas coisas, imagine-se embrulhando-as e colocando-as nas mãos de Jesus, enquanto Lhe agradece pela solução que Ele considerar melhor para o problema.

Dedique o tempo necessário para, por esse método, descarregar todas as suas inquietações.

Discipline sua mente a se concentrar em cada problema enquanto o formula mentalmente e se imagina entregando-o a Jesus. Tão logo Ele receba o seu “pacote”, não fique remoendo o assunto nem se prenda aos detalhes. Apenas passe para o próximo problema.

Quando tiver terminado a lista, agradeça-Lhe e louve-O pelo seu amor infalível, Seu poder ilimitado, Seu interesse por você e Sua ajuda na solução dos seus problemas. •

### LEITURA QUE ALIMENTA ATRAVESSANDO TEMPOS DIFÍCEIS

*Não tenha medo das tristezas. Elas passam.*  
Salmo 30:11 ♦ Salmo 126:5 ♦ Mateus 5:4

*Em tempos de dificuldade, busque a ajuda de Deus.*  
Salmo 50:15 ♦ Salmo 91:14-15 ♦ Lamentações 3:24-25 ♦ Romanos 10:13

*O Senhor é um companheiro fiel de todos que O invocam.*  
Salmo 73:23 ♦ Salmo 145:18 ♦ Isaías 41:10 ♦ Mateus 11:28 ♦ Hebreus 13:5b

*Não perca a esperança! Amanhã é um novo dia!*  
Salmo 30:5b ♦ Salmo 119:147 ♦ Lamentações 3:22-23

## REAGINDO AOS TESTES DA VIDA

DAVID BRANDT BERG

O Senhor permite certos incidentes e circunstâncias que nos decepcionam, para nos fortalecer. Ele nos põe à prova para ver como estamos e como vamos reagir. Mesmo as decepções e as coisas que dão errado não têm que nos derrubar e desencorajar, porque nossa fé e atitude podem determinar a maneira como as circunstâncias vão nos afetar. Muitas vezes, a fé e confiança no Senhor podem mudar totalmente as circunstâncias, pois Ele age a seu favor. Tudo depende da maneira como você vê as coisas e reage a elas.

Você não tem de se deixar controlar pelas circunstâncias e acontecimentos. Com a ajuda do Senhor e uma atitude positiva, você pode passar por qualquer mudança, decepção ou dificuldade e sair feliz. Geralmente, são as provações da vida que realmente revelam o que há de melhor na sua atitude — se você permitir.

O Senhor pode lhe dar todo o poder e a força que precisa para encarar qualquer situação. Basta recorrer a Ele, valer-se da Sua força e Lhe pedir para mudar as coisas. Se, por causa das escolhas das pessoas, Ele não puder mudar as circunstâncias, poderá ajudar você a mudar a maneira como as encara. •

DAVID BRANDT BERG (1919-1994), FUNDADOR DA FAMÍLIA INTERNACIONAL.

A vida pode ser dura e não é sempre fácil entender por que as coisas acontecem como acontecem. Quando tudo parece estar indo errado, é natural questionar Meu amor, mas é nessas horas difíceis que quero estar mais perto de você. Meu amor é o que o ajudará a superar os obstáculos e está *sempre* a seu dispor.

O amor incondicional na sua forma mais pura vem de Mim. Mesmo quando você Me culpa pelos seus problemas, Eu o amo e não o condeno por isso. Mesmo quando questiona Meu amor, Eu o amo e não perco a fé em você. Estarei sempre ao seu lado para quando você precisar de conselhos, companhia ou de alguém que o escute, de um amigo. Quero tranquilizá-lo com a certeza de que sempre haverá alguém que o ama e vê em você possibilidades infinitas, alguém que gosta de você como você é. E esse alguém sou Eu.

Aconteça o que acontecer, eu o amo incondicionalmente. Esse amor é maior que todas as circunstâncias. Será uma luz quando ficar escuro, uma bússola quando você se perder, uma âncora para não deixar a tempestade o arrastar, e um cobertor para aquecê-lo quando ficar frio. Não lhe custa nada, pois é gratuitamente dado por Alguém que o ama para valer.

COM AMOR, JESUS

## AMOR para valer

