SEGUNDA 22/OUTUBRO

O CAMINHO DA FELICIDADE

*“Alegrem-se sempre no Senhor. Novamente direi: alegrem-se!” (Fl 4.4)*

A alegria, assim como o amor e a gratidão, são mandamentos cristãos. Algo que devemos escolher, decidir a respeito. Como poderíamos amar os nossos inimigos de outra forma, senão por meio de uma escolha consciência, uma decisão, visto que não temos sentimentos amáveis para com os que se opõem a nós? Ou como poderíamos ser gratos em todas as situações, se não é natural em nós nos sentirmos agradecidos pelos momentos difíceis ou ruins? Quanto a alegria, o mandamento é que nos alegremos no Senhor, e sempre, com regularidade, diariamente, em toda situação. Mais uma vez estamos diante da necessidade de fazer uma escolha, de tomar uma decisão.

Num mundo tão submisso a sensações e emoções, tal mandamento é algo bastante estranho. O senso comum nos induz a acreditar nos próprios sentimentos e, mais que isso, considera-los algo a que devemos nos submeter, atendendo seus clamores, sob pena de não sermos saudáveis. Devemos acreditar neles e segui-los. Mas este é um caminho equivocado para a vida. Não devemos desprezar nossas emoções, mas também não devemos ser escravos delas. Elas não são um bom mestre para a vida. Nossas emoções são enganosas, assim como nos enganamos em nossa compreensão e nossas percepções sobre a vida (Jr 17.9). Por isso somos encorajados com mandamentos sobre amor, gratidão e alegria, entre outros.

Alegrar-se no Senhor é um mandamento que nos convida a relacionar-se com Deus, não apenas baseados no que percebemos que Ele faz ou está fazendo, mas baseados em quem sabemos que Ele é. Porque Deus nos ama, porque é fiel, porque jamais nos abandona, porque é capaz de aproveitar qualquer circunstância ou situação e por meio dela nos abençoar, fazendo-nos melhores; porque nos perdoa e aceita mesmo sabendo quem somos e o quanto somos propensos a ser infiéis; porque nos enviou seu Filho amado, Jesus, por meio de quem temos vida eterna e recebemos o direito de chamar a Deus de Pai. Por estas e por tantas outras razões, somos encorajados a nos alegrar em Deus. Aprender a alegrar-se no Senhor é encontrar uma fonte inesgotável de alegria. É, verdadeiramente, trilhar o caminho da felicidade, num mundo com tantos motivos de tristeza. Então, não se deixe dominar ou impressionar pelas circunstâncias, sejam favoráveis ou desfavoráveis. Alegre-se no Senhor. Hoje, amanhã e todo dia, o dia todo, sempre!

TERÇA 23/OUTUBRO

FIÉIS NA AMABILIDADE

*“Seja a amabilidade de vocês conhecida por todos. Perto está o Senhor.” (Fl 4.5)*

O modo como agimos ou reagimos é uma fonte importante de testemunho cristão. Por diversas razões podemos ter desenvolvido um estilo de lidar com as pessoas que não é apropriado à nossa vida de fé e relacionamento com Cristo. Por isso, depois de dizer “alegrem-se no Senhor” orientando-nos quanto à nossa atitude diante da vida, Paulo nos orienta quanto ao modo de agir e reagir com as pessoas: “sejam amáveis”. O apóstolo orienta que o jeito amável de lidar com os outros deve ser tão característico ao ponto de ser conhecido por todos. Ele termina o verso dizendo que o Senhor está perto.

A que se referia o apóstolo: à presença de Deus que deveria constranger a uma atitude amorosa, pois do contrário Ele estaria vendo e repreenderia, ou estaria apenas lembrando aos filipenses que em breve o Senhor voltaria? Em Gálatas ele dá a seguinte orientação: “*Portanto, enquanto temos oportunidade, façamos o bem a todos, especialmente aos da família da fé.”*(Gl 6.10). A ideia em Filipenses possivelmente é a mesma: há uma grande benção em agir bem para com os outros e devemos aproveitar para fazer isso enquanto temos oportunidade; em breve o tempo findará. Mais que um dever, fazer o bem e ser amável é um privilégio, um prazer. Muitos ainda não descobriram isso. São escravos do temperamento, de uma maneira grosseira, ou intransigente, ríspida, dura. Em algum momento todos nós agimos inapropriadamente. Por isso temos a orientação do apóstolo e devemos nos lembrar dela.

Ser amável torna nosso dia melhor e melhora o dia de quem recebe nossa amabilidade. Ser amável pode ser a grande benção que mudará o coração do nosso irmão num dia difícil e sombrio. E isso é plenamente possível a nós. Podemos decidir que agiremos assim e seremos capazes de faze-lo. A amabilidade é divina, é característica do Reino de Deus. Portanto, como cristão, como filho do Deus amável, seja amável hoje! Amável de maneira que todos sintam sua amabilidade. Use um tom de voz amável, receptivo. Agradeça, cumprimente, sorria, escute atentamente, elogie, valorize, e encontre outras formas de tornar sua amabilidade visível a todos. De modo que, se o Senhor voltar hoje, Ele lhe encontre sendo amável. Isso também é ser fiel!

QUARTA 24/OUTUBRO

LIDANDO COM A ANSIEDADE

*“Não andem ansiosos por coisa alguma, mas em tudo, pela oração e súplicas, e com ação de graças, apresentem seus pedidos a Deus.” (Fl 4.6)*

Ansiolíticos são drogas que visam reduzir ou eliminar os sintomas causados pela ansiedade e, assim, diminuir o sofrimento daquele que está envolto nesta névoa sufocante. A ansiedade reduz nossa capacidade de percepção da realidade, ao mesmo tempo em que, ela própria, parece ser causada também por uma percepção limitada da realidade. Logo, ela tanto é gerada como alimenta uma visão distorcida ou limitada da vida. Esse mundo apressado, acelerado, em que queremos tudo logo e não gostamos de processos que demandem tempo, a ansiedade facilmente se manifesta. Não é sem razão que os ansiolíticos lideram as listas de medicamentos mais vendidos. Mas isso não é novo, não é fruto da nossa época. É fruto de nosso afastamento de Deus. Por isso Paulo trata do tema, lá no primeiro século. E sua orientação para lidar com a ansiedade é: aproximem-se de Deus.

Logo após dizer “alegrem-se no Senhor” e “sejam amáveis, perto está o Senhor”, Paulo orienta-nos a não viver ansiosos e oferece-nos um plano de ação para isso. O segredo não está em tentar lidar com a ansiedade propriamente dita, mas com o que dispara o gatilho da ansiedade em nós. Há muitas coisas que podem fazer isso. Para que nenhuma delas nos leve à ansiedade, devemos conversar com Deus a respeito, orar. As súplicas são os pedidos que fazemos a Deus sobre aquilo que nos inquieta, que representam nossas necessidades. Mas o apóstolo fala que as súplicas devem ser acompanhadas de ações de graças. Isso indica a postura de quem confia na soberana vontade de Deus e sabe que, seja qual for a resposta, Deus fará o melhor por nós, porque nos ama.

Portanto, para vencer a luta contra a ansiedade, enfrente seus temores conversando com Deus a respeito e pedindo a Ele que lhe socorra, dizendo o que gostaria que Ele fizesse. E, ao mesmo tempo, reconheça que Deus sabe muito melhor do que você mesmo como resolver o assunto. E então, desde antes de obter a resposta, seja grato. Por que essa atitude nos livra da ansiedade? Não é porque garante que as coisas tomarão o rumo que desejamos, mas porque fortalece a confiança de que estamos nas Mãos cuidadosas de Deus. Nos lembra que não estamos sozinhos e que Deus cuida de nós – como diz a canção: “Deus cuida de mim, à sobra das Suas asas”. Viver pela fé se expressa em atitudes como esta que Paulo nos orienta a ter para não sermos dominados pela ansiedade. Seja em relação a você mesmo ou a outros, siga a diretriz de Paulo e saia ou ajude outros a sair das garras da ansiedade para o descanso nos eternos braços do nosso Deus! Como diz a outra canção: “Descansando, nos eternos braços do meu Deus, vou seguro”.

QUINTA 25/OUTUBRO

CULTIVANDO A PAZ INTERIOR

*“E a paz de Deus, que excede todo o entendimento, guardará os seus corações e as suas mentes em Cristo Jesus.” (Fl 4.7)*

Estar em paz é uma benção! Dizemos que estamos em paz quando nos sentimos adequados para a vida e as circunstâncias ou, mesmo sem nos sentirmos adequados, nos sentimos confiantes e seguros. Temos recursos para construir, em algum grau, nossa própria paz. Essa paz, fruto de nosso trabalho, é importante e necessária, mas momentânea. Por exemplo, pode haver paz no coração de um estudante que se preparou para a prova e de um devedor que tem o necessário para saldar a dívida no dia de vencimento. E essa paz que podemos e devemos promover é nosso dever promover. Mas há inúmeras situações para as quais não temos condições de prover a paz que gostaríamos de ter. Paulo fala da paz de Deus.

A paz de Deus é uma dádiva, um presente que nos é ofertado como fruto de nossa busca e confiança dirigidas ao Senhor. A paz de Deus é, em última análise, Ele mesmo próximo a nós. É a certeza de que não estamos nas mãos de homem algum e nem mesmo à mercê das circunstâncias, mas nas Mãos de Deus. Por isso mesmo ela excede a todo entendimento, porque se fundamenta no que não pode ser visto ou tocado, não segue a lógica humana. É uma experiência de fé. Fortalecidos por esta paz muitos cristãos enfrentaram situações as mais difíceis e até a morte, serenamente. Aprendemos a confiar e a nutrir esta mesma paz se apresentamos a Deus, cotidianamente, nossas súplicas e confiamos que Ele nos tratará bem, pois nos ama. Em paz, nossos sentimentos e nossos pensamentos não nos atormentam. Eles ficam seguros, guardados pela presença de Cristo em nós.

Sermos alcançados por circunstâncias que podem nos deixar aflitos, destruir nossa paz, é apenas uma questão de tempo. Devemos nos nutrir com a paz de Deus. Viver diariamente em atitude de busca e dependência de Deus nos envolve no ambiente em que a paz de Deus se manifesta. Percebemos que não precisamos temer a tempestade se no barco está o Senhor dos céus, da terra e do mar. Ele tudo pode. Nossa paz não está no que Ele fará, mas em quem Ele é. A paz de Deus está além da compreensão porque é possível desfrutá-la sem que, necessariamente, tudo tenha sido consertado ou seja mentido como gostaríamos. Sua fonte é o próprio Deus. Exercite-se hoje na paz de Deus. Coloque no Senhor a sua confiança. Mesmo que tudo esteja bem, faça dEle a fonte de sua paz.

SEXTA 26/OUTUBRO

ESCOLHENDO EM QUE PENSAR

*“Finalmente, irmãos, tudo o que for verdadeiro, tudo o que for nobre, tudo o que for correto, tudo o que for puro, tudo o que for amável, tudo o que for de boa fama, se houver algo de excelente ou digno de louvor, pensem nessas coisas.” (Fl 4.8)*

A humanidade tem multiplicado a quantidade de informações a velocidades espantosas. Com o advento da internet, diariamente uma avalanche de novas informações são publicadas. Um adolescente mediamente instruído hoje tem mais informações sobre anatomia humana do que médicos há duzentos anos. Se você desejar conhecer determinada doença, basta pesquisar e terá vasta informação, incluindo imagens e filmes para ajudar. Mas muita informação necessariamente não significa muito conhecimento. Sabemos muito sobre nosso corpo, mas conhecemos pouco de nós mesmos. Ainda é válida a máxima socrática: “homem, conhece-te a ti mesmo”. Pois ainda tropeçamos em nossa própria natureza e produzimos, nós mesmos, nosso infortúnio. Muitas vezes porque lidamos mal ou simplesmente não sabemos lidar com quem somos.

Por isso as Escrituras são repletas de mandamentos que nos orientam a praticar determinadas condutas. Elas podem nos ajudar a cuidar melhor do que não entendemos bem – nós mesmos. Por exemplo, não nos damos conta do poder dos nosso pensamentos e acabamos nos tornando vítimas de nosso modo de pensar. Não cogitamos que, tão importante quanto decidir o que entrará em nosso estômago é decidir o que entrará ou permanecerá em nossa mente. E, assim como evitamos comer o que consideramos nocivo à nossa saúde, também avaliar as ideias e pensamentos nocivos à nossa vida. Não devemos ignorar que os nossos pensamentos determinam nossa compreensão da realidade. Com ou sem essa informação, mas influenciado pelo Espírito Santo, o apóstolo chama nossa atenção para um hábito de vida saudável e uma disciplina de relevância espiritual: escolher o que pensar!

Podemos escolher nossos pensamentos! Podemos cultivar o hábito de ser positivos quanto à vida, mais conscientes da presença de Deus, menos preconceituosos ou irritadiços. Tudo isso pela disciplina de governar os próprios pensamentos. Pensar no que é verdadeiro, nobre, correto, puro, amável, recomendável e que inspire o louvor a Deus é uma opção. Quanto melhor forem nossos pensamentos, as ideias que abrigamos, melhor reagiremos à vida, às tentações, aos problemas e à dor. Mais facilmente nos lembraremos de Deus e de Seu amor e isso fará toda a diferença. Isso certamente dará algum trabalho no começo, mas o esforço será recompensado. Então, guarde com todo cuidado a sua mente, pois ela é quem produz suas ações, reações e determina sua compreensão da realidade. Quanto melhores forem seus pensamentos, melhores serão seus dias!

SÁBADO 27/OUTUBRO

APRENDENDO O QUE JÁ SABEMOS

*“Alegrem-se sempre no Senhor. Novamente direi: alegrem-se. Seja a amabilidade de vocês conhecida por todos. Perto está o Senhor. Não andem ansiosos por coisa alguma, mas em tudo, pela oração e súplicas, e com ação de graças, apresentem seus pedidos a Deus. E a paz de Deus, que excede todo o entendimento, guardará os seus corações e as suas mentes em Cristo Jesus. Finalmente, irmãos, tudo o que for verdadeiro, tudo o que for nobre, tudo o que for correto, tudo o que for puro, tudo o que for amável, tudo o que for de boa fama, se houver algo de excelente ou digno de louvor, pensem nessas coisas. Tudo o que vocês aprenderam, receberam, ouviram e viram em mim, ponham-no em prática. E o Deus da paz estará com vocês.” (Fl 4.4-9)*

Estamos terminando a semana trazendo o texto completo, dos versos quatro a nove, de Filipenses quatro. É uma porção prática e extremamente atual. Neste nosso mundo tão ansioso e triste, em que os festejos são tão barulhentos quanto superficiais; em que a rispidez e agressão brotam facilmente do terreno raso do coração humano; raso porque acostumou-se à pressa e à superficialidade, porque perdeu a intimidade de amigos verdadeiros; em um ambiente assim todos ficam rasos e isso frustra. Estes versos de Filipenses nos oferecem resposta para tudo isso e ainda um pouco mais. Ao longo da semana refletimos neles e já sabemos um pouco de seu significado. Mas agora precisamos aprender! E para aprender, precisamos viver, colocar em prática.

Deus se revela a nós, não para nos informar, mas para nos transformar. Somos transformados, não pelas novas ideias que surgem a partir da revelação de Deus (e surgem muitas novas ideias! A comunhão com Deus é um poderoso gerador de *insights*!), mas quando respondemos a ela com fé e obediência, confiança e ação. Portanto, algumas questão se colocam diante de nós hoje:

* Cremos que as orientações de Paulo aos Filipenses são verdadeiramente Palavra de Deus dirigida a nós? Se cremos, devemos vive-las!
* Cremos que ajustar nosso comportamento ao que aprendemos será uma benção para nossa vida neste mundo incerto e injusto? Se cremos, por que não a obedeceríamos?!
* O que precisamos para coloca-las em prática? Elas direcionam-se ao nosso mundo interior, onde podemos decidir o que fazer.

No verso final do texto desta semana Paulo diz: “*Tudo o que vocês aprenderam, receberam, ouviram e viram em mim, ponham-no em prática. E o Deus da paz estará com vocês.”*(Grifo nosso). Paulo está falando de toda a carta e de muito mais, o que inclui completamente o trecho que estudamos. Agora é colocar em prática. Alegrar-se no Senhor, viver a expectativa de Sua volta, agir amavelmente com todos, apresentando a Deus todas as coisas em oração com o coração agradecido antecipadamente, confiando no que Ele amorosamente fará; e assim, experimentar uma paz inexplicável, vinda diretamente da própria presenta de Deus conosco. E, de forma consciente e vigilante, escolher os melhores pensamentos, mantendo a mente saudável e pronta para o bem! É hora de viver as verdades. Viva-as! Coloque em prática! Assim você será aperfeiçoado e verdadeiramente compreenderá o sentido de tudo isso. O Deus da paz estará com você e todos à sua volta serão abençoados por isso.