

MUDE SUA VIDA. MUDE O MUNDO.

contato

VOCÊ AINDA MELHOR

O segredo para uma mudança positiva

5 Coisas que Amo em Jesus

"Extras" que O tornam extra especial

Mais como o Mestre

Qualidades a cultivar





CONTATO PESSOAL

“Eu tinha 21 anos quando li a Bíblia pela primeira vez. Alguém havia sugerido que eu começasse pelo Evangelho segundo João, mas como eu quase nada sabia da Bíblia, não entendia que os Evangelhos eram quatro relatos separados da vida e obra de Jesus. Por isso, iniciei a leitura do Novo Testamento a partir

do ponto que me pareceu o mais lógico, o início, o Evangelho segundo Mateus.

Quando cheguei ao que João escrevera, já estava fascinado com Jesus. Ele tinha a resposta perfeita para toda pergunta e sabia exatamente o que fazer. Mas o mais importante para mim foi que Ele parecia me entender e saber perfeitamente do que eu precisava. Suas palavras eram poderosas e vivas. Ele estava vivo! O que dissera fazia dois mil anos continuava atual e me tocou de uma forma até então inédita para mim. Quando li João 15:15 — ‘Tenho-vos chamado amigos, pois tudo o que ouvi de Meu Pai vos tenho dado a conhecer’ — tive a sensação de que Ele estava falando diretamente comigo. Jesus me chamou de Seu amigo! Fiquei tão emocionado que não consegui ficar sentado. O que eu queria era contar aquilo para todo o mundo.

Eu havia orado para recebê-lo como Salvador fazia alguns meses, mas nada havia mudado muito até que comecei a ler Suas palavras com um coração sincero e receptivo. Elas eram poderosas, vivas e, o melhor de tudo, pessoais. E isso ainda ficou melhor, quando, tempos depois, descobri que Jesus ainda fala direta e pessoalmente com Seus seguidores hoje, tão maravilhosamente quanto foi quando ensinou aos Seus primeiros discípulos.”

O depoimento que você acabou de ler foi escrito por Keith Phillips, editor da versão em inglês da revista *Contato* e me pareceu uma introdução irretocável para esta revista que, espero, ajude-o, caro leitor ou leitora, a estabelecer ou fortalecer uma conexão e uma relação pessoal com Jesus.

Mário Sant'Ana
Pela *Contato*

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

Para adquirir nossos produtos, obter mais informações, ou se tornar um assinante da Revista *Contato*, visite nossos sites, escreva-nos ou ligue gratuitamente para nossa central de atendimento.

Assinaturas, informações e produtos:

www.contato.org ou

www.lojacontato.com.br

E-mail: 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	Yoko Matsuoka
DIAGRAMAÇÃO	Angela Hernandez
PRODUÇÃO	Jessie Richards

© 2010 Aurora Production AG.

www.auroraproduction.com

Todos os direitos reservados. Impresso no Brasil.

Tradução: Mário Sant'Ana e Tiago Sant'Ana

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.

cinco

Coisas Que Amo Em Jesus

JOE JOHNSTON

IMPREVISIBILIDADE: Jesus tem um plano intrincado para o Universo inteiro, mas adoro como Ele parece ser perfeitamente imprevisível com relação às coisas que não têm tanta influência nesse plano. Coisas como a textura irregular da casca das árvores, ou o lugar de onde ramificará o próximo galho. Ou isso, ou não é nada imprevisível e aquele galho precisará estar bem ali para o perfeito funcionamento do Universo. Se for o caso, então adoro como Ele faz com que pareça imprevisível para mim.

Complexidade: É o outro lado da imprevisibilidade. Adoro como Ele faz os imprevistos acontecerem, mas como tudo parece se harmonizar e, no fim, fazer todo o sentido. E aí vejo que o que aconteceu não foi produto da desorganização, mas a obra de um gênio.

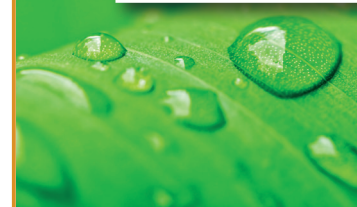
Cor: Ele parece quase que fascinado com as cores, mas não sai por aí salpicando fluorescentes psicodélicos por tudo que é lado. Há sempre suficiente bege e cinza, para quando uma cor mais brilhante surge, me encantar.

Paixão: Ele tem um jeito de colocar paixão em tudo que faz. Se eu fosse criar um inseto, por exemplo, pegaria uma cabeça, algumas pernas e, talvez, um ferrão ou algo do gênero. Mas Ele foi além: “Ah, aqui Eu poderia colocar uma antena com trilhões de pelos minúsculos que podem fazer o papel de sensores, asas retráteis de forma que se ocultem no corpo do inseto quando não estiverem em uso, olhos compostos, um trocanter aqui, um mesotórax ali e um gânglio subesofágico.” É de pirar!

Quando eu “crio” uma nuvem, pego um pedaço de papel, traço uma linha reta, sobre a qual faço três corcundas e pronto. Quando Ele cria uma nuvem, começa com um pano de fundo atmosférico absurdamente complexo, para em seguida socar milhões de cristais de gelo microscópicos juntos, todos com seis lados perfeitamente simétricos, mas, ao mesmo tempo, cada um com uma forma única. Na sequência, envia luz para fazer a renderização 3D total e correntes de ar para fazer a nuvem dançar. Parece que Ele não consegue Se envolver em um projeto sem dar o melhor de Si.

Desvelo: É incrível o interesse que Jesus tem por tudo! Tudo é importante para Ele! Cada coisinha, por mais microscópico que seja. Imagine a importância que Ele dá a você e a mim, como é detalhista, atencioso ao planejar tudo que constitui cada uma dos 6,8 bilhões de pessoas que hoje vivem, além dos bilhões que já viveram e que ainda vão nascer. Só de pensar, fico cansado. Tenho muita sorte de tê-LO na minha vida!

JOE JOHNSTON É MEMBRO DA FAMÍLIA INTERNACIONAL NO MÉXICO. ■





mais como o mestre

PETER AMSTERDAM


Conta uma fábula persa que numa vila
Alguém achou um pouco de argila.
E tão agradável era a sua fragrância
Que se espalhava por larga distância.
“O que és?” — perguntou de imediato o viajante,
“Alguma joia preciosa de uma terra distante?
Ou nardo desse jeito disfarçado,
Ou outra mercadoria de preço elevado?”
“Não. Sou apenas um torrão de barro.”
“Então donde vem aroma tão caro?”
“Amigo, o segredo vou te dizer:
É que junto da rosa, escolhi viver.”
— Autor anônimo

OS CRISTÃOS DEVEM PROCURAR SER COMO JESUS — VIVER COMO ELE VIVERIA, FALAR COMO ELE FALARIA E ATÉ PENSAR COMO ELE PENSARIA. Mas como fazer isso? Como podemos nos tornar mais como Ele? Como a fábula persa ensina, o segredo é viver perto dEle.¹

Muitos temos nossos momentos com Jesus, mas quanto tempo de *qualidade* passamos com Ele? Tempo de qualidade é quando deixamos de lado as ocupações do dia para Lhe dar toda a atenção, comungar com Jesus, desfrutá-LO e conhecê-LO melhor, para assim sermos mais como Ele. Se não fizermos isso, por melhores que sejam as nossas qualidades, por mais que sejamos dinâmicos, dedicados, bondosos ou virtuosos, não O refletiremos nem o Seu amor pelos outros como deveríamos.

O dicionário define “comunhão” como “um sentimento de proximidade emocional ou espiritual; uma conexão”. Por isso, comungar com

1. 2 Coríntios 3:18
2. João 15:4
3. Gálatas 5:22–23
4. Romanos 10:17



Jesus significa estabelecer uma conexão emocional e espiritual com Ele. O louvor, a oração e a leitura da Palavra de Deus são maneiras de criar e manter essa conexão. É o sangue das nossas vidas espirituais.

Tempo de Qualidade

A tendência de muitos é acelerar o ritmo quando a carga de trabalho aumenta e isso faz crescer o estresse. Tirar uma folga para relaxar pode ajudar a aliviar a pressão, mas o tempo que passamos sozinhos ou na companhia de amigos e familiares não pode nos dar o que Jesus oferece.

Os *hobbies* podem ser relaxantes e divertidos, mas se não tomarmos cuidado, podem agravar o problema, ao nos desviar das coisas que são essenciais, inclusive o que há de *mais* indispensável: passar tempo com Jesus. Um erro muito comum é preencher cada momento livre com mais “ocupação”, quando o Senhor quer passar tempo conosco.

A maneira mais garantida — na verdade, a *única* — para se renovar de forma completa e duradora é passar tempo com Jesus. Precisamos do Seu amor, força e sabedoria, que só poderemos obter dEle.

Mas alocar um tempo na sua agenda diária não é garantia de que você vai se aproximar do Senhor. O que conta é o que você faz nesse tempo. Deve ficar quieto,

pôr de lado os pensamentos com as atividades do dia e deixar o Senhor enchê-lo com pensamentos positivos, animadores e fortalecedores da fé, da Sua Palavra escrita e da Sua palavra viva.

Jesus disse que para se ter uma vida frutífera é preciso permanecer nEle. “Permanecei em Mim, e Eu permanecerei em vós.”² Isso significa permanecer conectado a Ele, o que se faz lendo Sua palavra, orando e escutando o que Ele tem a dizer.

É fácil permitir que a oração se torne uma formalidade, mas uma maneira de evitar isso é pensar em Jesus como um amigo, conselheiro ou como o amante que Ele quer ser para você. Como alguém disse, “Quanto mais uma pessoa ama Jesus, mais prazer tem de ficar a sós com Ele. Os amantes adoram ficar sozinhos, um com o outro.”

Mas Ele não o obrigará. Ele espera para ver quão disposto você está a deixar as outras distrações para colocá-lo em primeiro lugar. Se você Lhe der o primeiro lugar, verá e sentirá Seu poder em sua vida além do que já imaginou.

A natureza de Jesus

“O fruto do Espírito é: amor, gozo, paz, longanimidade, benignidade, bondade, fidelidade, mansidão, domínio próprio.”³

Essas são as virtudes que definem Jesus e se lermos Sua Palavra

e passarmos tempo com Ele em oração regularmente, adquiriremos alguns dos Seus atributos. Como podemos esperar mudar para melhor? Vejamos a lista.

Amor: Deus é amor. Jesus é a personificação do amor de Deus. Como seguidores de Jesus, precisamos também manifestar o amor de todas as formas que pudermos.

Gozo: A verdadeira felicidade vem de viver perto de Deus, da maneira que Ele quer que vivamos.

Paz: A palavra original no Antigo Testamento traduzida para “paz” tem, na verdade, um significado mais amplo. Quer dizer plenitude, saúde integral e bem-estar geral. No Novo Testamento, paz se refere à tranquilidade interior, uma combinação de esperança, confiança e sossego mental e espiritual. A paz é produzida pela fé, a qual, por sua vez nasce e cresce com a leitura da Palavra de Deus.⁴

Longanimidade: Em algumas versões da Bíblia, a palavra usada aqui é “paciência”, ou seja, a habilidade de perseverar, com calma, diante das dificuldades. Muitas vezes, precisamos ter paciência com as pessoas ou com as circunstâncias, e fazer isso em um espírito de amor.

Benignidade: Ser gentil é ter uma natureza terna e bondosa, uma

atitude graciosa e honrável, ter consideração e um espírito de equidade e compaixão. Jesus parece reunir essas qualidades, não acha?

Bondade: Meu dicionário bíblico ensina que a bondade consiste de justiça, santidade, ternura, graça, misericórdia e amor. Outras definições incluem um caráter íntegro, virtuoso e uma natureza gentil. Mais uma vez, essas qualidades certamente caracterizam Jesus. Por isso, se Seu Espírito permanecer em nós, também serão as nossas características.

Fé ou fidelidade: Um dos significados de fidelidade é fé inabalável. Outro é ser consciencioso, ter senso de responsabilidade e devoção ao dever.

Mansidão: Gosto particularmente da definição que qualifica mansidão como “uma atitude de humildade para com Deus e gentileza para com os homens, que nasce do reconhecimento que Deus está no controle.”

Temperança ou domínio próprio: É a habilidade de controlar o próprio comportamento, especialmente no que diz respeito a reações e impulsos.

Jesus quer nos transmitir essas qualidades, para que passem a ser parte da nossa essência. Então elas serão visíveis nas nossas vidas, não apenas para o nosso bem, pois melhorará nossa natureza e nossa personalidade, mas também para o benefício dos outros aos quais Ele quer abençoar e alcançar por meio do nosso exemplo. ■



ORAÇÃO PELO DIA

Querido Senhor, não permita que enchamos nossas vidas de tantas coisas boas que não tenhamos tempo para as melhores. Ajude-nos a não ficar tão pressionados que venhamos a protelar a nossa comunhão com Você. Ajude-nos a nos banharmos no Seu sol espiritual, a repousar nos Seus braços, absorver a Sua Palavra e inalar o Seu Espírito. Ajude-nos a buscá-LO acima de tudo, mais do que todas as outras coisas que desfrutamos. Ajude-nos a nos lembrarmos que, como ensinou, sem Você, nada podemos fazer.¹ Que não tenhamos nossas prioridades mal ordenadas, mas coloquemos Você, o Seu amor e os valores divinos no devido lugar: o primeiro!

1. João 15:5

Jesus e Eu

DEUS AMOU O MUNDO DE TAL MANEIRA QUE DEU O SEU FILHO UNIGÊNITO, PARA QUE TODO AQUELE QUE N'Ele CRÊ NÃO PEREÇA, MAS TENHA A VIDA ETERNA.

— *JOÃO 3:16*

A união com Jesus Cristo é o fundamento da nossa esperança.

— *Jean-Jacques Pictet (1655–1721)*

Conhecer o imenso amor de Jesus por você não só vai deixá-lo mais feliz, mas também será uma força estabilizadora na sua vida. A certeza do Seu amor, saber que Ele está profundamente preocupado com o seu bem-estar e felicidade, produz paz no seu coração, capaz de mantê-lo estável, mesmo diante de decepções, mágoas, dificuldades ou qualquer outra coisa que o rio da vida coloque no seu caminho. O Seu amor é a única

coisa no mundo absolutamente perfeita e infalível. Há muitas outras coisas agradáveis, belas e maravilhosas, mas nada é perfeito como o Seu amor. Ele e Seu amor são perfeitos. Ele é confiável e eterno!

— *Maria Fontaine*

Esteja, Senhor, dentro de mim para me fortalecer fora de mim para me preservar acima de mim para me abrigar sob mim para me amparar diante de mim para me guiar atrás de mim para me trazer de volta

ao meu redor para me proteger.

— *Lancelot Andrews (1555–1626)*

Toda a paz e o favor do mundo não podem acalmar um coração atribulado, mas quando a paz é a que Cristo concede, nem mesmo toda a inquietação

e angústia do mundo conseguem perturbá-la.

— *Robert Leighton (1613–1684)*

Repouso do fatigado,
Alegria do pesaroso,
Esperança nas trevas,
Luz do ditoso,
Nossa força até o final,
Lar do peregrino,
Refúgio no perigo,
Salvador e Amigo!

— *John Samuel Bewley Monsell (1811–1875)*

Para mim, Jesus é a vida que quero viver, a luz que quero refletir, o caminho para o Pai, o amor que quero expressar, a alegria que quero dividir e a paz que quero semear ao meu redor. Jesus é tudo para mim.

— *Madre Teresa (1910–1997)*

Permaneci em Mim e Eu permanecerei em vós. O ramo de si mesmo não pode produzir fruto, se não estiver na videira. Tampouco vós podeis produzir fruto, se não permanecerdes em Mim. Eu sou a videira, vós sois os ramos. Se alguém permanece em Mim, e Eu nele, esse dá muito fruto; sem Mim nada podeis fazer. — *Jesus (João 15:4–5)* ■



Fé em Jesus Cristo é a fuga da alma para a cidade de refúgio.

— *Hugh Binning (1625–1654)*

você ainda melhor

COMO LER A PALAVRA DE DEUS FARÁ VOCÊ SE SENTIR MELHOR?

Alimento para o seu crescimento e fortalecimento espiritual. Assim como seu corpo precisa de alimento para sobreviver e se fortalecer, seu espírito precisa se nutrir com a Palavra de Deus. Essa pequena analogia aparece várias vezes tanto no Antigo quanto no Novo Testamento:

Quando Jesus disse: “Não só de pão vive o homem, mas de toda a palavra que sai da boca de Deus”, estava citando Moisés.¹

Jó declarou em sua hora de sofrimento: “As palavras da Sua boca prezei mais do que o meu alimento.”²

-
1. Mateus 4:4;
Deuteronômio 8:3
 2. Jó 23:12
 3. Salmo 119:103
 4. 1 Pedro 2:2
 5. João 8:31–32
 6. Romanos 10:17
 7. João 15:10–11
 8. Jó 22:21
 9. Salmo 119:105

No Salmo 119, o Rei Davi disse ao Senhor: “Quão doces são as Tuas palavras ao meu paladar, mais doces do que o mel à minha boca!”³

O apóstolo Pedro, ao escrever a cristãos recém-convertidos admoestou: “Desejai ardentemente, como meninos recém-nascidos, o puro leite espiritual.”⁴

Um relacionamento mais profundo com Jesus. Quando você recebeu Jesus em seu coração, começou um relacionamento pessoal, maravilhoso e muito gratificante. Ele quer ser seu melhor amigo, conselheiro, professor, guia e muito mais! A maneira de conhecê-Lo melhor é pela Sua Palavra. Os quatro Evangelhos, em particular, revelam Sua natureza, personalidade, poder e amor.

Ele quer que Seu relacionamento com você seja uma troca, em que ambos deem e recebam. É pela leitura da Palavra que você descobrirá não só o que Ele tem para você, mas também o que espera de você.

Pense nas Suas Palavras como cartas pessoais de amor d'Aquele que o conhece e que Se importa com você mais do que qualquer outra pessoa poderia.

Verdade e liberdade. Parece que em todo lugar hoje em dia alguém está comercializando “a verdade” na forma de algum livro, programa, ou produto. Em quem que você deveria acreditar? Quanto isso lhe vai custar?

Bem, Jesus tem o produto

legítimo. “Se permanecerdes no Meu ensino”, Ele promete, “verdadeiramente sereis Meus discípulos. Então conhecereis a verdade e a verdade vos libertará.”⁵

Você pode ter certeza de que tudo que lê na Bíblia é verdade. Familiarize-se com seus preceitos e terá um padrão no qual basear todas as ações.

Fé. Não é algo que se pode tentar ter. Nasce e cresce pela absorção da Palavra de Deus.⁶ Uma pessoa fraca na fé provavelmente não está lendo a Palavra de Deus nem acreditando nela como deveria. Por outro lado, quanto mais ler e estudar a Palavra com uma mente aberta e um coração receptivo, maior será sua fé. É automático, simples e eficiente assim!

Felicidade. A felicidade duradoura vem de seguir o exemplo amoroso de Jesus, e sabemos como fazer isso pela Palavra. Jesus disse: “Se guardardes os Meus mandamentos, permaneceréis no Meu amor. [...] Tenho-vos dito isto para que a Minha alegria esteja em vós, e a vossa alegria seja completa.”⁷


Satisfação e tranquilidade. Pelo estudo da Palavra de Deus, você poderá entender os Seus caminhos, os quais Ele traça com amor. Isso lhe dará a fé para acreditar que, apesar das circunstâncias, Ele está no controle e quer o que é melhor para você. “Apega-te a Deus, e tem paz com Ele; assim te sobrevirá o bem.”⁸ Quando lhe sobrevierem desilusões, obstáculos

e contratempos, ler um pouco a Palavra de Deus poderá ajudá-lo a avaliar as situações na perspectiva correta.

Respostas às perguntas e problemas da vida. Quando você tiver perguntas, o Senhor terá as respostas. Quando surgirem problemas, Ele dará as soluções. Todas estão na Palavra! Ao ler a Palavra de Deus ou quando Lhe pedir orientação e O ouvir falar ao seu coração pessoalmente — a Palavra falada —, encontrará respostas para todas as suas perguntas e problemas. Depois que se familiarizar com os princípios espirituais, com a sabedoria divina e com os conselhos práticos na Palavra escrita, descobrirá que o Senhor lhe mostrará como aplicá-los às perguntas e aos problemas que você encontrar. A Sua Palavra será como uma luz, iluminando o caminho à sua frente.⁹

A vontade de Deus. Deus tem um plano para a sua vida. Ele sabe o que é melhor para você. Por isso, se simplesmente aprender a deixá-Lo guiar as suas decisões, tudo dará certo no final. Parece bem simples, mas como descobrir o que Deus entende ser o melhor para você numa certa situação? Como descobrir “a vontade de Deus”?

Sabemos que a Palavra de Deus expressa Sua vontade, certa, absoluta e revelada. Então, quando se vir diante de uma determinada situação, considere tudo o que Ele falou. Oriente suas decisões tomando por base uma situação semelhante na Palavra, ou pelos seus princípios fundamentais. Você



também pode pedir a Deus para falar diretamente ao seu coração e lhe revelar Sua vontade para uma situação específica. (Para saber mais sobre como ouvir Deus direta e pessoalmente, leia *Deus Ainda Fala* na Série *Faça Contato!*, livro que pode ser adquirido por meio de qualquer dos endereços na Página 2.)

A Palavra de Deus também tem o poder para mudar sua maneira de encarar os problemas da vida. Ela o transformará “pela renovação do vosso entendimento”, para que você possa saber “qual seja a boa, agradável e perfeita vontade de Deus.”¹⁰

Modelos para uma vida espiritualmente saudável. A Bíblia está repleta de histórias de homens e mulheres comuns cuja fé e amor por Deus os ajudaram a superar dificuldades e os tornaram grandes aos Seus olhos. Muito pode ser aprendido e muita força extraída dos seus exemplos. Há também numerosos relatos que encorajam a nossa fé no amor e carinho de Deus por Seus filhos, na Sua proteção e provisão de cada uma de suas necessidades, assim como exemplos do que não fazer e das consequências que advêm da violação dos Seus princípios espirituais. “Pois tudo o que outrora foi escrito, para o nosso ensino foi escrito, para que pela paciência e consolação das Escrituras tenhamos esperança.”¹¹

As promessas e o poder de Deus a seu dispor. A Bíblia está repleta de promessas que Deus fez aos homens, as quais Ele quer que apliquemos na prática. Algumas

são universais, como a que diz que “Todo aquele que invocar o nome do Senhor será salvo.”¹² Outras foram, a princípio, feitas a certas pessoas ou grupos de pessoas, mas também estão ao dispor de qualquer um que as aplique a uma situação similar que esteja vivendo e cumpra com as condições a elas vinculada. À medida que se familiarizar com a Palavra, aprenderá a reconhecer Suas promessas e a traduzi-las na sua vida. Isso é uma demonstração de fé, uma declaração positiva da sua crença e conhecimento da Palavra, que agrada a Deus e aciona o Seu poder para atender às suas orações.

Mais Amor. É difícil seguir o mandamento de Cristo de “Amarás o teu próximo como a ti mesmo”¹³ quando os que lhes são “próximos” — ou seja, aqueles com quem você tem mais contato — são, às vezes, as pessoas mais difíceis até de conviver, quanto mais de amar. Onde vamos encontrar a “graça cristã” não só para suportar o patrão arrogante, o colega de trabalho invejoso, o vizinho com suas festas barulhentas — ou coisas ainda piores — mas para amar essas pessoas como Jesus amava? “Muita paz tem os que amam a Tua lei, e para eles não há tropeço.”¹⁴ Ao ler e estudar a Palavra de Deus, você adquirirá mais e mais do Seu Espírito de amor, e isso o ajudará a ser mais compreensivo, compassivo e tolerante.

(TRECHO DE A PALAVRA DE DEUS AO SEU ALCANCE DA SÉRIE FAÇA CONTATO!, DISPONÍVEL POR MEIO DOS ENDEREÇOS NA PÁGINA 2. ■

10. Romanos 12:2

11. Romanos 15:4

12. Joel 2:32; Romanos 10:13

13. Mateus 22:39

14. Salmo 119:165

QUANDO A BÍBLIA PARECE MONÓTONA

P: *JÁ ME DISSERAM QUE LER DIARIAMENTE A BÍBLIA E/OU OUTROS TEXTOS ESPIRITUALMENTE MOTIVACIONAIS É O SEGREDO PARA O PROGRESSO ESPIRITUAL. TENTEI ESSE TIPO DE LEITURA, MAS, ÀS VEZES, NÃO PRENDE O MEU INTERESSE E MINHA MENTE DIVAGA. SERÁ QUE HÁ ALGO QUE DEVO FAZER PARA RESOLVER ESSE PROBLEMA?*

R: Não dá para simplesmente sentar, ler e esperar entender completamente tudo que está escrito ou que isso tenha o efeito desejado. Jesus disse: “O espírito é que vivifica, a carne para nada serve. As palavras que Eu vos disse são espírito e vida.”¹ O Espírito de Deus é o que vivifica a Palavra e faz com que seja mais do que tinta no papel. O segredo está em sintonizar o seu espírito com o dEle.

Uma das melhores maneiras para isso é começar o seu tempo de leitura e reflexão com oração. Há muitas orações curtas e poderosas na Bíblia relacionadas à Palavra. Uma clássica é: “Desvenda os meus olhos, para que veja as maravilhas da Tua lei.”² Peça a Deus para limpar sua mente e seu coração para que você possa preenchê-los com Seus pensamentos e verdades.

Outra boa maneira de começar é com louvor, isto é, relembrar Sua bondade e agradecer a Deus por ela. “Entrai pelas portas dEle com ações de graça, e em Seus átrios com louvor.”³ Cante Seus louvores, cite-os, leia-os. Os Salmos estão cheios de louvores a Deus. Pode também meditar na letra de canções inspiradoras. Faça o que tiver o melhor efeito em você e deixe sua mente e espírito receptivos e refletivos, para assim receber o que Deus tem para você naquele dia. ■

1. João 6:63

2. Salmo 119:18

3. Salmo 100:4

LEITURA QUE ALIMENTA

A Palavra de Deus tem poder para...

...nos trazer mais perto de Jesus.

João 1:1,14

João 8:31

Apocalipse 19:11–13

...aumentar nossa fé.

João 20:31

Romanos 10:17

1 Tessalonicenses 2:13

1 Pedro 2:2

...enriquecer nossas vidas.

Jeremias 15:16b

João 6:63

João 15:7

João 15:11

...guiar-nos na estrada da vida

Salmo 119:105

Salmo 119:130

2 Timóteo 3:15–17

...ajudar-nos a alcançar êxito.

Josué 1:8

Salmo 1:2–3

Lucas 8:15

...guiar-nos à salvação.

Romanos 1:16

Tiago 1:21b

1 Pedro 1:23

natureza divina

MARIA FONTAINE

DEUS NOS TEM DADO

“GRANDÍSSIMAS E PRECIOSAS PROMESSAS, PARA QUE POR ELAS [NOS TORNEMOS] PARTICIPANTES DA NATUREZA DIVINA”.¹ O que é a “natureza divina”? — É o que Deus é, como Ele pensa e como age. E com essas promessas que Ele nos dá na Sua Palavra, podemos ser como Ele. Podemos partilhar dessas mesmas atitudes, desses mesmos sentimentos, dessas mesmas maneiras de encarar as coisas, se acreditarmos e colocarmos em prática as promessas que estão bem aqui na Palavra.

Podemos transcender os limites das atitudes terrenas que nos sobrecarregam, nos deixam angustiados, inquietos, preocupados e temerosos. Podemos não só ter conhecimento do fato de que “todas as coisas concorrem para o bem daqueles que amam a Deus”², mas também acreditar e vivenciar isso.

Podemos não livrar de todas essas atitudes e hábitos mentais, os quais são terrenos e não

celestiais. Jesus disse aos Seus seguidores: “Vós já estais limpos, pela Palavra que vos tenho falado.”³ Podemos ser transformados em “novas criaturas em Cristo Jesus”⁴, e pelo Seu poder superar atitudes e hábitos errados.

Quanto maior for nosso contato com a Palavra e quanto mais acreditarmos nela e a praticarmos, mais sintonizados estaremos com o domínio celestial. Quanto mais “pensarmos nas coisas que são de cima, não nas que são da Terra”⁵, mais fácil será vivermos neste mundo sem nos deixar ser controlados ou moldados por ele.⁶

MARIA FONTAINE E SEU MARIDO, PETER AMSTERDAM, LIDERAM A FAMÍLIA INTERNACIONAL. ■

1. 2 Pedro 1:4

2. Romanos 8:28

3. João 15:3

4. 2 Coríntios 5:17

5. Colossenses 3:2

6. João 15:19

COMO EVITAR O ESGOTAMENTO

Quando uma vela está acesa, o que queima, na verdade, não é o pavio, mas a parafina. No lampião a óleo, o princípio é o mesmo: o combustível deve queimar, não o pavio. Se este não estiver embebido no óleo, será destruído. A maior parte do pavio tem de estar profundamente imersa no óleo, enquanto apenas uma das pontas fica exposta à chama.

Às vezes, trabalhamos demais e tentamos fazer tudo nós mesmos, quando deveríamos deixar Jesus operar por nosso intermédio. Se formos nós que queimarmos, vamos nos consumir bem rápido, mas se deixarmos que o Senhor queime, que o Espírito Santo flua por nós e que seja Ele a queimar, vamos durar muito tempo. “Não sou eu que queimo, mas sim Cristo que queima em mim.” (Gálatas 2:20, *parafrazeado*)

— David Brandt Berg (1919–1994)



Com Sede Nunca Mais

UMA RELEITURA DE JOÃO, CAPÍTULO 4

ABI F. MAY

SUSANA SUSPIROU ENQUANTO AMARRAVA O LENÇO SOBRE O CABELO LONGO E NEGRO. Tomando um cântaro de barro, começou a pé o longo, quente e poeirento caminho para tirar água do poço comunitário que ficava perto de Sicar, a vila samaritana em que vivia.

Aproximou-se do poço um tanto desconfiada, pois junto a ele estava sentado um estranho que, pela aparência, ela concluiu ser um judeu. A mulher surpreendeu-se quando o forasteiro lhe pediu água, pois os costumes religiosos dos judeus proibiam a estes a interação com samaritanos, considerados “impuros”.

— Você é judeu e eu, samaritana! Por que me pede algo para beber?

— Se você soubesse quem sou, você é que me pediria água.

Susana ficou curiosa. Como

aquele homem poderia tirar água do poço? Ele não tinha nada que pudesse usar para isso.

As palavras que ele lhe disse a seguir ela repetiu consigo mesma até que ficassem gravadas em sua memória. As mesmas palavras que, desde então, têm sido fonte de esperança para milhões.

— Todo aquele que beber da água desse poço voltará a ter sede, mas quem beber da água que tenho para dar, nunca mais sentirá sede. Ela vem da fonte da vida eterna — explicou o estranho.

— Pois então me dê dessa água, para eu não ter sede outra vez nem precisar voltar aqui para pegar água!

— Chame seu marido e volte aqui — instruiu-a.

Depois de hesitar um momento, baixou os olhos e confidenciou:

— Não tenho marido.

— Isso é verdade. Você já foi casada cinco vezes e o homem

com quem vive hoje não é seu marido.

Susana ficou chocada.

— Pelo visto você é profeta. Talvez pudesse, então, esclarecer uma polêmica. O meu povo sempre adorou Deus no Monte Gerezim, mas vocês, judeus, dizem que Jerusalém é o único lugar de adoração.

Apesar de não ter tocado no assunto, estava óbvio que ela pensava no fato de, duzentos anos antes, um governante judeu ter destruído o templo dos samaritanos que ficava sobre o monte que eles consideravam sagrado.

— Acredite-me — respondeu o estranho — está chegando o tempo em que não se adorará o Pai nem nessa montanha nem em Jerusalém. Deus é um espírito e aqueles que O adoram devem adorá-LO em espírito e em verdade.”

Ela ficou maravilhada com a resposta. Deus... um espírito que

ela poderia adorar em qualquer lugar? Sua raça, religião, gênero, idade e passado não fariam diferença? Gostou da ideia de o amor de Deus ser capaz de incluir a todos, inclusive ela própria.

Havia algo mais que ela queria perguntar, mas preferiu uma via indireta.

— Sei que o Messias — o chamado Cristo — virá e nos explicará tudo isso.

O viajante a fitou nos olhos e fez o coração da moça bater mais rápido.

— Eu sou o Messias.

Seus olhos se arregalaram e seus pensamentos dispararam.

— Tenho de contar para meus amigos e parentes! Espere aqui que já volto!

Susana se apressou para Sicar, esquecendo-se do cântaro vazio perto do poço.

O calor do meio-dia havia passado e as pessoas circulavam nas imediações do mercado quando ela chegou alvoroçada dizendo a tantos quanto ela conseguia sobre o homem que encontrara e a conversa que tiveram. “Ele *só pode ser* o Cristo!”

— exclamou. “Ele nunca me havia visto e já sabia tudo sobre mim.”

Logo, Susana voltou ao poço seguida por uma pequena multidão. O homem ainda estava lá, dessa vez com mais vários outros, que lhe disseram que o nome do forasteiro era Jesus.

Em pouco tempo, Ele cativou as pessoas com Suas palavras. Alguns O convidaram para, com Seus companheiros, permanecer com eles, de forma que ficaram dois dias em Sicar, ensinando as Sagradas Escrituras.

Dias mais tarde, Susana voltou a cruzar a vila com seu cântaro. A vasilha estava pesada, mas ela se sentia leve. Apesar de ainda ter de coletar água todo dia, interiormente não estava mais vazia.

Um dos moradores dali, que a notou quando passava, disse: “Você tentou nos convencer que aquele homem, Jesus, era o Messias. Bem, agora acreditamos, mas não só pelo que você nos disse, mas nós próprios O escutamos e temos a certeza de que Ele é o Salvador!”

Susana sorriu e seguiu seu caminho. Não fora a única a encontrar a água viva! ■

Você ainda tem sede?

Jesus, a fonte da água

viva, satisfará todos

os anseios da sua

alma. Receba-O como

Salvador, por meio

desta oração:

Querido Jesus, acredito

que Você é o Filho de Deus.

Obrigado por dar Sua

vida por mim. Eu lhe peço

agora para entrar no meu

coração, matar minha

sede e me conceder a vida

eterna. Amém.

“Quem crê em Mim, do seu interior fluirão rios de água viva.” — *Jesus*

“Quem quiser, tome de graça da água da vida.” — *Apocalipse 22:17*

Alimente o seu espírito

Um Exercício Espiritual

PARA MANTER A BOA SAÚDE, É IMPORTANTE OBSERVAR UMA BOA DIETA QUE INCLUA LEGUMES, VERDURAS, FRUTAS, PROTEÍNAS, CARBOIDRATOS E GORDURAS. Nosso espírito também precisa de boa alimentação para ser saudável. Todos temos certos dias mais ocupados que o costumeiro, mas deveríamos cultivar o hábito de dedicar algum tempo para “alimentar a alma”.

Uma boa ideia é planejar a dieta espiritual para uma semana, como programaria suas refeições para decidir o que comprar. Isso ajudará a garantir que você dedicará pelo menos alguns minutos diários à sua alimentação espiritual. Descubra o que combina mais com você. Aqui estão algumas dicas para você começar a pensar.

Um projeto razoavelmente estruturado e contínuo o ajudará a não gastar tempo logo de manhã no que pode ser uma busca frenética do que ler. Tente ler um capítulo por dia do livro de Provérbios, seguido por um salmo e uma página de um livro devocional, como os da série *Com Amor, Jesus*, por exemplo.

Nos estudos mais profundos, encontrará respostas para as suas perguntas e soluções para os seus problemas. Você pode optar por um projeto em que leia os Evangelhos, o Livro de Atos, ou as Epístolas, ou um ou mais livros da série *Faça Contato* ou *Mananciais*. Ou pode se matricular em um curso de estudos bíblicos como *As 12 Pedras do Alicerce*.

Alimentos mais leves podem ser obtidos nos artigos publicados na revista *Contato* ou outros textos inspiradores curtos. Considere escutar música cristã ou ler ficção ou poesia cristã para sair da rotina. Logo antes de se deitar é uma hora ideal para ler e refletir sobre algo curto, como as mensagens encontradas na seção “Com Amor, Jesus”, na última página das edições da *Contato*.

Facilite as coisas para si mesmo, mantendo seu material de leitura sempre à mão. Se gostar de tomar seu café da manhã espiritual na cama, deixe os livros que precisará por perto, ou se preferir, enquanto toma seu cafezinho na cozinha, deixe seus livros aí.

Siga seu plano por uma semana e faça os ajustes necessários. Então, siga a versão aperfeiçoada por uma semana e continue o processo. Veja a diferença que esses momentos de alimentação espiritual positiva terão nos seus dias. ■



1. Visite www.contato.org para adquirir os livros da série *Com Amor, Jesus*, e as demais publicações sugeridas neste artigo.

2. Para mais informações visite www.12foundationstones.org.

COM AMOR, JESUS

Encontre-Me pela manhã

É bom você passar tempo Comigo logo pela manhã, ou ficará indefeso, sem a força que posso lhe dar; tolo sem a sabedoria que pode aprender Comigo e desprovido de amor para compartilhar com os outros, a menos que, primeiro, o receba de Mim. Sem Mim, você continuaria no seu mundinho, limitado aos seus poucos recursos. A sua força humana se esgotaria logo no início do dia, seus pensamentos se atrapalhariam e a reserva de amor do dia anterior não duraria muito. Mas quando recorre a Mim, coloco ao seu dispor o mundo infinito do Meu Espírito. Sou a sabedoria, a força e o amor.

Como disse aos Meus discípulos, você pode encontrar em Mim descanso para o seu espírito e força para o seu dia.¹ Parece mais fácil continuar na sua própria energia do que se esforçar para entrar no plano do Meu Espírito para que Eu o ajude, mas não é verdade. Quando não me deixa ajudá-lo, só dificulta as coisas para si próprio.

Portanto, dedique um tempinho toda manhã para se aproximar de Mim. A prática faz a perfeição. Quanto mais exercitar Me buscar pela oração e pela leitura da Minha Palavra, mais fácil isso se tornará. Continue passando tempo Comigo cada manhã e será cada vez mais fácil se conectar a Mim ao longo do dia, sempre que precisar da Minha ajuda.

1. Mateus 11:28-30