



© 1995 Editora Árvore da Vida

ISBN 85-7304-052-1

1a Ed. - Agosto/1995 - 20.000 exemplares

2a Ed. - Dezembro/1995 - 15.000 exemplares

3a Ed. - Dezembro/1996 - 15.000 exemplares

4a Ed. - Rev. e Ampliada/1999 - 15.000 exemplares

Todos os direitos reservados à Editora Árvore da Vida

Editora Árvore da Vida

Rua Gravi, 71 - Saúde - CEP 04143-050

Tel.: (11) 5071-8879 - São Paulo - SP - Brasil

home page:<http://www.arvoredavida.org.br>

e-mail:[editora@arvoredavida.org.br](mailto:editora@arvoredavida.org.br)

Impresso no Brasil

## ÍNDICE

	Prefácio	03
	Prefácio à quarta edição	03
1	Onde Chegamos?	04
2	A Origem de Tudo	08
3	O Conflito Interior	12
4	A Ação de Resgate	16
5	Uma Vida com Qualidade Total	20
6	Uma Vida Equilibrada	25
7	Daqui por Diante	28

## **PREFÁCIO**

Este livro foi desenvolvido com base no livrete "O Mistério da Vida Humana", publicado por esta Editora. Seu tema é de vital importância, por tratar das indagações mais íntimas que povoam a mente de todo ser humano (de onde vim? onde estou? para onde vou? por que não encontro satisfação plena?). Encontrar resposta para essas perguntas é fundamental para entender a nós mesmos e as pessoas com quem nos relacionamos e, assim, melhorar a qualidade de nossa vida nos âmbitos pessoal, familiar e profissional. Encorajamos sua leitura, certos de que você será ajudado a encontrar mais qualidade para sua vida.

Os Editores São Paulo, Agosto de 1995.

### **Prefácio à quarta edição**

A aceitação do público por este livro foi tamanha, que teve sua terceira edição esgotada há mais de um ano. Esse é um sinal evidente de que as pessoas estão buscando o significado maior de sua existência. Nunca antes na história da humanidade, nossas tecnologias, nossos costumes, nossos valores, nossas organizações e nossa própria pessoa mudaram com tanta rapidez. Vivendo em um mundo que muda com uma velocidade assustadora, as pessoas parecem ter perdido o referencial, parecem ter esquecido de si mesmas e estar vivendo uma vida que é levada pela corrente do mundo, que dita como agir, do que gostar, e onde gastar seu dinheiro. É claro que isso não traz satisfação plena; afinal, o ser humano foi criado para uma vida plena. Em razão de palestras proferidas a respeito do tema deste livro, sentimos a necessidade de complementá-lo em sua parte final, indicando o caminho prático para a manutenção de uma vida com qualidade total. Preparamos, portanto, uma quarta edição, atualizando e ampliando seu conteúdo. Esperamos que a leitura deste livro possa ajudá-lo a encontrar mais qualidade para sua vida.

O autor Novembro de 1999.

*“Usufruímos dos progressos da civilização moderna, que torna nossa existência física mais fácil. No entanto, não sabemos exatamente o que fazer de nós mesmos.”*

Vaclav Havel, Presidente da República Checa  
Jornal O Estado de São Paulo, 17.07.1994

# Onde Chegamos?

---

## Capítulo Um

Ao entrar no século XXI, o ano 2000 deixa de ser motivo de ficção científica, passando a ser presente e logo será passado. O avanço estonteante das ciências, com novas descobertas diárias e o desenvolvimento de produtos de alta tecnologia; a globalização da economia; a participação crescente da mulher na força de trabalho; a engenharia genética, levando o homem a brincar de deus; as inesperadas mudanças políticas por todo o mundo — todos esses fatores têm prometido uma melhor qualidade de vida às pessoas. Paradoxalmente, o que se constata é que cada vez temos menos tempo para nós mesmos. O que se observa hoje são pessoas com dois ou mais empregos, buscando melhorar sua renda; demissões em massa e instabilidade de emprego nas empresas que passam por reestruturações radicais; a crescente necessidade de se complementar a formação escolar, com cursos de aperfeiçoamento, pós-graduação, mestrado e doutorado, para ser competitivo no mercado de trabalho; o trânsito difícil das grandes cidades irritando-nos e engolindo nosso tempo precioso; a televisão que nos massifica e rouba-nos um tempo que jamais nos será restituído. Não se pode negar: o homem tem pago um preço elevado demais na esperança de melhorar a qualidade de sua vida. Esse preço muitas vezes é a desagregação familiar, por não ter tempo para o cônjuge e para a família; o desequilíbrio emocional, por não suportar a pressão crescente no trabalho; as barreiras no relacionamento entre pais e filhos, e até mesmo a morte prematura em consequência de enfarte ou derrame.

Em meio a essa "guerra" pela qualidade de vida, alguns parecem ter alcançado a vitória. Conseguiram galgar o pódio do triunfo por chegar a um cargo elevado na empresa onde trabalham, ou por conquistar um título de doutorado ou pós-doutorado, ou por ganhar muito dinheiro e, assim, ter acesso a todo tipo de prazeres, ou por chegar ao poder e à notoriedade pública com um cargo político, ou simplesmente por poder garantir para si e para sua família um padrão de classe média, com uma casa confortável, carro na garagem, escola para os filhos, comida na geladeira etc.

Entretanto, mesmo entre esses "vencedores" há inúmeros casos de depressão, uso de drogas, alcoolismo, stress, violência com familiares, sentimento de solidão e suicídios. Que qualidade de vida é essa? Onde está a vida que tanto buscaram? Todas as pessoas já se perguntaram, pelo

menos uma vez: "Afinal, por que eu existo? Qual é o propósito da vida humana? Para quem estou vivendo? Qual é o alvo da minha vida?" Essas dúvidas são legítimas e precisam ser respondidas para que alcancemos qualidade em nos—sa vida. O ser humano tem necessidade de conhecer a si mesmo, sua origem e o propósito de sua existência. Embora hoje a ciência saiba infinitamente mais a respeito do universo do que há pouco tempo, o significado da existência humana continua sendo um mistério.

Afinal, que é qualidade de vida e como consegui-la? Não importando qual seja o seu perfil psicológico e sua profissão, seu grau de cultura, de riqueza ou de pobreza, sua raça ou idade, você certamente há de concordar, como a maioria das pessoas, que: o dinheiro não pode satisfazer plenamente o homem, nem a educação ou os prazeres podem satisfazê-lo, tampouco o sucesso ou até mesmo uma religião tem esse poder. Por quê? Porque para que o homem tenha qualidade verdadeira em sua vida, ele tem de ser satisfeito em seu todo. Precisamos primeiramente conhecer a nós mesmos, nossa origem e história, para, então, poder entender o propósito da existência humana e assim saber o que é qualidade de vida. E onde encontrar respostas para todas essas dúvidas?

### **Um Livro Maravilhoso**

Entre os milhões de livros que existem, há um especial que responde às mais profundas indagações humanas. Afinal, esse livro foi inspirado pelo próprio Criador do homem. É claro que nos referimos à Bíblia, esse livro nos apresenta a economia de Deus, ou seja, o plano completo de Deus para o homem. Ele nos explica nossa origem e destino, assim como o significado da existência humana.

Uma das características da Bíblia é a fidelidade de seus registros que são comprovados pela história da humanidade. Embora escrita durante um período de mais de 1500 anos por cerca de 40 pessoas diferentes, a Bíblia é coerente de capa a capa, não se contradizendo em nenhum ponto. Ela revela a mais profunda sabedoria e é fonte constante de ensinamento e revelação.

Infelizmente, a maioria das pessoas utiliza-se da Bíblia de maneira religiosa. Alguns buscam nela ordenanças, mandamentos e regras de comportamento moral na esperança de conseguir cumpri-los e, assim, agradar a Deus; outros tomam a Bíblia de maneira supersticiosa, utilizando-a como um amuleto, acreditando que ela tem poder para espantar o azar e coisas do gênero; outros, ainda, utilizam-na com o propósito de controlar a vida das pessoas assim como sua conta bancária. Entretanto, poucos são os que têm percebido na Bíblia a revelação da mais elevada vida, preparada por Deus para o homem. Pela Bíblia, Deus revela seu plano eterno, sua economia divina, e responde às indagações mais básicas a respeito da nossa

origem e destino, do quanto ele preparou para suprir cada uma de nossas necessidades: "Como está escrito: Nem olhos viram, nem ouvidos ouviram, nem jamais penetrou em coração humano o que Deus tem preparado para aqueles que o amam"1.

## **A Economia de Deus**

A Bíblia apresenta o plano de Deus de maneira simples e cheia de significado. Diz o salmista: "A revelação das tuas palavras esclarece, e dá entendimento aos simples"2. Como dissemos anteriormente, embora a Bíblia esteja disponível para o homem

Há quase dois mil anos, a economia de Deus ainda é um mistério para a quase totalidade da humanidade. Para desvendar esse mistério, a Bíblia nos apresenta quatro chaves, que são igualmente importantes e indispensáveis. Seguramente, ao compreender essas quatro chaves, você irá entender a economia de Deus, o propósito do homem, e saberá o que é qualidade de vida. Mais que isso, você poderá experimentar genuína satisfação em sua vida. Portanto, abra o seu coração e leia atentamente os próximos capítulos deste pequeno livro.

# A Origem de Tudo

---

## Capítulo Dois

A primeira chave para se conhecer a economia de Deus é a criação. Essa chave desvenda o mistério da existência da raça humana. Esse assunto é tratado nas primeiras páginas da Bíblia.

### **O Homem — um Ser Maravilhoso**

No livro de Gênesis, o primeiro livro da Bíblia, podemos ler o registro da criação de todas as coisas: dos céus, da terra, e de tudo que neles há. Ali vemos que Deus criou a vida vegetal e animal, com suas

Milhões de variedades, cada uma segundo sua própria espécie. Entretanto, quando chegamos à criação do homem, vemos o seguinte registro: *"Disse Deus: Façamos o homem à nossa imagem, conforme a nossa semelhança"* 1. Essa passagem da Bíblia é muito conhecida; todavia, poucas pessoas percebem que a criação do homem foi diferente e peculiar, quando comparada à criação dos demais itens do universo. Deus criou o homem à sua própria imagem. Esse simples fato é suficiente para nos levar a agradecer a Deus. É maravilhoso saber que, entre toda a criação, somos tão especiais para ele.

A vida do homem é a vida criada mais elevada, muito mais elevada em qualidade que a vida vegetal ou animal. Os animais foram criados segundo suas espécies; o homem, entretanto, foi criado segundo a imagem de Deus. Para melhor entendimento, podemos tomar uma luva como exemplo. Uma luva é feita conforme a semelhança da mão, pois seu propósito é conter a mão. Igualmente, o homem foi criado à imagem de Deus com o propósito de conter Deus. Se quisermos, podemos encher uma luva com bebida, terra, papel, drogas etc, mas ela continuará inerte, sem capacidade de produzir coisa alguma, pois não foi criada para conter essas coisas. A luva foi criada para conter a mão viva e operante do homem, e o homem foi criado para conter o Deus vivo. O homem foi criado com a capacidade de receber e conter a vida de Deus.

### **O Homem é um Vaso**

A Bíblia diz também que o homem é um vaso, um recipiente. O apóstolo Paulo diz que Deus quis dar *"a conhecer as riquezas da sua glória em vasos de misericórdia (...) os quais somos nós"*2. Nós somos vasos de Deus e Deus quer ser nosso conteúdo. Assim como as garrafas foram feitas

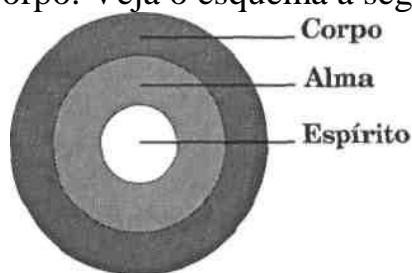


para conter líquidos, nós fomos feitos para conter Deus. Não é de se admirar que o homem não consiga satisfazer-se com conhecimentos, riquezas, prazeres, realizações etc. Afinal, a Bíblia ensina que o homem foi criado para conter Deus! Note bem, não se trata de conter conhecimento ou conceitos a respeito de Deus, mas de conter o próprio Deus.

Não é maravilhoso saber que você tem a capacidade de conter Deus? Todos os seres humanos, não importando raça ou nacionalidade, são vasos de Deus. Não importando seu sexo, idade, nível cultural, saiba que você tem capacidade de receber e conter Deus! Você pode dizer: "Muito bem, mas onde eu posso receber e conter Deus? Na minha mente? Em meus pensamentos?" Mais uma vez, a Bíblia vem nos esclarecer. Ela nos revela as partes do homem e onde podemos receber e conter Deus.

### **As Partes do Homem**

Vejam mais um trecho da Bíblia: "E o vosso espírito, alma e corpo, sejam conservados íntegros"<sup>3</sup>. Já vimos que o homem é um vaso de Deus. Agora vemos que a Bíblia divide esse vaso em três partes: espírito, alma e corpo. Veja o esquema a seguir:



Quanto ao CORPO, todos temos consciência dele. Ele é físico, concreto e temporal. O corpo serve para contarmos as coisas da esfera material. Para isso, temos os cinco sentidos: visão, audição, paladar, olfato e tato.

Atentemos para um fato importante: temos de usar o órgão adequado para contatar cada tipo de coisa. Por exemplo: com os olhos não podemos identificar se um alimento é salgado ou doce, mas precisamos prová-lo para saber; com os ouvidos jamais desfrutaremos a beleza de um pôr-do-sol, as cores da vegetação e das flores; usando-se o olfato não se pode avaliar se uma superfície é dura ou macia, quente ou fria.

O corpo humano tem sido objeto de estudos desde os primórdios da ciência. Se perguntarmos a um professor de química: "Quais são as propriedades que constituem a estrutura do homem?", talvez ele afirme que os seres humanos são constituídos de determinadas porcentagens de água, nitrogênio e carbono. Como professor de química ele estaria certo. Todavia, sua análise limitar-se-ia à parte física do homem, composta pelos elementos da terra. Desde o começo de sua história, o homem tem

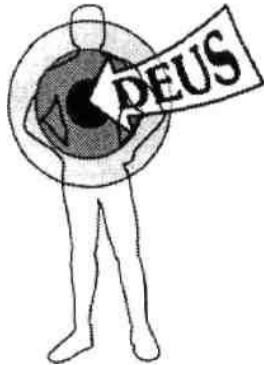
procurado libertar-se dos limites de seu corpo. Embora tenha conseguido prolongar um pouco sua vida biológica, todo homem chega ao ponto em que tem de admitir que o corpo termina em morte. O propósito de Deus para o homem não está dirigido ao seu corpo físico.

A ALMA é a parte psicológica (do grego psique: alma) do ser humano. É a parte do homem que serve para contatar as coisas do mundo psíquico. Conforme mostra o diagrama, essa é uma parte mais profunda e oculta. A alma é composta da mente, um órgão que pensa, conhece, considera, recorda; da emoção, a faculdade de sentir interiormente, de amar, desejar, odiar, angustiar-se, estar triste ou alegre; e da vontade, a faculdade de tomar decisões. Em outras palavras, o homem é um ser que vive, pensa, sente e decide; não é meramente um ser animado, mas é uma pessoa real e viva que tem uma personalidade única e distinta. Um psicólogo diria que o nosso ser interior, nosso ser psicológico, é o nosso verdadeiro "eu", enquanto nosso corpo é apenas a casca do nosso ser.

Os últimos duzentos anos de história da humanidade têm testemunhado um espetacular renascimento dos poderes da alma. Grandes mentes como Churchill, Kinstein, Emerson e Dostoievsky contribuíram com enorme riqueza de idéias. Grandes vontades, como Gandhi, Luther King e Sabin, produziram ações decisivas nos campos do governo, da cultura e da saúde. Sem dúvida alguma, a alma alcançou o ápice nas últimas décadas. Entretanto, apesar das grandes realizações do homem, este ainda tem um vazio interior. O estudo crescente dos fenômenos parapsicológicos, a explosão de vendas dos livros de auto-ajuda, o surgimento de consultores de empresas para assuntos esotéricos, o crescente número de suicídios entre homens e mulheres "bem-sucedidos na vida", o crescimento do misticismo; tudo isso tem evidenciado a existência desse vazio interior no homem. Podemos chegar à lua, mas dentro de nós permanece um território desconhecido. Há ainda uma faculdade oculta bem no interior do homem que tem permanecido como um mistério através dos séculos.

O ESPÍRITO humano é a parte mais profunda do homem. Assim como as medulas que dão vida aos ossos estão escondidas em seu interior, o espírito humano está escondido dentro da alma. Conhecer a diferença entre o corpo e a alma é fácil, mas discernir o espírito da alma não é tão fácil, pois alguns costumam considerá-los a mesma coisa. Entretanto, a Bíblia nos mostra que alma e espírito são partes diferentes do homem, com funções diferentes. A função da alma é contatar o mundo psicológico, enquanto o mundo espiritual somente pode ser contatado pelo espírito do homem. A Bíblia diz que Deus "*estendeu o céu, fundou a terra e formou o espírito do homem dentro nele*"<sup>4</sup>. Essa passagem revela o valor que o nosso espírito tem para Deus.

E com nosso espírito que podemos contatar, receber e conter Deus. A Bíblia diz: *"Deus é espírito; e importa que os seus adoradores o adorem em espírito e em verdade"*5.0 homem nunca está satisfeito porque essa parte mais profunda do seu ser ainda permanece vazia. Por meio da mente, o homem pode apenas pensar em Deus e conhecê-lo objetivamente. Mas o órgão adequado para o homem contatar Deus, contê-lo e desfrutá-lo é o espírito humano.



Essa é a essência da economia de Deus, do plano de Deus para o homem: Deus quer entrar no espírito do homem para tornar-se seu conteúdo e sua satisfação. O homem foi criado não apenas para conter alimentos em seu ventre e conhecimentos em seu intelecto, mas primordialmente para conter Deus em seu espírito e participar de sua vida e natureza.

# O Conflito Interior

---

## Capítulo Três

A segunda chave para encontrar o caminho da qualidade de vida é entender o mistério sobre a existência do bem e do mal na natureza humana. Como vimos, o homem foi criado à imagem de Deus. Isso explica por que todos nós temos uma "natureza benigna" que corresponde à natureza de Deus. Essa natureza benigna é expressa por virtudes como bondade, sinceridade, amor, sabedoria, mansidão e coragem.

Porém dentro do homem há também uma "natureza maligna" que se opõe à "natureza benigna". A esse choque de "naturezas", a filosofia oriental chama guerra entre a razão e a concupiscência". Em todos os tempos e lugares, os conhecedores da natureza humana reconhecem essa realidade, esse conflito interior que, em maior ou menor grau, todos experimentam diariamente. A essa natureza maligna, que se opõe a natureza benigna que existe em nós, a Bíblia chama de pecado. O pecado entrou no homem em consequência da desobediência à palavra de Deus, produzindo a maior tragédia do universo: a corrupção interior do ser humano. Seu efeito pode ser percebido na história da humanidade, até os nossos dias: por toda parte há guerras, injustiça, pobreza, crimes, opressão e enfermidades.

O pecado está dentro do homem impedindo-o de levar a cabo suas boas intenções. Ninguém deseja ser controlado pelo dinheiro e, por causa disso, mentir, perder amigos e até matar. Ninguém deseja ser invadido por sentimentos de inveja e de cobiça pelas coisas dos outros. Ninguém gosta de ser arrogante, soberbo e cheio de preconceitos que o impedem de amar as pessoas. Ninguém gosta de ser temperamental e, involuntariamente, ofender as pessoas a quem quer bem. O pecado frutifica no interior do homem levando-o a ser fornicador e adúltero, a blasfemar, insultar e amaldiçoar, a mentir, enganar e a viver vida dupla. E, por mais que se esforce, o homem não consegue livrar-se dessa natureza maligna. Há uma passagem da Bíblia que descreve de maneira impressionante a situação do homem, impotente diante do poder do pecado:

*"Eu sei que em mim, isto é, na minha carne, não habita bem nenhum: pois o querer o bem está em mim; não, porém, o efetuá-lo. Porque não faço o bem que prefiro, mas o mal que não quero, esse faço. Mas, se eu faço o que não quero, já não sou eu quem o faz, e, sim, o pecado que habita em mim. Então, ao querer fazer o bem, encontro a lei de que o mal reside em mim. Porque, no tocante ao homem interior, tenho prazer na lei de Deus; mas vejo nos meus membros outra lei que,*

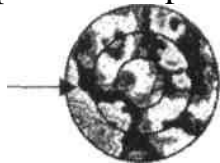
*guerreando contra a lei da minha mente, me faz prisioneiro da lei do pecado que está nos meus membros. Desventurado homem que sou! quem me livrará do corpo desta morte?"*

## **A Ação Completa do Pecado**

O pecado entrou no homem, agindo em todo o seu ser o corrompendo todas as suas partes. O homem total - corpo, alma e espírito — foi afetado e prejudicado por essa natureza maligna, privando-o da qualidade de vida para a qual ele foi criado. Aqueles que pecam não têm paz interior. Quando alguém peca sua consciência é atormentada, não havendo paz com Deus e, até mesmo, com o ambiente e a família. A Bíblia mostra o resultado da ação do pecado nas três partes do homem:

### **Pecado**

O pecado fez com que o espírito do homem morresse. Ao escrever para os efésios, o apóstolo Paulo disse: "Matando vós mortos nos vossos delitos e pecados"<sup>2</sup>. Por estarem os efésios fisicamente vivos, é evidente que o escritor aqui se referia à morte espiritual. Com seu espírito humano amortecido, o homem não tem como contatar Deus, e sua parte mais interior permanece por isso, vazia e inútil. Nessa situação,



o homem é como um rádio estragado que não pode sintonizar nem receber música ou comunicação inteligível; ou seja, o pecado tornou-se um impedimento para o homem contatar Deus.

O pecado afetou a alma do homem, fazendo com que a mente se rebelasse contra Deus. Quando escreveu sua epístola para a igreja na cidade de Colossos, Paulo lembrou-lhes da situação em que se encontravam anteriormente: "*Vós outros também que, outrora, éreis estranhos e inimigos no entendimento pelas vossas obras malignas*"<sup>3</sup>. Os homens desprezaram o conhecimento de Deus e foram entregues a uma disposição mental reprovável, para praticar coisas in-convenientes. Pior que isso, talvez, é o fato de que as pessoas, por uma necessidade de cumplicidade em seu pecado, não somente praticam coisas inconvenientes, como também aprovam os que assim procedem.

O pecado também agiu no corpo do homem, fazendo-o pecar. A esse respeito, a Bíblia nos adverte com as seguintes palavras: "*Não reine, portanto, o pecado em vosso corpo mortal, de maneira que obedeçais às suas paixões*"<sup>4</sup>. Como mostra o diagrama anterior, o pecado trouxe morte

e corrupção a todas as partes do homem. A obra-prima da criação de Deus, que fora criada como um vaso para conter Deus, é agora como um copo caído na sarjeta, que, apesar de ter uma bela forma exterior, está coberto de lama e não atende mais ao fim para que foi criado.

### **Trapos da Imundícia**

A ação devastadora do pecado sobre o ser humano tornou-o imundo perante seu Criador. Embora a justiça humana seja boa, em certo sentido, ela ainda

É imunda, Diz a Bíblia *"Todos nos somos como o imundo, e toda as nossas justiça como tropo da imundícia"* . Nada que é puro pode ser originado da impureza. Se você pegar qualquer objeto com a mão suja, ele certamente ficará sujo. Ainda que você dê esmola para os pobres e honre a seus pais, todas essas boas obras, esses atos de justiça própria, são "poluídos" porque seu ser ainda está sujo. Por exemplo, você pode considerar-se uma pessoa humilde, mas condena os outros. Você ama algumas pessoas, entretanto odeia outras. Uma vez que sua justiça está misturada com a imundícia, ainda que você seja um cavalheiro, diante de Deus você está imundo.

Por isso a Bíblia diz que todas as nossas justiças são como trapos de imundícia. Nossos atos de justiça própria não apenas são impuros; eles são trapos.

Como poderíamos fazer vestes com trapos para cobrir o corpo? Necessitamos que Deus venha e nos cubra genuínas vestes de justiça. Pode ser que você honre seus pais. Mas ainda continua perdendo a paciência e estourando com outros. Quantos buracos você tem em sua justiça?

### **Incapaz de Libertar a Si Mesmo**

Por não gostar de estar debaixo do jugo do pecado, o homem, através dos tempos, tem feito de tudo para tentar livrar-se dessa situação. Inúmeras religiões foram criadas, filosofias de alto padrão ético e moral foram concebidas, práticas ascéticas — morais, filosóficas ou religiosas, baseadas no desprezo do corpo e das sensações corporais, e que esperam assegurar, pelos sofrimentos físicos, o triunfo do espírito sobre os instintos e as paixões — têm sido praticadas até os dias de hoje. Entretanto, para sua grande decepção, o homem tem constatado que boas obras, educação, ética, ideologias e materialismo não podem livrá-lo do pecado. O homem encontra-se totalmente usurpado pelo inimigo de Deus e está sob seu controle, incapaz de salvar a si mesmo.

Essa guerra interior entre as duas naturezas, operando no princípio do bem e do mal, retratam de maneira dramática o conflito do viver humano. Repetindo o autor da Epístola aos Romanos, somos levados a clamar: "*Quem me livrará do corpo desta morte?*"

# A Ação de Resgate

---

## Capítulo Quatro

Neste capítulo veremos a terceira e a quarta chave, a fim de entender a economia de Deus. Elas nos ajudarão a ver como o Criador vem libertar o homem da trágica situação em que se encontra e restaurar a qualidade de vida perdida pela humanidade.

Como vimos no capítulo anterior, o homem é impotente para resolver o problema básico de sua existência, o que O impede de alcançar a verdadeira qualidade de vida. Ele é incapaz de libertar-se do pecado. Somente o próprio Deus poderia fazê-lo. E ele o fez enviando Cristo no mundo para libertar a humanidade do poder do pecado. Como homem, ele tinha de nascer de uma mulher e se tornar participante de carne e sangue. Como Deus, ele tinha de vir de maneira extraordinária, como nenhum homem poderia fazê-lo. Assim, ele nasceu de uma virgem, conforme fora profetizado 730 anos antes pelo profeta Isaías: *"Eis que a virgem conceberá, e dará à luz um filho"*.

### Quem é Ele?

Cristo é Deus corporificado: *"O Verbo era Deus (...) E o Verbo se fez carne, e habitou entre nós, cheio de graça e de verdade"*<sup>2</sup>. Ele é a manifestação corpórea de Deus, *"porquanto nele habita corporalmente toda a plenitude da Divindade"*<sup>3</sup>. Assim, ele é Deus e é homem; ele é o Deus completo e o homem perfeito. Por seu elevado padrão humano de vida, ele provou ser superior aos melhores homens. Ele é superior aos grandes homens, aos nobres, aos sábios! Ele é o Deus-homem!

Esse Deus-homem foi crucificado, e realizou a obra de libertação do pecado a nosso favor, a que a Bíblia chama de redenção. É importante notar que sua morte tem três aspectos cruciais:

1. A morte de Cristo tirou o pecado do homem. *"Eis o Cordeiro de Deus, que tira o pecado do mundo!"*<sup>4</sup> Ele morreu como substituto de todos os pecadores. *"Cristo morreu, uma única vez, pelos pecados, o justo pelos injustos."*<sup>5</sup>

2. Sua morte destruiu a velha serpente, Satanás, o inimigo de Deus, tratando com o "veneno da serpente" que é a natureza pecaminosa dentro do homem. "Do modo como Moisés levantou a serpente no deserto, assim importa que o Filho do homem seja levantado."<sup>6</sup>



3. Sua morte liberou a vida divina e eterna de Deus, tornando-a acessível a todo aquele que a desejar. *"Se o grão de trigo (...) morrer, produz muito fruto."*<sup>7</sup>

Assim, vemos que a morte de Cristo é completa em sua eficácia, tratando com o aspecto negativo, isto é, removendo o pecado que o homem não deveria ter, mas tem; e, no aspecto positivo, proporcionando a vida que o homem deveria ter, mas não tem!

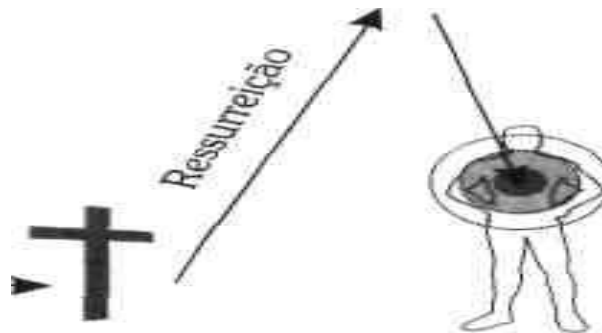


### **O Processo**

Para realizar essa obra, Deus agiu de maneira maravilhosa. A quarta chave para conhecer o propósito de Deus é conhecer o processo pelo qual ele passou. Embora fosse o próprio Deus, ilimitado pelo tempo e pelo espaço, ele se humilhou e sujeitou-se às leis naturais, aguardando pacientemente durante nove meses no ventre de uma virgem, até que fosse formado e dado à luz. Assim, ocorreu o maior milagre da história do universo: Deus misturou-se com a humanidade! Ele nasceu e foi chamado Jesus. Viveu por 33 anos uma vida humana perfeita e sem pecado - aquela vida que todos gostaríamos de viver e não conseguimos. Ele viveu o verdadeiro amor. Amou, compreendeu todas as pessoas e foi misericordioso com elas. Amou até mesmo os seus inimigos! Se todos vivessem como ele viveu, não haveria ódio nem guerras, não haveria mentiras nem traição entre os homens. Enquanto esteve nesta terra, Jesus expressou e manifestou Deus para todos os que tinham contato com ele.

Pela incompreensão dos homens, pelo ciúme e ambição desmedidos oriundos do pecado, Jesus foi morto na cruz. Entretanto, sua morte serviu para redimir, isto é, libertar o homem do poder do pecado. Seu sangue derramado na cruz nos dá garantia de paz com Deus, podemos nos aproximar dele em plena confiança de fé. A Bíblia diz que o sangue de Cristo fala por nós como um advogado fala pelo acusado diante de um tribunal<sup>8</sup>. Ele foi sepultado e, ao terceiro dia, vencendo o poder da morte, ressuscitou dentre os mortos. Ele ascendeu aos céus e foi feito Senhor e Cristo, tornando-se o Espírito que dá vida. Há na Bíblia um versículo muito importante que diz que o último Adão (Cristo) tornou-se Espírito que dá vida <sup>9</sup>.

### **Deus**



**Jesus**

**Espírito que dá vida**

Dessa maneira, ele se deu à humanidade, dispensando ávida de Deus, tornando-se disponível para vir e entrar no espírito dos que o recebem. O Deus invisível, que vivia em luz inacessível, tornou-se totalmente disponível ao homem! Por isso a Bíblia diz: *"Aquele que tem o Filho tem a vida; aquele que não tem o Filho de Deus não tem a vida"*<sup>10</sup>.

A ressurreição e ascensão de Cristo comprovam que ele é Deus. Os grandes líderes políticos e religiosos de todas as eras morreram e estão sepultados em tumbas ou mausoléus. Mas Jesus Cristo vive; seu sepulcro está vazio! A esse respeito, há uma passagem da Bíblia que é muito esclarecedora. O Evangelho de Lucas relata que, no terceiro dia após a morte e sepultamento de Jesus, algumas mulheres foram ao seu túmulo, levando aromas que haviam preparado, era alta madrugada, e, ao se aproximarem, encontraram a pedra removida do sepulcro. Entraram no recinto e não acharam o corpo de Jesus. Elas ficaram perplexas com isso e, de repente, apareceram-lhes dois varões com vestes resplandecentes que lhes disseram: *"Porque buscais entre os mortos ao que vive? Ele não está aqui, mas ressuscitou"*. Nos dias de hoje, tantas pessoas estão buscando o sentido para a vida entre os mortos, sentido este que somente Aquele que vive pode dar. Buscar a Cristo entre os mortos é incorreto e desautorizado por Deus. Jesus é o Cristo vivo que está disponível para vir diretamente para dentro do seu espírito, para preenchê-lo e dar sentido à sua vida.

### **Um Novo Começo**

Ao sermos gerados, ao nascer de nossos pais, recebemos a vida humana, uma vida que seria maravilhosa se não houvesse o pecado. E sempre ele que vem e estragar tudo, já vimos seus efeitos devastadores sobre todas as pessoas. Entretanto, há um segundo nascimento disponível a todos que o desejarem. Nesse nascimento o homem recebe a vida de Deus da parte de Cristo. A Bíblia chama esse segundo nascimento de *"regeneração"*. *"Deus (...) nos regenerou (...) mediante a ressurreição de Jesus Cristo dentre os mortos"* <sup>12</sup>. A chave para experimentar esse novo

nascimento é o espírito humano. A regeneração ocorre no nosso espírito. Nosso primeiro nascimento é físico, o segundo nascimento é espiritual. Que significa nascer de novo? Absolutamente não é aperfeiçoar-se, virar mais uma página da sua vida ou adotar uma nova escala de valores. Nascer de novo é ser regenerado com outra vida, a vida de Deus.

Jesus disse: "*Se alguém não nascer de novo, não pode ver o reino de Deus*"<sup>13</sup>. Não é necessário estudar, meditar ou esforçar-se para que isso aconteça. Na verdade, nada disso garante ao homem tal realidade. Podemos tomar como exemplo um gato. Se ele desejar pertencer ao reino das aves, de nada valerá esforçar-se para ser um pássaro ou estudar a respeito dos pássaros. Ele teria de ter a vida e a natureza dos pássaros para poder agir como um pássaro. O mesmo princípio se aplica ao homem. Se este quiser alcançar a qualidade de vida do reino de Deus e ter um viver como o do Senhor Jesus, não poderá depender de instrução, reforma ou regulamentos. Ele precisa receber a vida de Deus! Esse nascimento não é como uma mera entrada para a vida humana (que é fraca e temporal), mas trata-se da entrada para uma esfera mais elevada: a vida eterna, inexaurível e indestrutível de Deus. E, como vimos, é exatamente para isso que Deus veio até nós. Eleja providenciou todas as coisas, basta desejarmos tal vida.

# Uma Vida com Qualidade Total

---

## Capítulo Cinco

Como podemos constatar, qualidade de vida começa de dentro para fora. De nada resolve abraçar uma nova filosofia de vida, ou adotar uma nova escala de valores; é preciso ter uma nova vida, a vida de Deus. Ter qualidade de vida interior é receber o dispensar da vida de Deus, é permitir que essa vida atue em cada área do seu ser.

### De dentro para fora

As religiões, quaisquer que seja, operam no princípio “de fora para dentro”, ou seja, tratam de conformar as pessoas a um sistema, impondo-lhes regras, ordenanças, mandamentos. Normalmente, logo que alguém se torna membro de uma religião ele receberá uma lista de coisa que não pode fazer. Isso não muda o homem em sua essência, apenas na aparência.

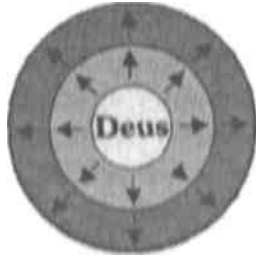
Entretanto, o princípio de Deus é totalmente diferente. A Bíblia nos mostra que Deus primeiramente quer entrar em nosso espírito e, a partir daí, expandir-se por todo o nosso ser. Quando ele, como o Espírito que dá vida, vem para dentro de nós, nosso espírito é vivificado. Aquele órgão que estava amortecido e sem uso é enchido pela vida divina, é iluminado para ver o sentido da vida. Há uma estrofe de um hino que registra bem o coração agradecido de um cristão por ter sido alcançado por Cristo:

O meu espírito estava em prisão, atado em pecado e trevas mil; o Teu olhar me despertou, e meu calabouço encheu de luz. Meu coração liberto foi, e levantei-me, e Te segui.

Este é o significado de ser um cristão genuíno: é ser alguém que recebe o dispensar de Deus. Tudo o que ele faz tem como realidade a vida de Deus sendo dispensada para sua pessoa. Por exemplo: ao orar, ele não se preocupa em repetir fórmulas pré-fabricadas, mas em contatar Deus, falar diretamente com ele, com suas próprias palavras, expressando seus sentimentos mais íntimos; ao ler a Bíblia, sua preocupação não é adquirir conhecimento a respeito de Deus, mas conhecer o próprio Deus, o coração de Deus, a vontade de Deus; seu contato com a Palavra de Deus é como uma refeição espiritual, que alimenta e supre interiormente.

Dessa maneira, Deus tem caminho para se expandir do espírito para a alma. Sua mente, que antes estava constantemente ocupada com dinheiro, sexo e preocupações várias, agora passa a pensar em Deus e em *"tudo o que é verdadeiro, tudo o que é respeitável, tudo o que é justo, tudo o que é puro, tudo o que é amável, tudo o que é de boa fama"*<sup>1</sup>. Sua

emoção, que antes era controlada por sentimentos de ódio, de ambição desmedida, de egoísmo, por depressões intermináveis, agora é enchida de gratidão a Deus, de amor ao próximo, de alegria interior. Sua vontade, que antes era governada pelo pecado e o levava a tomar decisões que o prejudicava m tremeu da mente, agora escolhe a Deus antes de Indo.



### **Uma questão de decisão**

Sendo o homem um ser tripartido - corpo, alma e espírito - , ele necessita ser suprido em cada uma dessas áreas. Todos concordam que precisamos de comida, bebida e moradia para garantir nossa vida física, e isso é chamado de necessidades básicas. Além disso, como pessoas que pensamos, temos sentimentos e vontades, também procuramos ser supridos na instância da alma; queremos amar e ser amados, queremos conhecer os mistérios do universo e dominá-los para nosso benefício, queremos nos alegrar e ter prazer. Nesse sentido, e para se alcançar o que se costuma chamar de qualidade de vida, as pessoas gastam seu tempo, dinheiro e energia, na busca de um "suprimento adicional" para seu físico e psique: uma casa mais confortável, bens materiais de melhor qualidade, academia de ginástica, massagens, dietas especiais, viagens, entretenimentos.

Não estamos dizendo que essas coisas sejam ruins ou que essas aspirações sejam ilegítimas, mas nada disso é suficiente se a parte mais interior do homem permanecer negligenciada. Se o espírito continua vazio, o homem como um todo fica desequilibrado. Entre as partes que nos constituem, o espírito é o fator humano essencial. Somente quando somos libertados da acusação do pecado e resolvemos nosso problema de relacionamento com Deus é que há possibilidade de alcançar harmonia com nós mesmos e equilíbrio em nosso relacionamento com as pessoas e fatos que nos cercam. Afinal, fomos criados exatamente para isso: para receber a vida de Deus em nosso espírito, viver por essa vida e expressar o próprio Deus em nosso viver.

Eis-nos aqui diante de uma porta aberta, uma porta que leva ao equilíbrio de uma vida centrada em Deus. Não se trata de promessas de enriquecimento, de arrumar casamento ou conseguir emprego, mas de ser preenchido interiormente pela vida de Deus. Agora, compete a você a decisão de receber ou não esse novo nascimento.

## Por um Simples Ato de Fé

Como vimos no capítulo dois, neste mundo em que vivemos há três esferas que são coexistentes, isto é, que existem ao mesmo tempo: as esferas física, psicológica e espiritual. A esfera física — constituída por formas, cores, texturas, movimentos, sons, aromas, temperaturas — é percebida pelos cinco órgãos dos sentidos que estão em nosso corpo físico. A esfera psicológica — que é invisível aos olhos humanos — é contatada com nosso órgão psicológico que é a alma, por meio da nossa mente, emoção e vontade. A esfera espiritual, que além de invisível é misteriosa, deve ser contatada com nosso órgão espiritual, que é o espírito humano. O contato com cada uma dessas três esferas é governado respectivamente por um princípio específico. Nós contatamos a esfera física pelo que vemos e tocamos. Contatamos a esfera psicológica pelo que sentimos. E contatamos a esfera espiritual por fé. Não contatamos Deus pelo que vemos ou tocamos, nem mesmo pelo que sentimos, mas por fé. É crendo que recebemos Deus e desfrutamos de Suas riquezas insondáveis.

<b>Esfera de Vida</b>	<b>Meio de Contatar</b>
Física	Pelo que vemos e tocamos (5 sentidos)
Psicológica	Pelo que sentimos e entendemos
Espiritual	Por fé

Jesus disse: *"Deus é Espírito, e importa que seus adoradores o adorem em espírito e em verdade"*<sup>2</sup>. O espírito humano é o órgão adequado para contarmos Deus. Deus deseja que o recebamos em nosso interior e, para isso, precisamos exercitar todo nosso ser corpo, alma e espírito. Com o corpo ouvimos ou lemos a palavra de Deus; com a alma a entendemos, apreciamos e decidimos recebê-la, e com o espírito nós a recebemos. Creer é receber. A Bíblia diz que a todos quantos receberam a Jesus, Deus *"deu-lhes o poder de serem feitos seus filhos, a saber, aos que crêem no seu nome"*<sup>3</sup>. Quando cremos em Deus, nós o recebemos o passamos a participar de sua vida.

## A Importância de Crer

Depois que Jesus foi crucificado e sepultado, seus discípulos passaram a temer a perseguição dos judeus. Ao cair da tarde do dia da ressurreição, estando os discípulos reunidos em uma casa, com as portas trancadas, apareceu Jesus no meio deles e disse-lhes: *"Paz seja convosco!"*

(...) *E, havendo dito isto, soprou sobre eles e disse-lhes: Recebei o Espírito Santo*"<sup>4</sup>. Foi um momento maravilhoso. O Mestre havia ressuscitado e aparecera aos discípulos, falara com eles e - o que é mais maravilhoso — lhes transmitira o Espírito Santo. Mas um dos doze apóstolos, chamado Tome, faltara àquela reunião maravilhosa e, ao ser informado do que acontecera, disse: *"Se eu não vir nas suas mãos o sinal dos cravos, e ali não puser o meu dedo, e não puser a minha mão no seu lado, de modo algum acreditarei"*<sup>5</sup>. Os próximos oito dias foram oito dias de indefinição, oito dias de incerteza, oito dias de angústia para aquele discípulo do Senhor. Enquanto seus companheiros transbordavam de alegria e de paz, e desfrutavam a consolação do Espírito Santo, Tome devia estar sentindo-se como um peixe fora d'água. Mas o Senhor Jesus é amável e misericordioso, e aproveitou a oportunidade para ensinar uma lição de fé a Tome e a todos os cristãos que viveram depois dele, tendo deixado seu registro na Bíblia. A Bíblia diz que *"passados oito dias, estavam outra vez ali reunidos os seus discípulos, e Tome, com eles. Estando as portas trancadas, veio Jesus, pôs-se no meio e disse-lhes: Paz seja convosco! E logo disse a Tome: Põe aqui o teu dedo e vê as minhas mãos; chega também a mão e põe-na no meu lado; não sejas incrédulo, mas crente. Respondeu-lhe Tome: Senhor meu e Deus meu! Disse-lhe Jesus: Porque me viste, creste? Bem-aventurados os que não viram e creram"*<sup>6</sup>. Esse é o princípio da fé: para crer não precisamos ver nem sentir, mas tão somente confiar na palavra de Deus.

### **Uma Mudança de Mente**

Reconhecendo nossa verdadeira situação diante de Deus, encontramos o caminho para confessar a ele nossa condição e arrependermos. Arrepende-se não é lastimar o passado e tentar corrigi-lo. Arrepende-se é "ter uma mudança de mente". Antes, quer você tivesse uma boa ou má conduta, você caminhava em sentido contrário a Deus, pois sua mente era contrária a Ele. Por isso, Jesus veio proclamando: "Arrependei-vos, porque está próximo o reino dos céus"<sup>7</sup>. Assim, com seu coração aberto para Deus, o caminho está aberto para você receber o Senhor.

### **Crer é Receber**

Receber o Senhor não exige que nós o vejamos ou que o toquemos com nossas mãos; basta que creiamos com o coração. "Porque pela graça sois salvos, mediante a fé; e isto não vem de vós, é dom de Deus; não de obras, para que ninguém se glorie"<sup>8</sup>. Crer não é apenas concordar ou entender, mas é tomar posse das palavras de Deus. Se você tem um cheque de mil reais, você tem mil reais. Hoje, Deus está trazendo as boas novas até você por meio das palavras Dele mesmo, e essas palavras são o cheque.

Tome posse delas e você será salvo. A Bíblia diz: "A todos quantos o receberam, deu-lhes o poder de serem feitos filhos de Deus; a saber, aos que crêem no seu nome"<sup>9</sup>. E a maneira prática de tomar posse de tudo que Deus preparou para nós, é confessando, falando. "Se com a tua boca confessares a Jesus como Senhor, e em teu coração creres que Deus o ressuscitou dentre os mortos, serás salvo"<sup>10</sup>.

Neste ponto do livro, quero convidá-lo, querido leitor, a provar por si mesmo o contato pessoal com Deus. E a experiência mais maravilhosa que o ser humano pode ter afinal, para isso mesmo fomos criados. Ao vir para nós, Deus vivifica nosso espírito amortecido. E para contatá-lo e recebê-lo em nosso espírito, não precisamos vê-lo ou tocá-lo fisicamente; basta crer. Basta que você agora abra seu coração o ore a Deus com toda sinceridade, pedindo-lhe que entre em seu espírito. Use suas próprias palavras, ele entenderá.

Se não souber como orar, você pode dizer as seguintes palavras para Deus, colocando nelas todo seu coração: "Senhor Jesus, eu me abro a ti. Reconheço que sou um pecador e quero receber-te como meu salvador. Entra no meu espírito e vem preencher-me interiormente. Sei que fui criado como um vaso para conter a vida de Deus e hoje eu decido abrir meu coração a ti. Neste exato momento, pela fé, começo a viver uma nova vida, uma vida com Deus, uma vida vitoriosa. Obrigado, Senhor, por teu amor e paciência comigo."



# Uma Vida Equilibrada

---

## Capítulo Seis

O ser humano só é total quando vive equilibradamente nas três esferas - física, psicológica e espiritual. Deus nos criou de maneira maravilhosa e não podemos prescindir de nenhuma parte do nosso ser, de nenhuma de nossas faculdades. Mas é importante nos darmos conta de que o espírito humano é o fator humano essencial. É dessa nossa parte mais interior que vem o equilíbrio para as demais partes. Uma pessoa vazia, sem Deus em seu espírito e sem um acesso freqüente à pessoa de Deus, fica à mercê de seus sentimentos flutuantes, de seus temores e ansiedades, de suas frustrações e amarguras. Tudo isso, além de afetar o relacionamento com as demais pessoas, produz reflexos na saúde física e mental. O espírito do homem sem Deus mesclado com ele, deixa o homem vazio interiormente, e o vazio interior é cada vez maior, aglutinador e causador de enfermidades físicas que levam muitas pessoas à morte, ou de enfermidades psicológicas que as levam ao suicídio ou a uma vida totalmente destituída de sentido e de felicidade.

### Comer para Crescer

Como vimos no capítulo dois, as três partes do ser humano servem para contatar as diferentes esferas do mundo em que vivemos - as esferas física, psicológica e espiritual. As vidas física, psicológica e espiritual são representadas por três palavras diferentes no grego, a saber: bios, psique e zoe, respectivamente. Como sabemos, toda vida precisa ser alimentada para crescer. Nosso corpo tem sido alimentado desde que nascemos. Começamos nos alimentando do leite materno, até que nosso organismo tenha condição de receber e processar alimento sólido. E é evidente que, quanto melhor e mais adequada a alimentação que uma criança recebe, mais normal e saudável será seu crescimento. Portanto, para se garantir qualidade de vida na esfera física, a alimentação desempenha papel preponderante. Caso contrário não teríamos crescido.

### Nós Somos o que Comemos

Mais uma vez aprendemos um princípio importante na esfera física, o qual se aplica às demais: Nós somos o que comemos. Quanto melhores nossos hábitos alimentares, melhor a qualidade de nossa vida física. É evidente que além da alimentação há outros fatores que concorrem

para uma boa qualidade de vida na esfera física — atividades físicas adequadas, abstenção do fumo, do álcool e das drogas,

Na esfera psicológica, desde que nascemos nossa alma (mente, emoção e vontade) é alimentada com sensações, sentimentos, emoções, valores, conhecimento etc. Aqui, na esfera psicológica, mais uma vez, se aplica o princípio de que a qualidade do alimento influencia diretamente a qualidade de vida. Desde que nascemos, ou antes mesmo de nascer - na vida intra-uterina -já começamos a receber estímulos que nos transmitem sensações de paz, de segurança, de ansiedade (experiências comprovam que o feto' depois de certa idade, reage à voz da mãe e a outros estímulos sonoros, como música). Desde nossa mais tenra infância, estamos recebendo de nossos pais, dos parentes mais próximos, valores e princípios de conduta, principalmente por meio do exemplo. Tais valores são um alimento para nossa alma e são elementos formadores do nosso caráter. Assim, o círculo familiar, o grupo social, a escola, os meios de comunicação - especialmente a televisão - além das experiências individuais, constituem o alimento que faz crescer a vida na esfera psicológica. É evidente que a qualidade de todos esses valores e experiências afetarão diretamente a qualidade da saúde psicológica de cada um. Bons exemplos, valores elevados, acesso a boas instituições escolares, bons livros e boas amizades são exemplos de alimentação saudável para a alma.

Por outro lado há os alimentos ruins, que fazem a alma "crescer" desequilibrada e revoltada. Pais que vivem em desarmonia, que não se importam com os filhos, exemplos de parentes e de amigos aproveitadores da boa-fé alheia, mentirosos, enganadores, caluniadores, infiéis, adúlteros, e toda sorte de imperfeições, são responsáveis pela formação de pessoas com personalidade desequilibrada, tornando-se, em muitos casos, marginais e criminosos. Até mesmo os traumas psicológicos são alimento para a alma, concorrendo para a formação do corpo psicológico das pessoas. Por isso, podemos afirmar que não há duas pessoas exatamente iguais, pois passamos por certas experiências em nossa vida que foram singulares, foram só nossas.

Nosso crescimento físico tem um limite, geralmente cerca de 2 metros de altura, mas nosso desenvolvimento como pessoa nunca termina; podemos continuar a melhorar em termos qualitativos. Enquanto vivermos e enquanto nossa capacidade mental estiver normal, nossa alma estará sendo alimentada por toda sorte de experiências e situações por que passarmos.

## **O Pão da Vida**

Na esfera espiritual também podemos crescer. Se você já recebeu, por fé, a vida de Deus no seu espírito, você agora tem mais uma vida para alimentar: a vida espiritual. Em nosso interior há um potencial imenso que nos capacita a crescer em vida: o espírito humano mesclado com o Espírito de Deus. E, assim como nas esferas física e psicológica, há alimentos positivos e alimentos negativos para o espírito humano. Os alimentos negativos são tudo que pode afetar negativamente a pessoa na esfera espiritual ou contrariar algum princípio divino registrado no Livro de Deus, a Bíblia. Entre eles estão a idolatria, as feitiçarias, consultar necromantes ou tentar comunicar-se com os mortos.<sup>1</sup>

Por outro lado, temos à nossa disposição o melhor alimento para o espírito: a Palavra de Deus. A Bíblia, o livro mais admirável e mais publicado no planeta, é um verdadeiro banquete espiritual. Suas palavras foram inspiradas por Deus e são o mais puro alimento para nosso espírito. Jesus disse: *"Não só de pão viverá o homem, mas de toda palavra que procede da boca de Deus"*<sup>2</sup>, em uma clara alusão de que as palavras de Deus são alimento para o homem. O conteúdo da Bíblia é verdade, é vida. Nela encontramos exortação, ensinamento, consolação, encorajamento, paz, alegria e suprimento de vida. O salmista disse: *"Lâmpada para os meus pés é a tua palavra, e luz para os meus caminhos"*.<sup>3</sup>

Se desejamos viver uma vida vencedora, precisamos estar sempre alimentados no espírito, tendo nossa fé fortalecida pela palavra de Deus. Por isso, devemos estabelecer o hábito de ler diariamente uma porção da Bíblia e, depois de compreender o significado do texto, devemos usar o espírito, por meio da oração, a fim de receber a realidade da palavra de Deus para a parte mais interior do nosso ser. Jesus disse: *"Conhecereis a verdade, e a verdade vos libertará"*.<sup>4</sup> Há muitas coisas das quais necessitamos ser libertos: algum vício ou hábito impróprio, algum pecado que insiste em nos escravizar, algum medo ou fobia, uma tristeza inexplicável ou uma depressão mortificante, ou nosso próprio temperamento difícil.

# Daqui por Diante

---

## Capítulo Sete

### Autoconhecimento e Harmonia Interior

Como vimos, para se obter qualidade de vida é necessário conhecer, em algum grau, a nós mesmos e aquilo que Deus preparou para nós. É extremamente importante conhecer a nós mesmos e a natureza humana, e permitir que Deus ocupe o lugar principal em nosso coração, a fim de obtermos o discernimento necessário para um bom relacionamento com nós mesmos e com as outras pessoas. A importância desse relacionamento passa a ser crucial quando ocorre na esfera familiar e profissional. A primeira, por razões óbvias; e a segunda, por se tratar do ambiente onde passamos a maior parte do tempo relacionando-nos com as mesmas pessoas.

Tendo sido preenchidos em nosso espírito com a vida de Deus, estamos qualificados para alcançar a "Qualidade Total" em nossa vida. Nesta nova vida, temos um novo começo e um novo caminho a percorrer. O ponto de partida é o nosso espírito, a partir do qual Deus quer expandir-se para todo nosso ser. Assim, gradativamente iremos alcançar mais qualidade em cada área da nossa vida, o que refletirá positivamente em nosso relacionamento interpessoal e interprofissional, atendendo à nossa necessidade de paz interior e de harmonia com os que se relacionam conosco.

### O Caminho mais Excelente

Não importando se a experiência com Deus foi instantânea ou gradual, o valor da transformação que ela produz na pessoa é o mesmo. Conhecer o propósito de Deus e ter o espírito preenchido com o próprio Deus, dá à pessoa algo fora dela mesma para amar; melhor dizendo, alguém a quem amar. Deus é amor e, ao recebê-lo em nosso espírito, podemos provar esse amor genuíno operando em nós; esse amor que consola, que alegra, que encoraja, esse amor que restaura e cura as enfermidades da alma e do corpo, esse amor que tudo suporta, que perdoa, que se consagra, esse amor que não age inconvenientemente nem procura seus próprios interesses, esse amor incondicional e que jamais acaba. E por essa razão que um homem que anda à pé pode ser mais feliz que aquele que tem dois carros importados na garagem.

## Vencendo o Medo

O amor de Deus operando em nós lança fora todo medo; até mesmo o medo da morte, que aterroriza milhões de pessoas diariamente. A Bíblia diz: *"No amor não existe medo; antes, o perfeito amor lança fora o medo"*<sup>1</sup>. Vale citar aqui a carta que um jovem holandês de 22 anos escreveu, momentos antes de, juntamente com seus três companheiros, ser fuzilado por um pelotão alemão, na Segunda Guerra Mundial. O crime deles era terem fugido da Holanda com a intenção de unirem-se às forças holandesas na Inglaterra:

*"Querido pai,*

*É difícil escrever-lhe esta carta, mas tenho que dizer-lhe que o Tribunal Militar decretou sentença de morte sobre nós. Leia esta carta várias vezes e então diga cuidadosamente à mamãe.*

*Quando escrevi a vocês, em 14 de fevereiro, já havíamos sido condenados à morte, mas eu não lhe disse porque tínhamos esperança em uma petição de indulto dirigida a Paris, a qual foi negada. Confiávamos no seu sucesso porque, afinal, nosso caso não era totalmente um crime!*

*Daqui a pouco, às cinco da manhã, será a hora; mas não é assim tão terrível. Não tenho medo. Tenho uma firme convicção de que posso antever uma morte em Cristo. Afinal, será apenas um momento, e logo estarei com Deus. Ali não haverá misérias nem tristezas, como nesta terra. Será esse um passo horrível? Ao contrário, trata-se da beleza de ser sustentado por Deus. O Senhor disse-nos que não abandonaria os que são seus. Sinto próxima a sua presença e estou preparado para morrer. Espero que isso seja para você um consolo.*

*Sei muito bem como é lamentável, pois ainda somos jovens. Mas Deus sabe que nossa causa era justa. Penso que é muito pior para vocês do que para mim, porque sei que confessei todos os meus pecados ao Senhor e que sou dele eternamente. Portanto, não fique triste, mas confie em Deus e ore para ser forte.*

*Mãe, querida mãe, deixe-me dar-lhe um abraço. Perdoa-me qualquer falta que lhe tenha cometido. Não chore, amada mãe. Tenha bom ânimo. Você ainda tem outros filhos. Sei que voltarei a vê-la. Receba o último e carinhoso beijo do seu filho Kees.*

*Pai, perdoa-me também. Seja forte na fé, que sei que você tem, assim como a mamãe. Não chore, mas agradece a Deus porque podemos ter a certeza da Sua graça.*

*Meus companheiros saúdam a todos. Sejam fortes e peçam a Deus força e coragem. Confiem Nele e Ele fará que todas as coisas concorram para o bem.*

*Saúdem a todos da nossa parte.*

*Sejam bons, papai e mamãe.*

*Meus sinceros agradecimentos a todos que fizeram algo por mim.*

*Estamos muito encorajados. Estejam vocês também. Eles somente podem tirar nosso corpo. Nossa alma está nas mãos de Deus.*

*Pais, dirijo-me para lá. Até que voltemos a nos ver naquela reunião que será muito mais feliz. O Senhor abençoe a todos vocês. Não guardem nenhum rancor. Morro sem amargura para com ninguém. Deixem que Deus guie todas as coisas.*

*Seu filho, Kees.*

Essa é a paz do cristão. Cristo destruiu aquele que tem o poder da morte e livrou a todos que, pelo pavor da morte estavam sujeitos à escravidão por toda a vida<sup>2</sup>. Somente se o recebemos como salvador, nossa atitude nesse momento, que fatalmente virá, poderá ser idêntica ao desse jovem cristão.

Mais que uma libertação do pavor da morte, ser um cristão genuíno é uma bênção por toda a vida. Como disse Mathew Henry em seu leito de morte: "Uma vida gasta no serviço a Deus e na comunhão com Ele é a vida mais grata e feliz que qualquer pessoa pode viver neste mundo"<sup>3</sup>.

### **Uma Vida Centrada em Deus**

Como vimos, qualidade de vida transcende as esferas físicas e psicológicas do nosso ser. Somente com nosso espírito preenchido por Deus é que podemos ter paz duradoura e encontrar um centro de estabilidade e tranqüilidade, a partir do qual podemos pensar e agir com maior clareza e criatividade.

Os problemas não se foram. Ainda existem. Mas agora estamos capacitados a enfrentá-los com coragem e segurança, sem desprezar nossos semelhantes nem precisar envolver-nos em situações de corrupção, mentira e ilegalidade. Com Deus governando nossa vida, podemos viver de modo digno, livres de tudo o que nos impedia de encontrar satisfação em nossa família, nos estudos e no trabalho.

Essa é a razão de ser do homem!

Esse é o sentido de ser um cristão!

Isso é qualidade de vida!

## **Apêndice**

Capítulo Um:

Coríntios 2:9  
Salmo 119:130

Capítulo Dois:

Gênesis 1:26  
Romanos 9:23, 24-31  
I Tessalonicenses 5:23  
Zacarias 12:1  
João 4:24

Capítulo Três:

Romanos 7:18-24  
Efésios 2:1  
Colossenses 1:21  
Romanos 6:12  
Isaías 64:6

Capítulo Quatro:

Isaías 7:14  
João 1:1, 14  
Colossenses 2:9  
João 1:29  
I Pedro 3:18  
João 3:14  
João 12:24  
I João 2:1  
I Coríntios 15:45  
João 5:12  
Lucas 24:1-6  
I Pedro 1:3  
João 3:3

Capítulo Cinco:

Filipenses 4:8  
João 4:24

João 1:12  
João 20:19-22  
João 20:25  
João 20:26-29  
Mateus 3:2  
Efésios 2:8-9  
João 1:12  
Romanos 10:9

Capítulo Seis:

Levítico 19:31  
II Coríntios 3:3  
Mateus 4:4  
Salmos 119:105  
João 8:32

Capítulo Sete:

João 4:18  
Hebreus 2:14-15 3

Autor de dezenas de  
comentários bíblicos, entre  
eles o consagrado  
Commentary on the Whole

Bible

Digitalizado por [ocrente.blogspot.com](http://ocrente.blogspot.com)