

MUDE SUA VIDA. MUDE O MUNDO.

# contato



## **ANO A ANO, DIA A DIA**

Como ser feliz com qualquer idade

## **Sua Vez de Amar**

5 maneiras de recompensar os idosos pelo que você recebeu

## **Idade: Um Estado de Espírito**

Qual é a sua?





## CONTATO PESSOAL

Chega a ser estranho como nossas percepções mudam com o tempo. Quando eu era muito pequeno, minha irmã, dois anos mais velha que eu, personificava para mim o conceito de “grande”. Na primeira série, eu achava que meus colegas da quarta eram uma forma de vida mais avançada, mas quando cheguei ao sexto ano escolar já reunia

idade e sabedoria suficientes para entender que a nova geração de alunos da quarta série eram apenas criancinhas.

Meus pais, obviamente, sabiam tudo até eu chegar à adolescência, quando, sem mais nem menos, passaram a não saber patavina sobre coisa alguma. Nunca pude imaginar meus pais crianças, mas agora é difícil acreditar que os meus filhos têm filhos. Sempre pensei em avós como pessoas velhas, mas agora que tenho netos, não me sinto nem um pouco velho. Afinal, por que me sentiria? Minha mãe não parece idosa nem age como tal e olha que já tem bisnetos. A cada dia me convenço de que a atitude pesa mais que o número de anos vividos.

Robert Browning revelou o segredo para envelhecer com elegância ao escrever:

Envelheça comigo!  
O melhor ainda não aconteceu.  
É a última fase da vida, para a qual a primeira foi criada.<sup>1</sup>

Se eu tivesse lido essa pérola de sabedoria há 30, 20 ou mesmo 10 anos, não teria visto nenhum sentido nela, mas agora que começo a pensar nas novas experiências e nas perspectivas de uma idade mais madura, envelhecer me fascina. E os que se lamentam pela chegada de seus aniversários ou se queixam de algumas rugas, devem ganhar ânimo com os versos seguintes do poema de Browning:

Nossos dias estão em Suas mãos  
Ele diz: “Planejei um todo,  
Do qual a juventude mostra metade”.  
Confie em Deus e não tema!

A fé em Deus e no Seu plano para nossas vidas muda tudo. Quanto mais tempo vivo e mais me empenho para realizar Seu plano, mais segurança sinto de que o melhor ainda está por vir.

Mário Sant’Ana  
Pela *Contato*

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

EDITOR	Mário Sant’Ana
DESIGN	Giselle LeFavre
DIAGRAMAÇÃO	Gabriel Zachy Romeu
PRODUÇÃO	Jessie Richards

© 2009 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.

<sup>1</sup>Robert Browning, “Rabbi Ben Ezra,” 1864

# Recomeçar aos 80

■ RUBY DAVIS

QUANDO SEU MARIDO FALECEU, Brenda tinha quase 80 anos e passou a viver sozinha em uma casa grande em uma cidade de porte médio com um índice de criminalidade nada baixo. Seus dois filhos viviam a uma hora de distância de sua casa, mas a filha, por morar longe, preocupava-se pela mãe e costumava orar por ela.

Meses depois, quando lia os obituários no jornal, Brenda se deparou com o nome de alguém conhecido — Nick, de quem fora amiga e com quem havia trabalhado em uma colônia de férias para crianças. A nota se referia ao falecimento de sua esposa. As lembranças invadiram a mente daquela senhora, que decidiu escrever ao velho amigo um cartão com suas condolências. Ele respondeu manifestando gratidão pelo ato, assim como alegria de receber notícias de Brenda. A troca de correspondência entre os dois continuou até que um dia falaram ao telefone e, pouco depois, ele a visitou.

Haviam-se passado 62 anos desde a última vez em que se viram, quando Nick, na época um jovem soldado de licença, atravessou o país para vê-la. Gostavam um do outro, mas seus caminhos os levaram a direções diferentes e se casaram com outras pessoas. Durante a maior parte de todo esse tempo, moravam relativamente próximos um do outro e até tiveram amigos e interesses em comum, mas, por algum motivo, jamais se encontraram.

O encontro de duas pessoas é também o de dois mundos privados. O mundo privado de ninguém é grande o bastante para uma vida saudável. É preciso estar com alguém. O amor é o que precisamos. Precisamos amar e ser amados. — *A. Powell Davies*

Ambos viram que tinham muito sobre o que conversar e passaram a visitar um ao outro. Quando não estavam juntos, Brenda recebia um cartão de Nick quase diariamente. Essa amizade preencheu os vazios deixados pelas perdas de seus companheiros.

Após mais ou menos um ano de visitas e muitos telefonemas, período em que ambos completaram 80 anos de vida, Brenda vendeu sua casa e eles se casaram.

Por mais improvável que pareça essa história, sei que é verdadeira, porque Brenda é minha mãe e eu sou a filha que orava por ela. Mamãe jamais imaginou que isso lhe aconteceria nesse ponto da vida, mas a Bíblia nos diz que “para Deus todas as coisas são possíveis.”<sup>1</sup> “É um milagre!” — disse-me durante uma visita que lhe fiz. Para mim, esses maravilhosos acontecimentos são respostas diretas às minhas orações e, para mamãe e Nick, um novo começo, aos 80!

RUBY DAVIS É MEMBRO DA FAMÍLIA INTERNACIONAL NO CANADÁ. ✝

<sup>1</sup>Marcos 10:27



# *Ano a ano, Dia a dia*

VIRGINIA BRANDT BERG



A idade madura  
pode ser uma  
aventura  
gloriosa,  
especialmente  
para os que  
têm um  
relacionamento  
pessoal com  
Jesus.

OUTRO DIA, ALGUÉM ME PERGUNTOU: “Por que você revela sua idade com tanta frequência?” Bem, acho que é maravilhoso como Deus cuidou de mim por tantos anos. E volto a dizer: tenho 80 anos [em 1966]!

No seu lugar, eu não temeria a velhice. Algumas pessoas pensam que a idade avançada produz todo tipo de problemas e inconveniências. Claro que existe uma dose de dificuldades, mas a idade madura pode ser uma aventura gloriosa, especialmente para os que têm um relacionamento pessoal com Jesus. Sem Ele, imagino que minha vida seria monótona e cheia de decepções e fracassos, e já conversei com muitas pessoas que têm vidas assim. São assombradas por uma sensação de vazio e futilidade porque não têm fé nem um relacionamento vivo com um Jesus vivo.

Quantas pessoas você conhece, especialmente dentre as de mais idade, que têm semblantes radiantes e cheios de alegria? Vemos nas ruas tantos idosos infelizes e tomados pelo medo, porque não têm fé. Não têm uma âncora para lançarem quando chega uma tempestade. Não têm Jesus para dEle depender. Seus rostos não expressam alegria porque ela falta em seus corações. Mas essas coisas não têm de ser assim. Um dos meus amigos descreveu o semblante de uma senhora que ele conhecia como “uma catedral antiga, toda iluminada para uma noite de adoração”.

A velhice oferece as mesmas oportunidades que a juventude,  
Mas de outro traje as reveste  
E é tal como quando o crepúsculo ao anoitecer,  
O céu se enche de estrelas que o dia não deixa ver!  
—Henry Wadsworth Longfellow (1807–1882)

Conheço outros idosos que falam da maravilhosa vida que têm e essa perspectiva e seus resultados igualmente positivos são invariavelmente fruto de grande fé. São pessoas que dizem: “O Senhor é a minha luz e a minha salvação; a quem temerei? O Senhor é a força da minha vida; de quem me recearei?”<sup>1</sup>, “Não temo a idade! Aconteça o que acontecer, estou nas mãos de Deus” ou “Deus é um Pai amoroso e sei que todas as coisas contribuirão para o meu bem porque O amo.”<sup>2</sup> Que padrão maravilhoso segundo o qual viver!

Muitas pessoas se deixam sobrecarregar com as preocupações da vida, tais como se suas necessidades físicas e materiais serão atendidas no futuro. “Homens de pouca fé” — chamou a atenção Jesus de algumas dessas pessoas quando esteve na Terra — “vosso Pai celestial bem sabe que necessitais de todas elas. Olhai para as aves do céu; não semeiam, não colhem, nem ajuntam em celeiros e, contudo, o vosso Pai celestial as alimenta. Não tendes vós muito mais valor do que elas?”<sup>3</sup> Temos esta garantia: “Deus suprirá todas as nossas necessidades segundo a Sua gloriosa riqueza em Cristo Jesus.”<sup>4</sup> Deus entende as necessidades da velhice tão bem quanto as da juventude e é igualmente capaz de as atender.

A Bíblia nos diz que “Jesus Cristo é o mesmo ontem, hoje, e eternamente.”<sup>5</sup> Ele e Suas promessas não mudam com o passar dos anos. Permanecem tão válidas para nós na nossa velhice quanto o eram na juventude. “Se tu podes crer; tudo é possível ao que crê.”<sup>6</sup> vale tanto para quem tem 80 quanto para os de 18. “Assim, com confiança, usemos dizer: ‘O Senhor é o meu auxílio; não temerei.’”<sup>7</sup>

“[Deus] mesmo disse: ‘Não te deixarei, nem te desampararei.’”<sup>8</sup> Em outras palavras, não nos falhará na nossa velhice. Esse é o Deus que conheço. O Deus que Se provou verdadeiro para mim ano após ano, sob todas as condições e está sempre pronto para me atender nas minhas necessidades. Tenha você a idade que tiver, Deus vela por você sempre e continuamente.

VIRGINIA BRANDT BERG (1886–1968) FOI UMA IMPORTANTE EVANGELISTA DE SUA ÉPOCA E MÃE DE DAVID BRANDT BERG (1919–1994), FUNDADOR DA FAMÍLIA INTERNACIONAL. ✂



## A MELHOR ÉPOCA DA VIDA

DAVID BRANDT BERG

A velhice deveria ser a melhor época da vida! Se você preencheu os seus dias com amor, viveu corretamente e fez o melhor ao seu alcance para agradar Deus, é quando você verá o bom fruto dos seus trabalhos! Isso deveria lhe dar um sentimento de realização permanente e genuína, e a certeza de recompensas eternas.<sup>9</sup>

É muito triste ver que tantas pessoas encaram a velhice como uma época horrível, quando, na verdade, as coisas deveriam ficar cada vez melhores. A velhice só se torna uma desilusão se você vir que está ficando anos e anos mais velho, mas não mais próximo de Deus. É como andar em círculos, um movimento que não produz progresso! Deus, porém, não nos deu o dom da vida com a intenção de que a primeira metade fosse a melhor! O que Ele começa, termina e aperfeiçoa.<sup>10</sup> Então, não tenha medo da velhice nem a resista. Aproveite esse período da vida e transforme-o em algo belo.

<sup>1</sup>Salmo 27:1

<sup>2</sup>Romanos 8:28

<sup>3</sup>Mateus 6:32,26

<sup>4</sup>Filipenses 4:19

<sup>5</sup>Hebreus 13:8

<sup>6</sup>Marcos 9:23

<sup>7</sup>Hebreus 13:6

<sup>8</sup>Hebreus 13:5

<sup>9</sup>Apocalipse 22:12

<sup>10</sup>Salmo 138:8; Filipenses 1:6



# DEUS AO VOLANTE

CHRISTINA ANDREASSEN

AINDA ME LEMBRO DE QUANDO VIAJAVA SOZINHA — segura de mim mesma, confiante e orgulhosa de minha capacidade de manobrar meu carro pela estrada da vida. Eu era a mestre de meu destino. Adorava as horas solitárias na rodovia, vendo o Sol se pôr no horizonte, sentir as rodas se agarrar à estrada, poder ir a qualquer lugar que me desse vontade no momento. A vida era toda minha para desfrutar e eu fazia o melhor que podia para vivê-la plenamente.

Claro, havia os momentos difíceis. Eram trechos solitários e escuros na estrada à noite que pareciam quase me engolir, vezes em que eu tinha de deitar de costas na lama para tentar encontrar algum problema mecânico ou parar um vazamento de óleo, ocasiões em que eu precisava trocar um pneu furado sob o sol ardente ou chuva torrencial, momentos de confusão

e frustração ao tentar sair de becos sem saída. Não, ficar sozinha não era só diversão e brincadeira, mas sempre consegui deixar esses incidentes infelizes para trás e partir novamente à procura de novas aventuras.

Então, um dia, Lhe dei uma carona. Quando perguntei para onde estava indo, respondeu: “Aonde quer que você vá”, e assim encontrei um amigo maravilhoso. Desde então, Você sempre esteve ao meu lado para segurar o mapa e me orientar quando eu me perdia. De alguma forma, Você conhecia todas as rotas. Também ficou ao meu lado durante aqueles longos trechos em que dirigia à noite e segurou minha mão quando tive medo. De alguma maneira, Sua presença sempre iluminou a escuridão.

Você estava ao meu lado para dar um empurrão quando precisava voltar à estrada depois que meu desejo por aventura me levava a algum buraco. De algum jeito, Você compreendeu minha decepção sem jamais falar: “Eu te avisei.” Você até mesmo estava lá para me abraçar e perdoar depois de eu toalmente discutir com Você e Lhe dizer para sair da minha vida. Você continuou me amando e tendo fé em mim. Mas ainda assim insisti em dirigir. “Afim de contas, o carro é *meu*”, eu Lhe lembrava. E embora agradecida pelos Seus conselhos e orientações, a decisão final sempre foi minha. “Afim de contas, a vida é *minha*.”

Quilômetros e mais quilômetros se passaram, e eu ainda teimava em ficar no assento do motorista, ignorando Suas ofertas de assumir o controle, até o dia que em um acidente meu veículo sofreu perda





“Tenho algo muito melhor à frente.”

total. Humilhada, de coração partido e com o carro dos meus sonhos em pedaços, finalmente Lhe dei as chaves. Com um sorriso de alívio, Você arregaçou as mangas e pôs-Se a trabalhar. Num instante, estávamos de volta na estrada, tendo Você por motorista e eu por passageira.

Abrir mão do controle foi muito mais difícil do que eu havia previsto. “Ei!” Eu gritava, lançando-me ao volante. “O que Você está fazendo? Achei que tínhamos concordado em ir *naquela* direção!” Você imediatamente freava e pacientemente esperava até eu parar de tentar reaver o controle e, então, me dizia com toda a ternura de um pai quando explica algo ao filho: “Confie em Mim. Sei o que estou fazendo.” Relutantemente, eu cedia e voltava para o meu lugar, onde ficava me remexendo de um lado para o outro no meu assento até fazermos a próxima curva. De repente, ficava abundantemente claro que Você *sabia* para onde estava me levando, e eu olhava para Você assombrada com a Sua sabedoria e previsão.

Mas era uma lição que logo esquecia e pouco depois repetia a ladainha. Passávamos por alguma diversão e eu lamentava, “Ei! Por que não parou?” Você só virava para mim, sorria e repetia a aula: “Confie em Mim. Tenho algo muito melhor à frente.” E, de fato, *sempre* havia algo muito melhor — que eu nunca imaginaria possível.

Depois de um tempo, habituei-me a tê-IO como motorista. Aprendi a me segurar e morder a língua quando Seus caminhos eram contrários aos meus, e passei a me forçar a esperar pacientemente até a

próxima curva na estrada revelar a surpresa detrás daquele Seu sorriso misterioso. Pneu furado e caminhos errados também se tornaram coisas do passado, e o mesmo aconteceu às minhas frenéticas buscas por felicidade e emoção. Nunca parecia haver um momento monótono sequer, com Você ao volante.

Não estou dizendo que não havia decepções momentâneas, como quando Você tomava estradas desertas e empoeiradas, e, por quilômetros a fio, éramos só nós dois. Mas essas rotas solitárias levaram a algumas das visões mais exuberantes, panoramas cheios de belezas escondidas e misteriosas que Você tinha reservado só para nós. Houve também momentos em que Você escolheu rotas que conduziram por lugares que eu sempre evitava — vales e cânions escuros aos quais o sol não chegava. “*Por que aqui?*” — eu protestava em silêncio. E Você sempre percebia e perguntava: “Alguna vez Eu lhe falhei?” Enquanto eu forçava minha alma a se acalmar e confiar, encontrava forças e coragem que nunca soube possuir.

Desde o dia em que Você assumiu o volante, vivenciei alturas emocionantes e vales de beleza única, a emoção da aventura, felicidade incrível e amor sem limites. Você tinha razão quando disse que eu nunca me arrependeria por ter passado a vida com Você ao volante.

CHRISTINA ANDREASSEN É MEMBRO EM TEMPO INTEGRAL DA FAMÍLIA INTERNACIONAL NO ORIENTE MÉDIO. ✨



# SUA VEZ DE AMAR

VOCÊ TEM pais, avós, ou alguém que lhe seja próximo que esteja sofrendo com as dificuldades persistentes que chegam naturalmente na velhice? Estas são cinco formas para você retornar o amor e apoio que recebeu deles:

## UM AMOR MAIOR

Jesus disse: "Ninguém tem maior amor do que este, de dar alguém a própria vida pelos seus amigos."<sup>1</sup>

Ter esse maior amor significa tomar a iniciativa e estender a mão a alguém; sentir o que a outra pessoa sente; enxugar as lágrimas de alguém que chora; levar suas cargas; partilhar de suas aflições; ajudar os que estão doentes e cuidar deles até melhorarem; escutar com atenção e carinho os que precisam desabafar; ser um amigo compreensivo e que se importa para quem precisa de um amigo; orar pelos que estão em necessidade; deixar que as mágoas deles sejam as suas; fazer das esperanças e sonhos deles os seus.

## 1. Seja empático.

Coloque-se no lugar deles. Talvez ache que tem problemas, mas se parar para pensar como seria ter a idade deles, provavelmente valorizará muito mais as dificuldades que os idosos enfrentam.

Muitas pessoas mais velhas não têm mais a capacidade física de fazer algumas coisas que sempre fizeram, o que pode ser desanimador e produzir baixa autoestima. Alguns perderam a visão ou a audição, ou não conseguem ao menos comer ou caminhar sozinhos, pelo que se sentem envergonhados, humilhados e roubados de sua dignidade. Há também os que sofrem dores e desconfortos contínuos. Por terem o sistema imunológico enfraquecido, os menores males podem se transformar em problemas graves. Porque seus ossos estão mais frágeis e seus órgãos mais delicados, quando sofrem uma fratura ou algum outro tipo de dano, o processo de cura é mais demorado.

Conforme as circunstâncias, é possível que se preocupem com o que lhes acontecerá se sua condição piorar e não tiverem ninguém que cuide deles, e temem se tornar um fardo para os outros.


A compreensão tem um grande efeito para atenuar as dificuldades e aliviar os temores.

## 2. Demonstre interesse.

Alguns idosos podem não ser tão fortes ou espertos quanto costumavam ser, mas os aspectos intangíveis mais importantes, ou seja, as qualidades individuais que torna cada pessoa única, não diminuirão. Na verdade, muitas vezes é na velhice que o amor, a consideração pelos outros, a lealdade, o bom humor, o otimismo e a sabedoria atingem sua plenitude.

Isso torna muitos idosos as pessoas mais fascinantes do mundo. O mesmo efeito tem o fato de terem vivido uma época que os mais jovens jamais conhecerão em primeira mão. Desenterrar os tesouros latentes dos anciãos é uma tarefa que requer tempo, mas quem o fizer pode contar com descobertas maravilhosas que poderão surpreender inclusive os próprios idosos.





**Saber que você  
é amado lhe dá  
esperança, fé e uma  
perspectiva mais  
positiva!**

—*David Brandt Berg*

### **3. Demonstre amor e valorize-os.**

Às vezes, simplesmente saber que somos amados pode fazer toda a diferença na maneira como vemos nossas atuais circunstâncias e lidamos com elas. Quando os idosos entendem que seus esforços passados são valorizados, têm mais facilidade para entender os contextos de suas vidas e combater os sentimentos de remorso por erros e fracassos reais e imaginários.

Algumas das palavras mais tristes que é comum serem ditas em funerais são: “Espero que ele soubesse quanto era importante para mim”, ou “Gostaria de lhe haver dito mais vezes quanto a amava.” Mostre que os ama e os valoriza enquanto há tempo.

### **4. Ajude-os a permanecer ativos.**

Numerosos estudos indicam que a atividade física retarda o processo de envelhecimento e melhora a qualidade de vida. A vida sedentária, por outro lado, aumenta os riscos de doenças típicas da velhice e antecipa a morte. Até mesmo caminhar por pouco tempo ao ar livre é benéfico. (As recomendações variam, mas é sensato começar aos poucos e aumentar a duração e frequência do exercício para pelo menos 20 minutos diários, cinco dias por semana.)

Alguns estudos demonstraram que, da mesma maneira que o exercício físico fortalece e protege o corpo, o estímulo intelectual pode melhorar o desempenho mental e prevenir a perda da memória.

Quando questionados sobre o motivo de não serem mais ativos física e intelectualmente, muitos idosos afirmam não terem ninguém com quem se exercitarem

ou com quem realizar atividades mentalmente estimulantes. Ajude-os a permanecer ativos e estará investindo, ao mesmo tempo, no seu próprio futuro.

### **5. Ore por eles.**

Dizem que orar por alguém não é o mínimo que se pode fazer por essa pessoa, mas o máximo. A oração faz com que o coração e a mão de Deus reajam aos nossos pedidos e realizem coisas além da nossa capacidade. “As coisas que são impossíveis aos homens são possíveis a Deus.”<sup>2</sup>

A oração abre um canal de comunicação bidirecional entre nós e Deus e tem função dupla. Quando pedimos que Deus nos ouça, Ele tem mais facilidade de Se fazer ouvir por nós. Algumas das reações mais rápidas às nossas orações ocorrem quando Ele consegue nos envolver no processo de solução.

O simples fato de você orar pelos outros mostra seu interesse pela felicidade e bem-estar deles, o que o põe em uma posição melhor para entender Seu plano amoroso para suas vidas e como você pode ajudar a realizá-lo. Quando você pede a Deus que alguém não se sinta solitário, por exemplo, é possível que Deus lhe dê algumas idéias de alternativas para aliviar essa solidão, tais como você fazer uma visita a essa pessoa, convidá-la para um passeio à tarde, fazer um telefonema para ela, ou lhe enviar um email ou um cartão. ✝

---

<sup>1</sup>João 15:13

<sup>2</sup>Lucas 18:27



# ELA VAI COM GRAÇA

HANNAH AVELLINO

Minha mãe não temia a morte e estava muito grata pela vida plena que tivera.

APÓS A MORTE DE minha mãe, enquanto examinava seus pertences pessoais, encontrei um marcador de livros que, desde então, tem tido grande significado para mim. Nele se vê a imagem de uma nativa americana usando um vestido longo, com montanhas ao fundo e a Lua pairando no céu. Os olhos da mulher estão fechados e, sob a ilustração lemos a inscrição: “Ela vai com graça.”

Já ouvira falar ou lera a respeito de como Deus dá às pessoas “graça para morrer” quando estão para deixar essa vida, ou um dom similar àqueles que perdem entes queridos. Foi o que aconteceu quando minha mãe nos deixou, pois a graça do Senhor foi mais que suficiente. Em resposta às minhas orações, Ele até adicionou Seus toques de amor especiais a uma experiência que, normalmente, seria muito difícil.



## Inclinei-me para me posicionar na direção em que olhava, mas era como se ela estivesse enxergando através de mim.

A situação me fez lembrar da resposta que o evangelista Dwight L. Moody deu às duas mulheres que lhe perguntaram se tinha graça para morrer: “Não, pois ainda não estou morrendo.” Deus dá essa graça especial no momento necessário, não antes.

Minha mãe e minha avó eram quakers e eu fui criada segundo os preceitos dessa denominação protestante. Minha mãe orientou-se por esses valores toda a vida e seu exemplo de abnegação foi uma das principais influências que, na minha juventude, levaram-me a dedicar-me em tempo integral ao serviço cristão, uma decisão da qual jamais me arrependi.

Ela deveria fazer uma cirurgia para substituir uma articulação e eu havia planejado viajar para estar com ela nesse momento e ajudá-la durante a recuperação. Entretanto, três semanas antes da data marcada para a viagem, minha irmã me ligou para avisar que mamãe fora hospitalizada e que ela tinha certeza que não se recuperaria. Peguei o primeiro vó disponível e em doze horas estava ao lado de minha mãe.

No hospital, minha irmã, meu irmão e eu nos reunimos em volta do seu leito e ficamos com ela em suas últimas horas, lembrando sobre nossa vida feliz em família e falando de quanto ela significava para nós. Apesar de fortemente sedada, ela ainda estava muito presente conosco em espírito. Foi uma experiência preciosa e unificadora para os três irmãos que até hoje fortalece nossos laços.

Minha mãe não temia a morte e estava muito grata pela vida plena que tivera.

Houve um momento em que sussurrei para ela quão importante para mim era o amor incondicional e o apoio moral que ela sempre me deu, apesar de eu ter escolhido uma vocação que fez com que ela não me visse, os meus dois filhos e, mais recentemente, seus três bisnetos com muita frequência, já que estes também estavam crescendo em campos missionários estrangeiros. Depois que lhe agradei, perguntei se ela continuaria a me ajudar desde “o outro lado”, ao que ela respondeu com um aceno positivo da cabeça.

Poucos minutos antes de deixar esta vida, abriu os olhos e ficou olhando através do quarto, em direção ao teto. Eu estava sentada ao lado de sua cama, segurando sua mão, mas ela não me via.

Inclinei-me para me posicionar na direção em que olhava, mas era como se ela estivesse enxergando através de mim. Foi então que percebi que ela estava vendo alguém ou algo invisível que nós, os outros ali no quarto, não víamos. Perguntei-lhe quem ou o que era, mas nada respondeu. Em vez disso, fechou os olhos, seu rosto foi tomado por uma expressão de paz e ela partiu.

Sinto saudades, é claro, mas sou muito grata que ela tenha nos deixado tão cheia de paz e sem sofrer. O Senhor me concedeu a graça de me despedir de uma das pessoas mais importantes da minha vida, de quem ficarei separada até nos reunirmos, dessa vez para sempre.

HANNAH AVELLINO É MEMBRO DA FAMÍLIA INTERNACIONAL NA ROMÊNIA. ✝

Para um cristão, a morte, na verdade, não existe. Jesus disse, “Eu sou a ressurreição e a vida. Quem crê em Mim, ainda que esteja morto, viverá; e todo aquele que vive e crê em Mim, nunca morrerá”.<sup>1</sup>

Se ainda não recebeu Jesus e Sua dádiva da vida eterna, pode fazê-lo agora mesmo, por meio desta simples oração:

*Jesus, por favor, perdoe-me por todos os meus pecados. Acredito que Você deu a vida por mim. Abro a porta do meu coração e peço-Lhe que, por favor, entre e me dê a vida eterna. Amém.*

<sup>1</sup>João 11:25–26



## SORRIR PARA UMA ÁRVORE

JOYCE SUTTIN

AOS 80 ANOS e na sexta fase do mal de Alzheimer, Eloise permanece sentada em seu quarto na casa de repouso. Lembra-se do próprio nome, mas, na maior parte do tempo, não reconhece a neta. É dócil e gentil com todas as enfermeiras e tem um efeito especial nelas, embora geralmente pense que são pessoas estranhas que aparecem em seu quarto todas as manhãs. É fácil elas serem pacientes com Eloise, em comparação à maneira que se sentem em relação aos outros pacientes com a mesma doença, às vezes teimosos e mal-humorados. Apesar da perda da memória, de muitos dos seus bens e de passar a maior parte do tempo sozinha, é feliz porque, ao olhar para fora pela janela, vê uma árvore.

Até alguns anos atrás, Eloise era uma pintora talentosa. Seu forte era paisagens e uma de suas especialidades era pintar árvores. Dona de uma extraordinária habilidade em tempos passados, hoje traça com os creions que recebe linhas que lembram o trabalho de uma criança de dois anos, os quais possivelmente representam troncos e galhos de árvore.

Compartilho de seu gosto pelas árvores. Por ter sido criada em uma fazenda no interior do estado de Nova York, passei muito tempo subindo em árvores e caminhando entre elas, admirando o talento artístico de Deus. No pasto que fica do outro lado da rua, em frente à nossa casa, havia uma árvore especialmente majestosa. Um dia meu pai me mostrou que ela tinha a simetria perfeita por causa do sistema de raízes sob a superfície da terra. Se houvesse um impedimento no desenvolvimento das raízes, haveria a reflexão na imagem visível da parte da árvore que ficava acima da superfície. A árvore estava bonita porque suas raízes estavam bem.

Não foram poucas as vezes em que meditei sobre as árvores e como se assemelham às nossas vidas. Passamos por ciclos muito parecidos às estações — temos começos como os brotos verde-pastel na primavera; ocasiões florescentes, como as árvores luxuriantes e deslumbrantes no verão; momentos de resplendor, como elas, no outono, se revestem de cores extravagantes; e tempos secos, como a beleza nua de galhos aparentemente mortos cobertos pela neve cintilante do inverno, que com o tempo cedem para a primavera e para o recomeço da vida.

Também precisamos de um sistema invisível de raízes na esfera espiritual. Nossa conexão com Deus é o que nos alimenta e nos ajuda a dar fruto em nossas vidas. Ele nos nutre enquanto estamos verdes, em crescimento e produtivos, ajuda-nos a aceitar a perda de nossas folhas no outono e nos mantém vivos por dentro durante os invernos aparentemente infinitos, para produzirmos o milagre de novos brotos com a volta da primavera. Quando nossos espíritos estão firmemente arraigados em Deus, somos sustentados por Ele e nutridos pela Sua Palavra, as evidências aparecem nos ramos de nossas vidas.

Posso entender por que Eloise parece contente por ficar ali sentada sorrindo para sua árvore, à espera da sua primavera eterna: o Céu. Teve uma vida plena, rica, amorosa e frutífera, perto de Deus e firmemente conectada a Ele por meio de seu relacionamento pessoal com Jesus. À medida que suas memórias enfraquecem e a capacidade de comunicação falha, as raízes profundas do seu amor e fé a sustentam.

JOYCE SUTTIN É MEMBRO DA FAMÍLIA  
INTERNACIONAL NOS EUA. ✨



# RESPOSTAS ÀS SUAS PERGUNTAS

**{ A MEIA-IDADE  
CHEGOU. SERÁ QUE  
AGORA AS COISAS  
SÓ VÃO PIORAR? }**

**P:** Eu pensava que depois que meus filhos tivessem crescido eu finalmente teria tempo para fazer algumas coisas que sempre desejei. Entretanto, vejo que no fim do dia me sinto cansado e o mesmo acontece quando chegam os fins de semana. Será que daqui em diante as coisas só pioram?

**R:** A MEIA-IDADE EXIGE alguns ajustes, mas a resposta é não, as coisas não só pioram.

O declínio do vigor físico é natural e parte do plano de Deus, que usa esse e outros desafios típicos da meia-idade para nos levar a fazer uma avaliação de nossas vidas e nossas prioridades. Ele espera, obviamente, que O busquemos nesse processo para que possa ser o socorro bem presente que deseja ser.<sup>1</sup>

Como nas demais fases da vida, o Senhor quer equipá-lo para enfrentar esses novos desafios. Ele promete que “a tua força será como os teus dias”.<sup>2</sup> A

força que Ele nos dá na meia-idade é a maturidade adquirida pela experiência. Ele quer que você desenvolva ainda mais a força de espírito e de caráter, envolvendo-O mais nos seus pensamentos e atividades diárias. No que diz respeito a metas e prioridades, Deus o ajudará a resolver essas questões também. Se apenas buscar Sua orientação, a receberá.<sup>3</sup> Ele pode, inclusive, ajudá-lo a encontrar maneiras de realizar coisas que você sempre desejou fazer e lhe dar a força necessária para isso.

Se não tiver o hábito de levar Seus problemas para Ele em oração e receber Suas soluções

## O Senhor quer equipá-lo para enfrentar esses novos desafios.

e força, poderá se sentir sem saber por onde começar, mas, na verdade, é algo bem simples: diga-Lhe que está abrindo espaço para Sua presença e Ele o encontrará aí.<sup>4</sup> Fale com Ele, como se fosse a um amigo. Então, como um músculo, esse relacionamento se fortalecerá com o uso.

Dessa forma, a meia-idade pode ser a fase mais feliz que você já viveu! ✨



Uma das promessas fundamentais que se torna um maravilhoso ponto de referência na meia-idade pode ser encontrada em Romanos 8:28: “Todas as coisas concorrem para o bem daqueles que amam a Deus.” Se você O ama e sabe o quanto Ele ama você, pode estar seguro de que o Senhor procura fazer o que é o melhor para você e quer usar até mesmo os desafios que chegam com a meia-idade para ajudá-lo a mudar para melhor. Assim, poderá ver essa fase da vida com os olhos da fé, sem olhar para as dificuldades, mas para as novas possibilidades que você sabe que Ele criou para você. — *Maria Fontaine*

<sup>1</sup>Salmo 46:1

<sup>2</sup>Deuteronômio 33:25

<sup>3</sup>Provérbios 3:5-6; Tiago 1:5

<sup>4</sup>Tiago 4:8



## *Nascer do sol, Pôr-do-sol*

DAVID BRANDT BERG

O CÉU ESTÁ LINDO ESTA TARDE, como se uma catedral nos céus, brilhasse com luz. É quase como um vislumbre do Céu! O sol já se foi, engolido pelas trevas, mas, sem dúvida vai nascer de novo. Às vezes, a aurora é mais bonita que o pôr-do-sol.

A luz lentamente desvanece na escuridão, mas então vem a alvorada. “O Sol da Justiça” — Jesus — “nascerá”<sup>1</sup> para endireitar tudo. Antes de vê-lo surgir no horizonte, posso ver o seu efeito na maneira como tudo fica iluminado — exatamente como a luz da Palavra de Deus expulsa as trevas.

Eu me pergunto por que será que os velhos dormem tão pouco e acordam tão cedo? Acho que estamos começando a valorizar o tempo e não queremos desperdiçar nem um instante. Talvez Jesus queira que passemos mais tempo a sós com Ele, sem as distrações do dia, pensando nas nossas vidas, realinhando nossas prioridades, discernindo as coisas que são importantes das demais, avaliando nossas realizações, pensando se estamos ou não usando nosso tempo com sabedoria e orando sobre como poderíamos melhorar em nossas vidas. É mais fácil ouvir Sua voz quando estamos sozinhos, especialmente de manhã cedinho.

É maravilhoso quando o ocaso da vida pode ser tão lindo quanto os pores-do-sol da criação de Deus, quando passamos para a próxima vida com a quietude e graça de um final de dia. No Céu, não haverá mais pores-do-sol, só amanheceres! ✝

## EM BUSCA DA AURORA

Não procuro o pôr-do-sol,  
Nos anos que passam apressados;  
Ando em busca da aurora,  
Com lindo brilho e tons dourados  
Onde a luz da glória do Céu  
Irrromperá diante de mim  
Na terra sem pores-do-sol  
Nem as trevas da noite por fim

Não escolhi para mim a estrada  
Que para o ocaso conduz,  
Aonde as sombras se aprofundam,  
Naquele monte onde termina a luz.  
Estou subindo a colina,  
Onde o sol brilha nos filhos Seus  
Para a glória da aurora  
Do eterno dia de Deus.

Sigo, portanto, morro acima,  
Aonde as sombras não chegam jamais  
Onde o dia nunca termina  
E assim, com Ele, viajo em paz.  
Com os olhos voltados para os cumes,  
Esperando o Sol despontar,  
Aguardando o Seu convite  
Para além do céu, para meu lar.

—Albert Simpson Reitz

<sup>1</sup>Malaquias 4:2



# Idade: um estado de espírito

Envelhecer é simplesmente um mau hábito que as pessoas atarefadas não têm tempo de cultivar.

— *André Maurois*

Se não for possível evitar rugas na testa, não as permita no seu coração. O espírito não deve envelhecer. — *James Garfield*

O endurecimento do coração faz envelhecer mais rapidamente que o enrijecimento das artérias.

— *Franklin Field*

O coração que ama é sempre jovem. — *Johann Wolfgang von Goethe*

Envelhecer não é tão mal assim, se você considerar a alternativa.

— *W.C. Fields*

Ninguém envelhece simplesmente por viver muitos anos. As pessoas envelhecem por abandonarem seus ideais. Os anos podem enrugam a pele, mas perder o interesse pela vida faz enrugam a alma. As preocupações, as dúvidas, a

falta de autoconfiança, o temor e o desespero são os longos anos que fazem curvar a cabeça e fazem com que o espírito pujante volte ao pó. Você é tão jovem quanto a sua fé e tão velho quanto a sua dúvida; tão jovem quanto a sua autoconfiança e tão velho quanto o seu temor; tão jovem quanto a sua esperança e tão velho quanto o seu desespero. — *Samuel Ullman*

O que importa não é somar anos à vida, mas vida aos anos. —

*Alexis Carrel*

A idade do homem é algo impressionante. É um resumo de sua vida: a maturidade é alcançada lentamente e sobre muitos obstáculos, doenças curadas, perdas, esperanças superadas e riscos assumidos inconscientemente; a maturidade formada por tantos desejos, esperanças, remorsos, coisas esquecidas, amores. A idade do homem representa uma carga preciosa de experiências e memórias. — *Antoine de Saint-Exupéry*

## UMA ORAÇÃO PARA ENVELHECER COM GRAÇA

Jesus, Você prometeu: "A Minha graça te basta, pois o Meu poder se aperfeiçoa na fraqueza."<sup>2</sup> Por favor, ajude-me a permanecer jovem em espírito, mesmo que meu corpo envelheça. Ajude-me a lembrar de Lhe agradecer pelos tempos em que gozei de boa saúde e conceda-me a graça de aceitar com alegria as dificuldades e decepções que a idade traz. Amém

## LEITURA QUE ALIMENTA Idades e Fases da Vida

***Cada idade tem sua beleza especial.***

Provérbios 16:31

Provérbios 20:29

***Não deveríamos nos entristecer pelo fim de nossa juventude.***

Eclesiastes 11:10

***Deus promete nos ajudar na nossa velhice.***

Isaías 46:4

Salmo 91:14,16

Salmo 103:5

***O passar dos anos nos traz sabedoria.***

Jó 12:12

Jó 32:7

Salmo 71:17

***Deus pode nos usar, independentemente da nossa idade.***

Salmo 92:13-14

Atos 2:17

***A duração de nossa vida está nas mãos de Deus.***

Salmo 31:15a

Salmo 48:14

***Como obter a bênção da longevidade.***

Deuteronômio 5:33

Deuteronômio 30:20

Salmo 34:12-14

Provérbios 10:27

<sup>2</sup> 2 Coríntios 12:9

COM AMOR, JESUS

---

# tecendo uma vida

Cada acontecimento na vida, cada pensamento e decisão, cada pequena dose de amor e cada contato com outra pessoa são como fios de um tapete. Dia após dia, fios escuros e brilhantes ganham parte na obra e, apesar de muitas vezes parecer faltar lógica e harmonia na trama, no final, dão forma a uma imagem.

Estou olhando para o tapete de sua vida agora. Como é lindo! Todas as coisas boas — a felicidade, o senso de realização, o amor que você deu e recebeu, e as vidas que melhoraram por sua causa são os fios brilhantes. Os escuros são as dificuldades e decepções, as provações e

as lágrimas. Esses fios também são necessários, pois realçam os demais e colaboram para dar ao tapete um tom vibrante e rico.

Ninguém jamais teceu um tapete como o seu, nem poderia. A sua vida é sem par.

