



Paulo Coelho

Editorial

Quais os valores que conduzem a nossa vida?

Quais os objectivos que procuramos atingir?

O que conta verdadeiramente para nos considerarmos pessoas realizadas e satisfeitas?

Jesus Cristo disse que aonde estivesse o nosso tesouro aí estaria o nosso coração. Na verdade a nossa vida é governada acima de tudo pelas nossas tendências e pelos nossos propósitos.

O rumo das nossas decisões e objectivos irão determinar o nosso grau de felicidade e a qualidade do nosso presente e do nosso futuro.

O mal não está nos princípios genéricos que muitos buscamos, como por exemplo, paz, segurança e alegria. O mal está no caminho que empreendemos para os alcançar.

Está Deus nesse caminho? Ou tentamos alcançar uma vida cheia sem a presença Daquele que tudo criou e tudo sustem?

Onde está o nosso tesouro e onde está o nosso coração?

Através deste número da Revista Compreender tentamos levá-lo(a) a meditar sobre si e sobre a sua vida. Todos buscamos felicidade, no entanto, só em Deus poderemos alcançá-la.



Viton Quinta

A paz de Deus e a paz dos homens

Começamos por compreender que não pode haver paz no mundo, isto é, num mundo governado pelo homem e, em última instância por Satanás, enquanto o próprio Deus não estabelecer o Seu Reino e Satanás e os seus anjos perderem todo o poder e capacidade de influenciar o coração do homem. Tal só acontecerá durante o Reino Milenar de Jesus Cristo e após Jesus ter destruído todos os inimigos e entregar o Reino ao Pai.

Foi o pecado da desobediência aos preceitos e estatutos de Deus que fez e que faz que o homem tenha perdido a verdadeira paz, aquela que só pode vir de Deus.

Isto não quer dizer porém, que todo aquele que busca a Deus e anda de acordo com a Sua vontade não possa e não deva encontrar a paz enquanto aqui viver. Ainda que não possa haver paz no mundo, ela poderá residir no coração do homem se este quiser, isto é, se se entregar na mão poderosa de Deus e tiver o Seu Espírito no coração. Como se pode deduzir destas palavras, a paz de Deus tem mesmo que habitar no coração dos que são Seus filhos. Deus conhece o coração do homem e a sinceridade que nele está. Consideremos as palavras e os conselhos de Deus que estão em **Salmos 37:27-40**: *"Aparta-te do mal e faz o bem; e terás morada para sempre. Porque o SENHOR ama o juízo e não desampara os seus santos; eles são preservados para sempre; mas a semente dos ímpios será desarraigada. Os justos herdarão a terra e habitarão nela para sempre. A boca do justo fala a sabedoria; a sua língua fala do juízo. A lei do seu Deus está em seu coração; os seus passos não resvalarão. O ímpio espreita ao justo, e procura matá-lo. O SENHOR não o deixará em suas mãos, nem o condenará quando for julgado. Espera no SENHOR, e guarda o seu caminho, e te exaltará para herdares a terra; tu o verás quando os ímpios forem desarraigados. Vi o ímpio com grande poder espalhar-se como a árvore verde na terra natal. Mas passou e já não aparece; procurei-o, mas não se pode encontrar. Nota o homem sincero, e considera o reto, porque o fim desse homem é a paz. Quanto aos transgressores, serão à uma destruídos, e as relíquias dos ímpios serão destruídas. Mas a salvação dos justos vem do SENHOR; ele é a sua fortaleza no tempo da angústia. E o SENHOR os ajudará e os livrará; ele os livrará dos ímpios e os salvará, porquanto confiam nele".*

Palavras de conforto para os que crêem.

O próprio Senhor Jesus estabeleceu claramente a diferença entre a paz dos homens e a paz que só Ele pode dar – **João 14:27**: *"Deixo-vos a paz, a minha paz vos dou; não vo-la dou como o mundo a dá. Não se turbe o vosso coração, nem se atemorize".* E, em seguida diz-nos: *"Credes em Deus, crede também em Mim."*

Esta paz que Deus nos dá através da morada do Espírito Santo no nosso coração, resulta da plena compreensão e aceitação da Sua vontade nas nossas vidas, do Seu plano de salvação para o homem através de Jesus Cristo, sabendo, apesar disso, que mesmo os Seus filhos terão aflições.

Mas, tal como Jesus também as teve (e grandes) e foi capaz de vencer o mundo através da Sua morte, também os que Nele crêem poderão ter aflições nesta vida – **João 16:33**: *"Tenho-vos dito isto, para que em mim tenhais paz; no mundo tereis aflições, mas tende bom ânimo, eu venci o mundo".* Vale a pena reflectir em que medida é que a morte de Jesus Cristo, podendo parecer uma derrota perante o mundo, constituiu, na realidade, a grande vitória sem a qual não teríamos direito à salvação. Foi pela fé que muitos se entregaram também à morte mas não renunciaram à fé.

Os governantes das nações falam de paz mas promovem a guerra. Já Jeremias alertava Israel em **Jeremias 6:14**: *"E curam superficialmente a ferida da filha do meu povo, dizendo: Paz, paz; quando não há paz".* E, com a guerra vem toda uma corte de males para os povos que nela são envolvidos. Vem um longo cortejo de sofrimento, destruição e injustiças. Mas Deus prometeu aos Seus filhos uma pátria celestial, eterna, onde não haverá mais morte, nem pranto, nem dor e um mundo em que tudo se fará de novo, não havendo mais lembrança dos males passados – **Apocalipse 21:1-5; Isaías 65:17**.

Ao contrário do que dizem os políticos deste mundo, os que governam os povos, vivem-se tempos de tribulação, opressão, inquietude, insegurança e angústia. Tempos piores ainda virão, de acordo com a profecia do Senhor, à medida que se aproxima o grande e terrível dia do Senhor, e que precederão a Segunda vinda do Rei Eterno. No Sermão da Montanha, o Senhor

Jesus é muito claro – **Mateus 24:22**: *"E, se aqueles dias não fossem abreviados, nenhuma carne se salvaria"*.

Nos tempos em que Deus criou o homem, este vivia em paz e era feliz. Deus fez o homem recto. Porém estes buscaram muitas astúcias – **Eclesiastes 7:29**. A humanidade afastou-se dos conselhos do seu Criador. Ao rejeitar a vida e a salvação através do Filho de Deus, a humanidade arrisca-se a pagar caro tal erro – **Hebreus 10:31**: *"Horrenda coisa é cair nas mãos do Deus vivo"*.

A partir da entrada do pecado, entrou o sofrimento e a morte no mundo. Veja-se o caso de Abel e Caim. Com a desobediência dos pais, acabou a paz no mundo e multiplicou-se a iniquidade que, como sabemos, é a violação consciente das leis de Deus. Logo no início Deus aborreceu-se com o homem – **Génesis 6:5, 11-12**: *"E viu o SENHOR que a maldade do homem se multiplicara sobre a terra e que toda a imaginação dos pensamentos de seu coração era só má continuamente... A terra, porém, estava corrompida diante da face de Deus; e encheu-se a terra de violência. E viu Deus a terra, e eis que estava corrompida; porque toda a carne havia corrompido o seu caminho sobre a terra"*. Depois disso veio o castigo sobre a humanidade – o Dilúvio. Mesmo assim, com pequenas excepções, o homem não emendou o seu caminho.

Não está hoje igualmente a humanidade corrompida e afastada dos caminhos de Deus?

O fim dos que se desviam é a morte eterna. **Provérbios 14:12** diz-nos que *"Há um caminho que ao homem parece direito, mas o fim dele são os caminhos da morte"*. O deus deste século, Satanás, cegou o entendimento do homem, tornando-o incrédulo – **2Coríntios 4:4**.

Mas, pergunta Job com toda a razão – **Job 9:4**: *"Ele é sábio de coração, e forte em poder; quem se endureceu contra ele, e teve paz?"* Podemos acrescentar com segurança: ninguém, pois Ele é o Senhor de todas as coisas!

Apesar de ser um Deus de misericórdia (e por isso mesmo não somos consumidos – **Lamentações de Jeremias 3:22**), o nosso Deus é um Deus de justiça que castigará o mal de forma exemplar.

Apesar dos inúmeros castigos que têm sobrevivendo à humanidade, esta não aprende os caminhos do Senhor. O Senhor não pode continuar a aceitar este estado de coisas. Por isso tem um tempo determinado para o castigo. O coração do homem está cheio de maldade e de injustiça.

Valerá a pena ler todo o Capítulo 7 de Ezequiel. Realçaremos aqui somente um trecho – **Ezequiel 7:23a**: *"porque a terra está cheia de crimes de sangue"*.

E, no entanto, é somente nos caminhos do Senhor que o homem pode encontrar a paz verdadeira, a interior, a do coração. Devido à desobediência e por ter voltado as costas a Deus, o castigo final virá sem tardar, porque a boca do Senhor o disse – **"O fim vem"** alerta-nos através dos profetas:

- Ø **Ezequiel 7:2-3** – *"Vem o fim, o fim vem sobre os quatro cantos da terra. Agora vem o fim sobre ti, e enviarei sobre ti a minha ira, e te julgarei conforme os teus caminhos, e trarei sobre ti todas as tuas abominações"*.
- Ø **Ezequiel 7:6-7a** – *"Vem o fim, o fim vem, despertou-se contra ti; eis que vem. A manhã vem para ti, ó habitante da terra. Vem o tempo; chegado é o dia da turbacão"*.
- Ø **Daniel 8:19** – *"Eis que te farei saber o que há de acontecer no último tempo da ira; pois isso pertence ao tempo determinado do fim"*.

- Ø **Daniel 9:26b** – "e até ao fim haverá guerra; estão determinadas as assolações".
- Ø **Habacuque 2:3**: "Porque a visão é ainda para o tempo determinado, mas se apressa para o fim, e não enganará".
- Ø **Joel 1:15; 2-1b, 11b**: "Ai do dia! Porque o dia do SENHOR está perto, e virá como uma assolação do Todo-Poderoso... tremam todos os moradores da terra, porque o dia do SENHOR vem, já está perto... porque o dia do SENHOR é grande e mui terrível, e quem o poderá suportar?".
- Ø **Isaías 66:15**: "Porque, eis que o SENHOR virá com fogo; e os seus carros como um torvelinho; para tornar a sua ira em furor, e a sua repreensão em chamas de fogo".

Deus trará grande destruição e castigo sobre a terra e sobre os homens ímpios que não querem ouvir a Palavra de Deus e agir de acordo com a Sua vontade. Poderíamos indicar com muitos mais versos bíblicos, mas bastará ler o alerta que o próprio Senhor Jesus nos dá no seu Sermão da Montanha em **Mateus 24**. Os sinais que precederão a Sua vinda estão ali claramente identificados. Podemos identificá-los nos nossos dias – guerras e rumores de guerras, pestes, terremotos em vários lugares, assolações e, principalmente, a dureza dos corações que não se querem arrepender e converter ao seu Deus.

Mas, as Palavras de Deus permanecem para sempre. Ele advertiu inúmeras vezes a Israel e continua hoje a mostrar-nos o caminho em que devemos andar – **Isaías 48:17-18**: "Assim diz o SENHOR, o teu Redentor, o Santo de Israel: Eu sou o SENHOR teu Deus, que te ensina o que é útil, e te guia pelo caminho em que deves andar. Ah! se tivesses dado ouvidos aos meus mandamentos, então seria a tua paz como o rio, e a tua justiça como as ondas do mar!". Mas aquele que é ímpio não terá paz (**vers. 22**).

Deus veio abrir a porta da salvação através do Seu Filho Jesus. Um mistério que esteve durante muito tempo escondido mas que nos últimos tempos nos foi revelado. Diz-nos Paulo em – **Efébios 3:8-9**: "A mim, o mínimo de todos os santos, me foi dada esta graça de anunciar entre os gentios, por meio do evangelho, as riquezas incompreensíveis de Cristo, e demonstrar a todos qual seja a dispensação do mistério, que desde os séculos esteve oculto em Deus, que tudo criou por meio de Jesus Cristo". Este Jesus é o Verbo Divino, o Deus que se fez carne e habitou entre nós; Ele é a porta aberta a todos os povos pela qual terão que entrar todos os que se querem salvar. Este é o Messias que havia sido prometido e que foi há muito anunciado em **Isaías 9:6-7** e depois confirmado em **Colossenses 1:20** e **Hebreus 13:20-21**.

Eis a chave! Eis a revelação do mistério!

Porém, o Senhor Jesus diz que não veio trazer a paz, mas sim a espada – **Mateus 10:34**. Como entender então estas palavras? A Palavra Dele é uma espada de dois gumes que penetra até ao mais íntimo da nossa alma (correção) e que causa dissensão. Olhemos à nossa volta e vejamos se não é como Ele nos disse? **Lucas 12:51-53**: "Cuidais vós que vim trazer paz à terra? Não, vos digo, mas antes dissensão; porque daqui em diante estarão cinco divididos numa casa: três contra dois, e dois contra três. O pai estará dividido contra o filho, e o filho contra o pai; a mãe contra a filha, e a filha contra a mãe; a sogra contra sua nora, e a nora contra sua sogra". Todos nós temos experiência disto! A dissensão (divergência de opinião, desavença, disputa) é o pão nosso de cada dia.

Quando Paulo nos saúda em **2Coríntios 1:2** não nos está a saudar com a paz deste mundo mas com a que vem de Deus: "Graça a vós e paz da parte de Deus nosso Pai, e da do Senhor Jesus Cristo", a qual, diz-nos Deus, excede todo o entendimento humano. Temos então que alcançar a nossa paz com Deus, através da fé em Jesus Cristo – **Romanos 5:1**: "Tendo sido, pois, justificados pela fé, temos paz com Deus, por nosso Senhor Jesus Cristo". Entendemos então o verdadeiro significado desta paz e a força do Espírito Santo nos nossos corações: "E a

paz de Deus, que excede todo o entendimento, guardará os vossos corações e os vossos sentimentos em Cristo Jesus” – Filipenses 4:7.

Se temos a paz de Deus no nosso coração, então, para além da paz com Deus temos paz com os homens – **Hebreus 12:14:** *"Segui a paz com todos, e a santificação, sem a qual ninguém verá o Senhor".*

O conselho de Pedro aos que confiam em Deus para salvação é – **1Pedro 4:7:** *"E já está próximo o fim de todas as coisas; portanto sede sóbrios e vigiai em oração".* Ora se Pedro dizia no seu tempo que já estava próximo o fim de todas as coisas, como não estará hoje mais próximo ainda o fim deste estado caótico em que o mundo vive? E porque é que o mundo está caótico? Porque vive sem a orientação de Deus e porque o homem quebrou a aliança eterna com o seu Criador – **Isaías 24:5:** *"Na verdade a terra está contaminada por causa dos seus moradores; porquanto têm transgredido as leis, mudado os estatutos, e quebrado a aliança eterna".*



Manuel Santos

O mundo está a escurecer

O cientista japonês Atsumu Ohmura, especialista em alterações climáticas, no Instituto Federal de Tecnologia da Suíça, investiga há dezanove anos um fenómeno relacionado com a perda gradual de luz solar em todo o planeta.

Nos últimos cinquenta anos, a luminosidade do sol diminuiu ao ritmo de três por cento por década.

O primeiro relatório publicado por Ohmura data de 1985. Na altura poucos lhe deram ouvidos na comunidade científica. Só na década de noventa outros cientistas observaram as mesmas ocorrências e chegaram a conclusões mais assustadoras. O Japão, *país do sol nascente*, é das áreas mais afectadas. O mesmo acontece no Ártico, na Irlanda e localidades da antiga União Soviética, onde a luz solar reduziu vinte por cento, entre 1960 e 1987.

O fenómeno começou a ser lentamente aceite e já foi oficialmente designado por um grupo de cientistas como *escurecimento global*.

Este obscurecimento é causado, aparentemente, pela poluição atmosférica, com a libertação de componentes químicos para o ar, em especial os sulfatos, que reflectem a luz do sol e são responsáveis pela formação de mais nuvens.

Os países onde a luz solar é mais débil, serão os primeiros a sentir as consequências. Na Holanda, um por cento de redução da luz solar significa um por cento de quebra na produção

agrícola. O efeito consiste numa alteração substancial no processo da fotossíntese das plantas, o que lhes modifica o crescimento.

Outros afirmam que é o próprio *efeito de estufa* que pode estar na origem do problema. Perante um sobreaquecimento da atmosfera, a evaporação da água é maior; por isso a destruição da camada de ozono poderá estar a aumentar a quantidade de nuvens, o que reduz a quantidade de luz solar.

in EXPRESSO. 14FEV04

Os cientistas descobrem estas coisas, apreciam-nas e tecem considerações acerca das suas possíveis causas. Mas a razão suprema que está por detrás destes fenómenos, é que eles não costumam descortinar. As causas derivam do mau uso que os habitantes deste planeta lhe dão; mas tudo isto já estaria previsto e inclusivamente com culpas atribuídas? Qualquer crente em Deus e conhecedor das Escrituras sabe bem que sim.

Estaremos nós a assistir a tudo aquilo que os profetas de Deus nos deixaram exarado há muitos séculos atrás

Apocalipse 8.12

"Depois, foi a vez de o quarto anjo tocar a sua trombeta. Uma terça parte do Sol, da Lua e das estrelas foi atingida. A sua luz perdeu uma terça parte da claridade e, por isso, uma terça parte do dia e uma terça parte da noite não tiveram luz."

Mateus 24.29

"Jesus disse: "Logo depois daqueles dias de aflição, o Sol ficará escuro e a Lua deixará de brilhar..."

E qualquer crente também sabe quais as causas directas da perda das qualidades naturais de tudo quanto Deus criou:

Isaías 24.4-5

"A terra está de luto e está murcha, o mundo está de luto e desfalece. Desfalecem os céus e a terra.

A terra foi profanada pelos seus habitantes, pois transgrediram as instruções do Senhor..."

Afinal as trevas são uma característica da época em que vivemos. Trevas da ignorância, trevas da maldade, trevas da ausência de Deus dos destinos do homem, trevas da iniquidade, trevas do sol...

Isaías 60.2

"As trevas cobrem a terra e a escuridão, os povos..."



Vitor Quinta

As (incompreensíveis) riquezas de Cristo

"Far-me-ás ver a vereda da vida; na tua presença há fartura de alegrias; à tua mão direita há delícias perpetuamente"

Salmo 16:11

Estas alegrias e delícias perpétuas estão prometidas a todos os que querem servir a Deus e andar nos seus caminhos. Quando nos chegamos a Deus e Ele nos *"faz ver a vereda da vida"*, estamos então em condições de conhecer o que ao homem comum está vedado. E não sede conformados com as coisas deste mundo, como nos diz Paulo aos **Romanos 12:2**: *"E não sede conformados com este mundo, mas sede transformados pela renovação do vosso entendimento, para que experimenteis qual seja a boa, agradável, e perfeita vontade de Deus"*.

O apóstolo Paulo diz-nos em **Efésios 3:8**: *"A mim, o mínimo de todos os santos, me foi dada esta graça de anunciar entre os gentios, por meio do evangelho, as riquezas incompreensíveis de Cristo"*.

Ele próprio, logo a seguir, vem ainda dizer que nem mesmo os anjos (principados e potestades nos céus) eram conhecedores deste mistério que só foi revelado através da Igreja de Deus (o seu Israel) – **versículo 8-11 e 21**: *"E demonstrar a todos qual seja a dispensação do mistério, que desde os séculos esteve oculto em Deus, que tudo criou por meio de Jesus Cristo; para que agora, pela igreja, a multiforme sabedoria de Deus seja conhecida dos principados e potestades nos céus, segundo o eterno propósito que fez em Cristo Jesus nosso Senhor... A esse glória na igreja, por Jesus Cristo, em todas as gerações, para todo o sempre. Amém"*.

Ele, Jesus Cristo, o Verbo Divino, o Deus na carne, que habitou entre nós (o *Emanuel* - Deus conosco) e por quem tudo foi criado e subsiste, foi o mistério revelado aos anjos e à humanidade, para salvação dos que Nele creem e abraçam um novo concerto com Deus. Mas já era Dele que falava Deus desde o princípio através dos profetas. Ele era o Esperado, o Messias (o Ungido de Deus). Antes Dele vir, muitos creram na promessa de Deus. Por exemplo: em **Judas 1:14** fala-nos que já Enoque (o sétimo depois de Adão) profetizou acerca da segunda vinda de Cristo, como Rei e Senhor.

Quando dizemos que Jesus Cristo nos pode oferecer grandes riquezas estamos a confirmar o que a Palavra de Deus nos diz. Enquanto que poucos são muito ricos (referimo-nos à verdadeira riqueza, à espiritual, a que projecta o homem para a vida eterna através da aceitação de Jesus Cristo como seu Salvador pessoal), a imensa maioria é extremamente pobre. Ainda que uma grande parte desta imensa maioria não sofra carências materiais, do ponto de vista espiritual estão mortos. Lembremos as palavras de Jesus em **Lucas 9:60**: *"Deixa aos mortos o enterrar os seus mortos"*.

E estão mortos porquê?

Porque não se arrependem da sua condição de pessoas de costas voltadas para o seu Criador e entregam os seus corações ao poder do Espírito de Deus para se renovarem e serem novas criaturas. Porque estão mortos em seus pecados. Porque não estão ligados à Vida.

Mas que riquezas (incompreensíveis, insondáveis, para a maioria) são estas que o ser humano pode encontrar em Cristo?

E como se pode chegar a tais riquezas senão através de uma entrega a Deus e de uma fé inabalável nas suas promessas?

Estas riquezas são acessíveis a todos, mas nem todos são capazes de as tocar por causa da dureza do seu coração. Veja-se o papel da fidelidade e da obediência – **Romanos 11:22**: *"Considera, pois, a bondade e a severidade de Deus: para com os que caíram, severidade; mas para contigo, benignidade, se permaneceres na sua benignidade; de outra maneira também tu serás cortado"*, não esquecendo as palavras de advertência que estão em **Apocalipse 2:10**: *"Nada temas das coisas que hás-de padecer. Eis que o diabo lançará alguns de vós na prisão, para que sejais tentados; e tereis uma tribulação de dez dias. Sê fiel até à morte, e dar-te-ei a coroa da vida"*. Muitos milhões no passado provaram a sua obediência e fidelidade com a própria vida, começando com os maiores exemplos: Jesus Cristo e os apóstolos. Esta é a grande prova que muitos de nós poderemos ter que enfrentar. Será que estamos preparados para ir até ao fim?

Voltando à mensagem de Paulo, podemos compreender melhor a grande riqueza que está em Jesus Cristo (o Alfa e o Ómega, o Primeiro e o derradeiro), Aquele através do Qual o homem pode chegar a Deus. Lemos **Efésios 3:14-19**: *"Por causa disto me ponho de joelhos perante o Pai de nosso Senhor Jesus Cristo, do qual toda a família nos céus e na terra toma o nome, para que, segundo as riquezas da sua glória, vos conceda que sejais corroborados com poder pelo seu Espírito no homem interior; para que Cristo habite pela fé nos vossos corações; a fim de, estando arraigados e fundados em amor, poderdes perfeitamente compreender, com todos os santos, qual seja a largura, e o comprimento, e a altura, e a profundidade, e conhecer o amor de Cristo, que excede todo o entendimento, para que sejais cheios de toda a plenitude de Deus"*.

Eis a chave do mistério que esteve guardado durante tantos séculos e que agora nos aparece revelado: **Jesus, o Cordeiro de Deus que tira o pecado do mundo!**

Isaías 9:6-7 confirma-nos: *"Porque um menino nos nasceu, um filho se nos deu, e o principado está sobre os seus ombros, e se chamará o seu nome: Maravilhoso, Conselheiro, Deus Forte, Pai da Eternidade, Príncipe da Paz. Do aumento deste principado e da paz não haverá fim, sobre o trono de David e no seu reino, para o firmar e o fortificar com juízo e com justiça, desde agora e para sempre; o zelo do SENHOR dos Exércitos fará isto"*.

É triste que a humanidade não entenda. É triste que o coração dos homens não aceite estas verdades. É triste que os homens vivam sem esperança. O deus deste mundo cegou-lhes o entendimento e não os deixa ver que um dia terão que prestar contas ao Deus Criador.

Sem Jesus nada podemos fazer. É Ele que actua em nós através do Espírito (aquele Consolador que nos havia prometido) para podermos compreender e aceitar estas riquezas do conhecimento e da sabedoria de Deus. É o Espírito de Deus que nos revela as Escrituras.

Mas são muito poucos os que as compreendem. **Mateus 11:25**: *"respondendo Jesus, disse: Graças te dou, ó Pai, Senhor do céu e da terra, que ocultaste estas coisas aos sábios e entendidos, e as revelaste aos pequeninos"*. Estes são o "pequeno rebanho" de que Ele fala e a quem o Pai agradou dar o reino. Os sábios deste mundo desvanecem-se nos seus discursos e na sua sabedoria terrena, esquecendo que uma só coisa é necessária – a entrega do coração do homem a Deus; a submissão ao seu poder e majestade. Também aqui lembramos as

palavras de Jesus a Marta em **Lucas 10:41**: "*Marta, Marta, estás ansiosa e afadigada com muitas coisas, mas uma só é necessária*".

Uma só coisa é necessária: a entrega do coração a Deus!

A partir daí deixar que Deus actue no nosso coração e nos aperfeiçoe para a vida eterna.

Mas vamos buscar outros ensinamentos à Palavra de Deus. Aí encontraremos outras riquezas espirituais que só Deus nos pode dar. Deus está a recriar uma nova família para Si, um povo santo, um povo adquirido.

A transformação (santificação) do homem

Eféios 4:12-13, 15: "*Querendo o aperfeiçoamento dos santos, para a obra do ministério, para edificação do corpo de Cristo; até que todos cheguemos à unidade da fé, e ao conhecimento do Filho de Deus, a homem perfeito, à medida da estatura completa de Cristo... seguindo a verdade em amor, crescamos em tudo naquele que é a cabeça, Cristo*". Lembremos as palavras de Jesus a Nicodemos: "*necessário te é nasceres de novo...se não nasceres da água e do espírito não podes entrar no reino de Deus (João 3:1-7)*".

A fé

A aceitação do sacrifício de Jesus pela remissão dos nossos pecados é essencial para a nossa salvação. Sabemos que sem fé é impossível agradar a Deus. **Hebreus 11:1**: "*Ora, a fé é o firme fundamento das coisas que se esperam, e a prova das coisas que se não vêem*", mas foi por ela que os antigos alcançaram testemunho. E foi pela fé que milhões, apesar de perseguidos, se entregaram à morte, mantendo-se fiéis até ao fim.

Os frutos do Espírito

A Palavra fala-nos deles em **Gálatas 5:22**: "*Mas o fruto do Espírito é: amor, gozo, paz, longanimidade, benignidade, bondade, fé, mansidão, temperança*". Estes só podem estar no coração dos verdadeiros filhos de Deus, onde o Espírito habita. Não podem estar no coração daqueles que não O querem amar e servir.

Aquele que vive debaixo da orientação do Espírito procede como está em **Romanos 12:9-21**: "*O amor seja não fingido. Aborrecei o mal e apegai-vos ao bem. Amai-vos cordialmente uns aos outros com amor fraternal, preferindo-vos em honra uns aos outros. Não sejais vagarosos no cuidado; sede fervorosos no espírito, servindo ao Senhor; alegrai-vos na esperança, sede pacientes na tribulação, perseverai na oração; comunicai com os santos nas suas necessidades, segui a hospitalidade; abençoai aos que vos perseguem, abençoai, e não amaldiçoeis. Alegrai-vos com os que se alegram; e chorai com os que choram;*

Sede unânimes entre vós; não ambicioneis coisas altas, mas acomodai-vos às humildes; não sejais sábios em vós mesmos; a ninguém torneis mal por mal; procurai as coisas honestas, perante todos os homens. Se for possível, quanto estiver em vós, tende paz com todos os homens. Não vos vingueis a vós mesmos, amados, mas dai lugar à ira, porque está escrito: Minha é a vingança; eu recompensarei, diz o Senhor. Portanto, se o teu inimigo tiver fome, dá-lhe de comer; se tiver sede, dá-lhe de beber; porque, fazendo isto, amontoarás brasas de fogo sobre a sua cabeça. Não te deixes vencer do mal, mas vence o mal com o bem". Tal é possível porque já tem no seu coração uma nova esperança. Trata-se da presença de Deus que transmite aos seus filhos a paz, a segurança, a certeza de fé, a confiança, o consolo espiritual, o refúgio seguro.

Através desta presença vem ainda a certeza da vitória final, por Jesus Cristo – **1Coríntios 15:57**.

O amor de Deus para com a criatura foi tão grande que O levou a oferecer-se a Si Próprio (O Verbo), tornando-se servo do próprio homem – **João 3:16**: *"Porque Deus amou o mundo de tal maneira que deu o seu Filho unigénito, para que todo aquele que nele crê não pereça, mas tenha a vida eterna"*.

Qual de nós era capaz de tão elevado acto de amor?

Através da morte e ressurreição de Jesus Cristo podemos recuperar a vida que foi perdida em Adão – **1Coríntios 15:22**: *"Porque, assim como todos morrem em Adão, assim também todos serão vivificados em Cristo"*. Esta é a grande e insondável riqueza que os eleitos irão herdar na vinda do Senhor.

Porém, todos aqueles que não aceitarem este sacrifício não serão dignos de entrar no reino de Deus. Estes estarão condenados por recusarem tão grande salvação. Estes são os que se deixam guiar pelo adversário de Deus.

Não esqueçamos pois a fidelidade, a diligência, o amor para com Deus e para com o nosso semelhante, trabalhando diligentemente na obra do Senhor – **Hebreus 6:9-12**: *"Mas de vós, ó amados, esperamos coisas melhores, e coisas que acompanham a salvação... Porque Deus não é injusto para se esquecer da vossa obra, e do trabalho do amor que para com o seu nome mostrastes, enquanto servistes aos santos; e ainda servis. Mas desejamos que cada um de vós mostre o mesmo cuidado até ao fim, para completa certeza da esperança; para que vos não façais negligentes, mas sejais imitadores dos que pela fé e paciência herdaram as promessas"*.



Manuel Santos

O Amor, o Perdão e a Reconciliação

O amor é como uma estrela que cintila na noite onde prevalecem o ódio, o ressentimento, o ciúme, o egoísmo, a inveja, a aversão, a animosidade, as pelejas. As ofensas podem afectar o amor e este arrefece e enferma.

Seria bom que quando nos fizessem uma ofensa, nós procurássemos erguer a nossa alma tão alto que a ofensa lhe não pudesse chegar.

Mas o coração humano está sempre predisposto a melindrar-se e assim, muitas vezes, o amor adoece. O perdão é o medicamento que o restabelece.

Os maus actos para com o próximo: Injúrias, falsos testemunhos, iras, incompreensão, as ofensas morais, são vírus que atacam e aniquilam o amor. Quando o perdão não age, o amor pode vir a ser totalmente extinto.

Por isso Jesus não permite que nos cheguemos a ele, sem que estejamos perfeitamente chegados uns aos outros.

Mateus 5.22-24

"Mas eu digo-vos mais: Todo aquele que se irritar contra o seu semelhante terá de responder em julgamento; aquele que insultar o seu semelhante, chamando-lhe "imbecil", será julgado pelo tribunal; e aquele que lhe chamar "estúpido" merece ir para o fogo do inferno. Por isso, quando fores ao templo levar a tua oferta a Deus, se te lembrares que o teu semelhante tem alguma razão de queixa contra ti, deixa a tua oferta diante do altar e vai primeiro fazer as pazes com o teu semelhante. Depois, volta e apresenta a tua oferta a Deus."

João 15.12

"O meu mandamento é este: amem-se uns aos outros como eu sempre vos tenho amado."

Um factor que faz perigar a sobrevivência do amor é a caprichosa falta de perdão.

1Pedro 3.8-9

"Vivam em harmonia e com os mesmos sentimentos. Amem-se como irmãos e sejam compreensivos e humildes. Não paguem o mal com o mal nem o insulto com o insulto. Pelo contrário, respondam com palavras de bênção, pois Deus chamou-vos para receberem as suas bênçãos."

O amor é a maior de todas as virtudes. E quando se perdoa, está-se amando. A relutância em perdoar é *o caminho largo*.

Mateus 7.12-14

"Façam aos outros tudo o que desejariam que eles vos fizessem. Aqui está o essencial da lei e do ensino dos profetas." "Entrem pela porta estreita! A porta é larga e é espaçoso o caminho que vai dar à perdição, e são muitas as pessoas que por ali passam. Mas é estreita a porta e apertado o caminho que vai dar à vida eterna e são poucas as pessoas que o encontram."

A falta de perdão é o caminho livre para o ressentimento, a vingança e a inimizade.

Jamais queiramos, como cristãos, corrigir uma violência com outra violência, uma palavra dura com outra palavra dura, uma ofensa com outra ofensa. Duro com duro não faz bom muro. Dois erros juntos nunca fazem um direito.

As represálias seguem-se à obstinação destrutiva de não perdoar. A represália não é uma atitude justa. Não se deve intentar mal contra o próximo.

Zacarias 7.8-13

"Sejam rectos nos julgamentos, bondosos e compreensivos uns com os outros."

Não prejudiquem a viúva, o órfão, o estrangeiro, o pobre, nem pensem em fazer mal uns aos outros. "Mas o povo não quis obedecer. Voltaram as costas e fizeram-se surdos para não ouvirem. Endureceram o coração como diamante, para não aceitarem os ensinamentos e os mandamentos que o Senhor Todo-Poderoso comunicou aos profetas de outrora. Por isso, o Senhor irritou-se profundamente e disse: "Já que eles não quiseram escutar-me quando eu os chamava, também eu não os ouvirei quando eles me invocarem."

Provérbios 24.17-18, 29

"Quando o teu inimigo cair não te regozijes, nem te alegres quando ele tropeçar na desgraça.

O Senhor veria isso com desagrado e deixaria de castigar o teu inimigo. Não digas: "Vou fazer-lhe a ele o mesmo que ele me fez a mim; cada qual paga por aquilo que fez."

O ódio, o ressentimento, o rancor, a aversão, a animosidade, progride como um veneno, se não empregamos o antídoto do perdão.

O amor tem de ser aprendido e reaprendido sem cessar. O ódio não precisa ser ensinado; basta ser provocado.

O perdão restitui ao ofendido o amor. A paz de espírito e segurança invadem o coração do perdoado; e este, grato, retribui com o mesmo amor.

Perdão e reconciliação são duas coisas distintas. Pode haver perdão sem reconciliação, ou reconciliação sem perdão. No primeiro caso, está tudo bem. É digna de apreço a pessoa que perdoa, sem ter havido o acto de reconciliação. É uma forma de perdão unilateral. Mas para haver uma perfeita reconciliação, deve recorrer-se ao acto público e aberto, pelo qual as pessoas, que se acham de relações cortadas, se abraçam fraternalmente, pedindo perdão uma à outra. Ao contrário, quando a reconciliação se faz, sem haver intimamente um sentimento de perdão sincero, tudo é vão e inútil. Actos hipócritas pelos quais duas pessoas se reconciliam apenas exteriormente, não havendo verdadeiro amor e sentimento de perdão nos seus íntimos, antes pelo contrário continua a existir ressentimentos e rancor, são condenáveis e vazios de valor espiritual.

O genuíno perdão é essencial e indispensável na comunidade cristã.

Nenhum de nós está livre, pela sua índole, suas qualidades expansivas, suas fraquezas ou sua tendência iracunda, de ofender o seu próximo; portanto o perdão é uma necessidade, um preceito, um mandamento, um dever a cumprir no seio das igrejas. Para tal deve ser observado incondicionalmente, sem parcialismo e sem restrições. O perdão é uma arma que o cristão possui, que quando é lubrificada com o óleo da humildade, após ter sido limpa com o produto da boa-vontade, fica pronta a matar todos os germens do ódio, vingança, inimizade, desavença, divergência e indiferença. Não deixemos que a corrosão da hipocrisia e da soberba penetrem nessa arma e a tornem inoperativa.

Um dos atributos do verdadeiro cristão é o perdão, espontâneo, sincero e radical.

1Tessalonicenses 3.12-13

"O Senhor faça crescer abundantemente o vosso amor de uns para com os outros e para com toda a gente. Que o vosso amor seja igual ao que temos por vocês. Assim, os vossos corações estarão firmes no bem e podem apresentar-se perfeitos e sem culpa diante de Deus, nosso Pai, quando nosso Senhor Jesus Cristo vier com todos os seus escolhidos."

O perdão promove a santidade no ambiente espiritual.

1Pedro 2.21-23

"É para isso que Deus vos chamou, pois o próprio Cristo sofreu por vocês e deixou-vos o exemplo, para seguirem os seus passos. Ele não cometeu nenhum pecado, nem se ouviu uma mentira sair da sua boca. Quando o insultavam, não respondia com insultos, quando sofria, não ameaçava, mas entregava-se a Deus que julga com justiça."

O perdão regenera, limpa, abençoa, anima e educa.

(Lucas 11.4; João 20.23; 1Corintios 11.27; Lucas 6.28; 2Corintios 11.19; Lucas 17.3-4; Levitico 19.17)



Paulo Coelho

Um tempo de decisões e de compromissos

O povo de Deus vive uma época em que se torna cada vez mais urgente um verdadeiro compromisso com o Criador e com a sua Verdade, expressa nas Sagradas Escrituras.

As profecias que na Bíblia dizem respeito ao tempo que precede a vinda de Jesus Cristo, como "Messias Filho de David", para erigir o Reino de Deus sobre toda a Terra e governar, juntamente com os seus remidos, todas as nações, estão a cumprir-se a grande velocidade.

Ao mesmo tempo Satanás, sabendo que o seu tempo se encurta, usa de todas as estratégias para iludir e enganar o povo de Deus, a sua Igreja, o seu Israel escolhido: "Pelo que alegrai-vos, ó céus, e vós que neles habitais. Ai dos que habitam na terra e no mar! Porque o diabo desceu a vós e tem grande ira, sabendo que *já* tem pouco tempo. E, quando o dragão viu que fora lançado na terra, perseguiu a mulher (*nota: a verdadeira Igreja de Deus, o seu Israel*) que dera à luz o varão." (**Apocalipse 12:12-13**)

Jesus Cristo já tinha expresso que assim seria antes da sua vinda:

"Nesse tempo, muitos serão escandalizados, e trair-se-ão uns aos outros, e uns aos outros se aborrecerão. E surgirão muitos falsos profetas e enganarão a muitos. E, por se multiplicar a iniquidade, o amor de muitos se esfriará. Mas aquele que perseverar até ao fim será salvo. E este evangelho do Reino será pregado em todo o mundo, em testemunho a todas as gentes, e então virá o fim." (**Mateus 24:10-14**)

São preocupantes os sinais e evidências da situação actual da Igreja de Deus, os quais podemos, verificar praticamente em todas as comunidades do mundo chamado desenvolvido.

Entre eles salientamos:

- Falta de oração e estudo da Palavra.
- Falta de adoração e louvor, e mesmo respeito, nos comportamentos diários e na postura durante as celebrações solenes.
- Desprezo pelas celebrações do calendário anual das Solenidades de Deus.
- Incoerência entre o comportamento diário e a fé.
- Falta de disponibilidade para servir a Deus (falta de tempo para Deus).
- Falta de empenho no ministério de sustentação financeira da obra de Deus.

- Apatia ou rebeldia face à vontade de Deus e às suas leis.
- Influência de doutrinas e filosofias que contrariam o amor e a obediência expressas na Palavra de Deus.
- E outros poderíamos referir...

A nível internacional chegam-nos apelos de Igrejas de Deus que correm o risco de fechar por falta de empenhamento local e pela morte ou doença dos seus membros tradicionais. A renovação não ocorre, os anos passam e o "tempo não perdoa".

Se não existir um avivamento da Igreja, pela acção do Espírito de Deus, muitas comunidades morrerão.

No entanto, esse avivamento só existirá se o povo de Deus se virar para o Senhor Deus YHWH ("IAUE" o Deus Único e Verdadeiro que a Bíblia anuncia) com um sentimento de arrependimento e um desejo de verdadeira e sincera conversão.

"Os olhos do SENHOR *estão* sobre os justos; e os seus ouvidos, *atentos* ao seu clamor. A face do SENHOR *está* contra os que fazem o mal, para desarraigar da terra a memória deles. *Os justos* clamam, e o SENHOR os ouve e os livra de todas as suas angústias. Perto *está* o SENHOR dos que têm o coração quebrantado e salva os contritos de espírito. Muitas *são* as aflições do justo, mas o SENHOR o livra de todas." (**Salmos 34:15-19**)

Anthony R. Verhulst

A diferença que faz diferença

Os desejos de satisfação primários são: felicidade, progredir e ganhar dinheiro (isto numa óptica materialista). Uma forma efectiva de realizar estes anseios é sendo ricos e prósperos. Assim como há pessoas pobres e ricas, há países pobre e ricos.

A diferença entre os países pobres e ricos não é a sua antiguidade.

Tal fica demonstrado pelos casos de países como a Índia e o Egipto, que têm mais de mil anos de antiguidade e são pobres.

Ao contrário, a Austrália e Nova Zelândia, que há pouco mais de 150 anos eram territórios desconhecidos, hoje são, todavia, países desenvolvidos e ricos.

A diferença entre países pobres e ricos também não está nos recursos naturais de que dispõem, pois o Japão tem um território muito pequeno e 80% dele é montanhoso, pobre para a agricultura e criação de gado. Porém, é a segunda potência económica mundial – o seu território é como uma imensa fábrica flutuante que recebe matérias primas de todo o mundo, as exporta transformadas, também a todo o mundo, acumulando riqueza.

Por outro lado, temos uma Suíça sem oceano, que tem uma das maiores frotas de navios do mundo. Não tem cacau mas tem um dos melhores chocolates do mundo; em seus poucos quilómetros quadrados, cria ovelhas e vacas e cultiva o solo quatro meses no ano, já que o resto é Inverno. Mas tem os melhores produtos lácteos de melhor qualidade de toda a Europa.

Tal como o Japão, não tem recursos naturais, mas produz e exporta serviços, com uma qualidade muito dificilmente superável. É um país pequeno que passa uma imagem de segurança, ordem e trabalho, que o converteu na caixa forte de todo o mundo.

Também não é a inteligência das pessoas que faz a tal diferença, como o demonstram os estudantes de países pobres que emigram para os países ricos e conseguem alcançar resultados excelentes na sua educação. Outro exemplo são os executivos de países ricos que visitam as nossas fábricas e ao falar com eles nos damos conta de que não há diferença intelectual.

Finalmente, não podemos dizer que a raça faz a diferença, pois nos países europeus ou na América do Norte vemos que uma boa parte da força produtiva deriva de países africanos ou sul-americanos.

Então o que faz a diferença?

Ao estudarmos a conduta das pessoas nos países ricos descobre-se que a maior parte da população cumpre as seguintes regras, cuja ordem pode ser arbitrária:

1. a moral como princípio básico
2. a ordem e a limpeza
3. a integridade
4. a pontualidade
5. a responsabilidade
6. o desejo de superação
7. o respeito pelas leis e regulamentos
8. o respeito pelos direitos dos demais (incluindo os dos animais)
9. o seu amor ao trabalho
10. o seu esforço pela economia e investimento

Necessitamos de mais leis? Sim, necessitamos das leis de Deus no nosso coração, sem as quais, todo o esforço humano, terreno, não servirão para coisa alguma! Necessitamos de uma esperança viva num Redentor (Jesus Cristo) e de um completo arrependimento e santificação dos nossos caminhos, sem os quais não veremos a Deus.

Pois, de que serve esta vida se não trabalharmos pela vida futura, a eterna, aquela que só será concedida aos que se entregarem aos caminhos e se submeterem à vontade de Deus? A matéria sem o Espírito está morta.

Nota:

Se estes pensamentos nos parecem correctos e nos devem fazer meditar na nossa vida material, quanto mais aplicáveis e verdadeiros se tornam quando transportados para a nossa vida espiritual, o do caminho que nos leva a Deus, esse sim o nosso verdadeiro TESOURO?

(adaptado de um texto escrito por Anthony R. Verhulst – verhulst@worldonline.nl)

O Aborto - Interrupção Voluntária da Gravidez

Dado o retorno do tema Aborto à nossa sociedade e a provável repetição do referendo sobre este tema, a redacção da Revista Compreender achou por bem editar a resolução recente da Direcção da Igreja versando esta temática.

"Atendendo ao avivamento do tema aborto/interrupção voluntária da gravidez na sociedade portuguesa, a Direcção da AID7P (IUJC/CCP) entende expressar a seguinte declaração:

1 – Os novos projectos de Lei acerca do aborto têm por intenção legitimar a interrupção voluntária da gravidez apenas pela vontade própria da futura mãe, negando assim o direito à vida de um ser vivo, que não tem capacidade de defesa em relação à sua própria existência. Pretende-se liberalizar a legislação actualmente aprovada em Portugal que confere a possibilidade de interrupção voluntária da gravidez em situações específicas, nomeadamente nos seguintes casos: **a)** constituir o único meio de remover perigo de morte ou de grave e irreversível lesão para o corpo ou para a saúde física ou psíquica da mulher grávida ou casos de fetos inviáveis (sem limite de tempo); **b)** se mostrar indicado para evitar perigo de morte ou de grave e duradoura lesão para o corpo ou para a saúde física e psíquica da mulher grávida e for realizada nas primeiras doze semanas de gravidez; **c)** houver motivos seguros para prever que o nascituro virá a sofrer, de forma incurável, de doença grave ou malformação congénita (aborto eugénico), e for realizado nas primeiras 24 semanas; **d)** a gravidez tenha resultado de crime contra a liberdade e autodeterminação sexual (por exemplo, violação) e a interrupção for realizada nas primeiras 16 semanas.

2 – O aborto relaciona-se com a soberania de Deus e com o carácter sagrado da vida humana. Sendo Deus o único sustentador da vida, só Ele tem o direito de tirá-la.

3 – A Bíblia, a Sagrada Palavra de Deus, defende que o ser humano assume a sua individualidade e existência desde o momento da concepção (**Salmo 139:12-19; Job 10:8-12; 31:15; 34:19; Salmo 119:73; Eclesiastes 11:5; Salmo 22:9-10; 71:6; Jeremias 1:5; Isaías 49:1, 5; 46:3-4; Lucas 1:41; 2:22; 18:15**).

A Palavra de Deus fala por si própria:

"Nem ainda as trevas me escondem de ti; mas a noite resplandece como o dia; as trevas e a luz são para ti a mesma coisa. Pois possuíste o meu interior; entreteceste-me no ventre de minha mãe. Eu te louvarei, porque de um modo terrível e tão maravilhoso fui formado; maravilhosas são as tuas obras, e a minha alma o sabe muito bem. Os meus ossos não te foram encobertos, quando no oculto fui formado e entretecido como nas profundezas da terra. Os teus olhos viram o meu corpo ainda informe, e no teu livro todas estas coisas foram escritas, as quais iam sendo dia a dia formadas, quando nem ainda uma delas havia. E quão preciosos são para mim, ó Deus, os teus pensamentos! Quão grande é a soma deles! Se os contasse, seriam em maior número do que a areia; quando acordo, ainda estou contigo. Ó Deus! Tu matarás, decerto, o ímpio! Apartai-vos, portanto, de mim, homens de sangue." (**Salmos 139:12-19**)

"As tuas mãos me fizeram e me afeiçoaram; dá-me inteligência para que aprenda os teus mandamentos." (**Salmos 119:73**)

"Mas tu és o que me tiraste do ventre; o que me preservaste estando ainda aos seios de minha mãe. Sobre ti fui lançado desde a madre; tu és o meu Deus desde o ventre de minha mãe." (**Salmos 22:9-10**)

"Por ti tenho sido sustentado desde o ventre; tu és aquele que me tiraste do ventre de minha mãe; o meu louvor será para ti constantemente." (**Salmos 71:6**)

"As tuas mãos me fizeram e me entreteceram; e, todavia, me consumes. Peço-te que te lembres de que, como barro, me formaste, e de que ao pó me farás tornar. Porventura, não me vazaste como leite e como queijo me não coalhaste? De pele e carne me vestiste e de ossos e nervos me entreteceste. Vida e beneficência me concedeste; e o teu cuidado guardou o meu espírito." (**Jó 10:8-12**)

"Aquele que me formou no ventre não o fez também a ele? Ou não nos formou do mesmo modo na madre" (**Jó 31:15**)

"Quanto menos àquele que não faz acepção da pessoa de príncipes, nem estima o rico mais do que o pobre; porque todos são obra de suas mãos." (**Jó 34:19**)

"Assim como tu não sabes qual o caminho do vento, nem como se formam os ossos no ventre da que está grávida, assim também não sabes as obras de Deus, que faz todas as coisas" (**Eclesiastes 11:5**)

"Antes que eu te formasse no ventre, eu te conheci; e, antes que saíesses da madre, te santifiquei e às nações te dei por profeta". (**Jeremias 1:5**)

"Ouvi-me, ilhas, e escutai vós, povos de longe! O SENHOR me chamou desde o ventre, desde as entranhas de minha mãe, fez menção do meu nome" (**Isaías 49:1**)

"E, agora, diz o SENHOR, que me formou desde o ventre para seu servo, que eu lhe torne a trazer Jacó; mas Israel não se deixou ajuntar; contudo, aos olhos do SENHOR, serei glorificado, e o meu Deus será a minha força." (**Isaías 49:5**)

"Ouvi-me, ó casa de Jacó e todo o resíduo da casa de Israel; vós, a quem trouxe nos braços desde o ventre e levei desde a madre. E até à velhice eu serei o mesmo e ainda até às cãs eu vos trarei; eu o fiz, e eu vos levarei, e eu vos trarei e vos guardarei." (**Isaías 46:3-4**)

"E aconteceu que, ao ouvir Isabel a saudação de Maria, a criancinha saltou no seu ventre; e Isabel foi cheia do Espírito Santo." (**Lucas 1:41**)

"E, cumprindo-se os dias da purificação, segundo a lei de Moisés, o levaram a Jerusalém, para o apresentarem ao Senhor" (**Lucas 2:22**)

"E traziam-lhe também crianças, para que ele as tocasse; e os discípulos, vendo isso, repreendiam-nos". (**Lucas 18:15**)

4 – A realização de um aborto apenas devido à vontade de alguém, incluindo a mãe, é uma ofensa contra a vida e deve ser considerada um crime contra as leis de Deus (**Gênesis 9:5-6; Êxodo 20:13; 21:12,14,22-23; 23:7; Levítico 24:17; Números 35:31; Deuteronômio 5:17; 27:25**), o Senhor da Vida.

"E certamente requererei o vosso sangue, o sangue da vossa vida; da mão de todo animal o requererei, como também da mão do homem e da mão do irmão de cada um requererei a vida do homem. Quem derramar o sangue do homem, pelo homem o seu sangue será derramado; porque Deus fez o homem conforme a sua imagem." (**Gênesis 9:5-6**)

"Não matarás." (**Êxodo 20:13**)

"Quem ferir alguém, que morra, ele também certamente morrerá;" (**Êxodo 21:12**)

"Mas, se alguém se ensoberbecer contra o seu próximo, matando-o com engano, tirá-lo-ás do meu altar para que morra." (**Êxodo 21:14**)

"Se alguns homens pelejarem, e ferirem uma mulher grávida, e forem causa de que aborte, porém se não houver morte, certamente aquele que feriu será multado conforme o que lhe impuser o marido da mulher e pagará diante dos juizes. Mas, se houver morte, então, darás vida por vida." (**Êxodo 21:22-23**)

"De palavras de falsidade te afastarás e não matarás o inocente e o justo; porque não justificarei o ímpio." (**Êxodo 23:7**)

"E quem matar a alguém certamente morrerá." (**Levítico 24:17**)

"e não tomareis expiação pela vida do homicida, que culpado está de morte; antes, certamente morrerá." (**Números 35:31**)

"Não matarás". (**Deuteronômio 5:17**)

"Maldito aquele que tomar suborno para matar a alguma pessoa inocente! E todo o povo dirá: Amém!" (**Deuteronômio 27:25**)

5 – Deve ser tido em conta também que alguns métodos apelidados de "anti-conceptivos", como é o caso da chamada "pílula do dia seguinte" ou o uso de estimulantes da contração do útero, são na realidade métodos abortivos, pelo que não devem ser aceites ou praticados pelos cristãos.

6 – O cristão, vivendo pela fé na Palavra de Deus, não pode ser aliado das campanhas que tentam legitimar o homicídio de inocentes.

7 – Assim, propomos a todos os membros de Igreja que exerçam os seus direitos sociais na defesa da vida e contra todos os esforços de liberalizar a lei do aborto em Portugal, defendendo desta forma o que vem expresso na vontade de Deus.

7 de Maio de 2005 - A Direcção Conjunta da Igreja"



Paulo Coelho

Até que ponto é que o exercício pode auxiliar à Osteoporose

Como já escrevemos anteriormente, a Osteoporose é uma doença metabólica do osso muito importante, pela sua frequência, e pelas suas consequências, o aumento da fragilidade do esqueleto e o aumento do risco de fracturas.

As fracturas são mais prevalentes nas pessoas idosas, primeiro em regiões como o punho, úmero (ombro) e a coluna vertebral, mais tarde no colo do fémur. Por ano milhares de pessoas em Portugal sofrem de fracturas osteoporóticas e muitas mais têm os seus ossos enfraquecidos pela descalcificação que a osteoporose provoca.

Entre os factores que interferem no metabolismo e na fisiologia do osso, está a intensidade e o tipo de actividade física que cada pessoa realiza. Sabe-se que o osso é um tecido vivo, dinâmico, que reage às forças que sobre ele ocorrem. Prova disto, é a demonstração de uma maior quantidade de osso no antebraço dos tenistas que empunha a raquete, em comparação com o antebraço contra-lateral.

Dado que o nosso esqueleto têm várias fases, no seu crescimento, maturação e involução, não é de admirar que o exercício adequado possa ter efeitos benéficos qualquer que seja o grupo etário da pessoa. Claro que, por si só, o exercício é insuficiente para manter um osso em boa quantidade e qualidade. Assim, não devem ser esquecidos outros factores igualmente importantes, nomeadamente, uma ingestão de cálcio adequada, não fumar, moderar a ingestão de álcool, moderar a ingestão de cafeína e ter uma dieta equilibrada em proteínas. Alguns estudos demonstraram que a associação de exercício a uma boa ingestão de cálcio tem um efeito mutuamente aditivo.

O exercício deve ter algumas características para que o seu efeito tenha um resultado final positivo na massa óssea:

- Deve ser regular
- Deve ser um exercício de carga (andar a pé, marchar, correr)
- Deve ser adaptado a cada pessoa, atendendo ao seu grupo etário e doenças associadas

Outro tipo de exercícios, feitos com menos carga (por exemplo a hidro-ginástica), podem ter um efeito benéfico na capacidade de mobilização e na melhoria dos reflexos. Tal pode ser bastante útil para que, pelo aumento da agilidade, se evitem traumatismos e quedas, que poderiam resultar em fractura.

A Sociedade de Osteoporose do Canadá estabeleceu as seguintes recomendações gerais, que consideramos bastante úteis em relação à actividade física e diminuição do risco de osteoporose e fractura:

- A imobilização deve ser evitada
- A actividade física moderada e regular deve ser promovida
- Deve avaliar-se o risco de queda e limitações dos idosos de forma a criar programas específicos de actividade
- Deve promover-se o exercício de grupo (comunitário)
- Uma nutrição adequada deve associar-se ao exercício
- Ter em conta que o benefício do exercício é independente de outras medidas eventualmente também tomadas.

Caso tenha dúvidas, sobre este ou outros temas relacionados com as Doenças Reumáticas, escreva para a Revista Compreender por via postal ou pela Internet.

FAÇA AS SUAS PERGUNTAS SOBRE TEMAS DE SAÚDE

Nos colaboradores habituais da Revista Compreender existem várias pessoas relacionadas com a área da Saúde. Estamos ao seu dispor para o esclarecimento de dúvidas relacionadas com este tema. Escreva-nos e exponha as suas dúvidas. ***(Garantimos o sigilo da identidade de todos os que nos escreverem).***

Projecto Compreender

Apartado 9827 1911 LISBOA CODEX PORTUGAL

e-mail: mail@iujc.pt