



Libertos da doença

E o Senhor afastará de ti toda enfermidade; não porá sobre ti nenhuma das doenças terríveis dos egípcios, que bem conheces. No entanto, Ele as porá sobre todos os que te odiarem (Deuteronômio 7:15).

O corpo deve ser mantido em uma condição saudável para que a alma tenha saúde. A condição do corpo afeta a da alma. Quem quiser ter força física e espiritual deve educar seu apetite na direção correta. Deve ter cuidado para não prejudicar a alma ao sobrecarregar suas faculdades físicas ou espirituais. O apego fiel aos princípios corretos no comer, beber e vestir-se é um dever que Deus impôs aos seres humanos. — Evangelismo, p. 261.

Estudo adicional: Filhos e filhas de Deus, pp. 168-176.

DOMINGO, 26 DE MAIO - 1. PECADO E DOENÇA

1A) Qual é a relação entre pecado e doença? Salmos 103:3 e 4; João 5:14.

Sl 103:3 e 4 — É ele quem perdoa todas as tuas iniquidades, quem sara todas as tuas enfermidades, 4 quem resgata da cova a tua vida, quem te coroa de amor e de misericórdia.

Jo 5:14 — Jesus encontrou-o mais tarde no templo e disse-lhe: Olha, já estás curado; não peques mais, para que não te aconteça coisa pior.

Existem milhares de pessoas, hoje, que sofrem de doenças físicas, e que, assim como o paralisado, anseiam pela mensagem: “Perdoados te são os teus pecados”. O peso do pecado, com sua inquietação e desejos não satisfeitos, é a base de suas doenças. Não conseguem achar alívio até encontrar o Médico da alma. A paz que somente Ele pode transmitir restauraria o vigor à mente e a saúde ao corpo. — A ciência do bom viver, p. 77.

1B) Unicamente quem pode fornecer o antídoto? Malaquias 4:2.

Ml 4:2 — Mas para vós, os que temeis o Meu nome, nascerá o Sol da Justiça, trazendo cura nas Suas asas; e vós saireis e saltareis como bezerras soltas no curral.

Muitos sofrem mais de doenças da alma do que de doenças físicas, e não encontrarão alívio até se achegarem a Cristo, a Fonte de vida. — Minha consagração hoje, p. 154.

SEGUNDA-FEIRA, 27 DE MAIO - 2. A EXPERIÊNCIA DE ISRAEL

2A) Que promessas Deus fez a Israel a respeito de sua saúde? Como Ele cumpriria essas promessas? Êxodo 23:25.

Ex 23:25 — Cultuareis o Senhor vosso Deus, e Ele abençoará o vosso pão e a vossa água; e Eu tirarei do meio de vós as enfermidades.

O Senhor deu Sua palavra ao antigo Israel: caso se apegassem firmemente a Ele e cumprissem todos os Seus requisitos, Ele os guardaria de todas as doenças que haviam atormentado os egípcios; mas essa promessa foi feita sob condição de obediência. Se os israelitas houvessem obedecido às instruções recebidas, aproveitando-se de suas vantagens, teriam se tornado um modelo de saúde e prosperidade para o mundo. Mas deixaram de cumprir o plano divino e, como consequência, também não receberam as bênçãos que poderiam ter sido suas. Entretanto, em José, Daniel, Moisés, Elias e muitos outros, temos exemplos nobres dos resultados que podem ser obtidos por meio de um plano sábio de vida. Da mesma maneira, a fidelidade hoje em dia produzirá resultados idênticos. — Testemunhos para a igreja, vol. 9, p. 165.

2B) Qual era a condição física dos israelitas enquanto viajavam pelo deserto? Salmos 105:37. O que isso diz do poder de Deus?

Sl 105:37 — Mas, a eles, os fez sair com prata e ouro, e entre as suas tribos não houve um só enfermo. (Almeida, Revista e Corrigida.)

Por um milagre da misericórdia, Ele os alimentou com o pão do Céu. A comida que lhes foi providenciada era de natureza a promover força física, mental e moral, e [...] a sabedoria da escolha de Deus para eles foi demonstrada de um modo que não podiam negar. Apesar das dificuldades de sua vida no deserto, não havia nenhum enfermo em todas as suas tribos. — Este dia com Deus, p. 77.

2C) Como a obediência a Deus conduz à libertação da doença? Êxodo 15:26; Deuteronômio 7:12 e 15.

Ex 15:26 — Dizendo: Se ouvires atentamente a voz do Senhor, teu Deus, e fizeres o que é correto aos seus olhos, e deres ouvido aos seus mandamentos, e guardares todos os seus estatutos, não enviarei contra ti nenhuma das doenças que enviei contra os egípcios, pois eu sou o Senhor que te sara.

Dt 7:12 e 15 — Se ouvirdes estes preceitos, guardando-os e cumprindo-os, o Senhor, teu Deus, manterá a aliança e a misericórdia que prometeu com juramento a teus pais; [...] 15 E o Senhor afastará de ti toda enfermidade; não porá sobre ti nenhuma das doenças terríveis dos egípcios, que bem conheces. No entanto, ele as porá sobre todos os que te odiarem.

Deus deseja que alcancemos a norma de perfeição que o dom de Cristo nos tornou possível. Ele nos convida a fazer nossa escolha certa, a ligar-nos aos instrumentos celestes, e a adotar princípios que hão de restaurar em nós a imagem divina. Na palavra escrita e no grande livro da natureza, Ele revelou os princípios da vida. É nossa obra obter conhecimento desses princípios e, pela obediência, cooperar com Ele na restauração da saúde física e espiritual. — A ciência do bom viver, pp. 114 e 115.

TERÇA-FEIRA, 28 DE MAIO - 3. JESUS, O GRANDE MÉDICO

3A) O que Cristo precisou sofrer para que pudéssemos ser libertos do pecado e da doença? Isaías 53:5.

Is 53:5 — Mas Ele foi ferido por causa das nossas transgressões e esmagado por causa das nossas maldades; o castigo que nos traz a paz estava sobre Ele, e por Seus ferimentos fomos sarados.

Contemplem o Filho de Deus no deserto da provação, em tempos de grande fraqueza, assaltado pela mais feroz tentação. Vejam-no durante Seus anos de ministério, atacado por todos os lados pelas forças do mal. Observem-no em agonia sobre a cruz. Tudo isso Ele sofreu por nós! — Testemunhos para a igreja, vol. 8, p. 209.

3B) O que traz cura para o corpo e a alma? Provérbios 4:20-22; Provérbios 3:7 e 8.

Pv 4:20-22 — Meu filho, atenta para as Minhas palavras; inclina o ouvido às Minhas instruções. 21 Não as percas de vista; guarda-as dentro do coração. 22 Porque são vida para os que as encontram e saúde para o corpo inteiro.

Pv 3:7 e 8 — Não sejas sábio a teus próprios olhos; teme o Senhor e desvia-te do mal. 8 Isso te trará saúde ao corpo e vigor aos ossos.

A garantia da aprovação de Deus promoverá a saúde física. Isso fortalece a alma contra a dúvida, a perplexidade e o sofrimento excessivo, que tantas vezes minam as forças vitais e provocam as doenças nervosas mais debilitantes e perturbadoras. O Senhor garantiu Sua infalível palavra de que Seus olhos estarão sobre os justos, e Seus ouvidos abertos à oração deles, ao passo que é contra todos os que praticam o mal. — *The Review and Herald*, 16 de outubro de 1883.

A enobrecedora influência do Espírito de Deus é o melhor remédio para o doente. O Céu é todo saúde, e quanto mais as influências celestiais são sentidas, mais certa a recuperação do crente enfermo. — *Testemunhos para a igreja*, vol. 1, p. 556.

3C) Como Jesus nos ajuda quando estamos doentes? Mateus 8:17; Mateus 11:28-30.

Mt 8:17 — Para que se cumprisse o que havia sido falado pelo profeta Isaías: Ele tomou sobre Si as nossas enfermidades e carregou as nossas doenças.

Mt 11:28-30 — Vinde a Mim, todos os que estais cansados e sobrecarregados, e Eu vos aliviarei. 29 Tomai sobre vós o Meu jugo e aprendei de Mim, que sou manso e humilde de coração; e achareis descanso para a vossa alma. 30 Porque o Meu jugo é suave, e o Meu fardo é leve.

O amor difundido por Cristo em todo o ser é um poder vitalizante. Esse amor toca cada órgão vital — cérebro, coração e nervos —, transmitindo cura. As mais altas energias do ser são despertadas por ele para a atividade. Liberta a alma da culpa e da dor, da ansiedade e do cuidado que consomem as forças vitais. Serenidade e compostura vêm com ele. Implanta na alma uma alegria que coisa alguma terrestre pode destruir: a alegria no Espírito Santo, que comunica saúde e vida.

As palavras de nosso Salvador: “Vinde a Mim, [...] e Eu vos aliviarei” (Mateus 11:28) são uma receita para a cura dos males físicos, mentais e espirituais. Embora os homens tenham atraído sobre si o sofrimento por causa de suas más ações, Ele os olha com piedade. NEle podem encontrar socorro. Grandes coisas fará por aqueles que nEle confiam. — A ciência do bom viver, p. 115.

QUARTA-FEIRA, 29 DE MAIO - 4. VIVENDO EM SAÚDE

4A) Qual é o desejo de Deus para o Seu povo hoje? 3 João, vers. 2.

3Jo, vers. 2 — Amado, desejo que sejas bem-sucedido em todas as coisas e que tenhas saúde, assim como a tua alma vai bem.

Vocês pertencem ao Senhor, pois Ele os criou. São dEle pela redenção, pois deu a vida por vocês. [...] Conservem em boas condições cada parte do organismo vivo a fim de o empregarem para o serviço de Deus. Conservem-no para Ele. A saúde de vocês depende do devido uso de seu organismo físico. Não empreguem mal nenhuma parte das faculdades que lhes foram dadas por Deus, sejam elas físicas, mentais ou morais. Todos os seus hábitos devem ser postos sob o domínio de uma mente que está, ela mesma, sob o controle de Deus. — Filhos e filhas de Deus, p. 171.

4B) Que atitude nos ajuda a superar a doença? Provérbios 17:22; Provérbios 13:12.

Pv 17:22 — O coração alegre é um bom remédio, mas o espírito abatido adoce os ossos.

Pv 13:12 — A esperança adiada entristece o coração, mas o desejo cumprido é árvore de vida.

A consciência de fazer o que é certo é o melhor remédio para corpos e mentes enfermos. Aquele que está em paz com Deus alcançou o requisito mais importante para a saúde. A bênção do Senhor é vida para quem a recebe. — The Signs of the Times, 15 de junho de 1882.

A condição da mente tem muito que ver com a saúde do organismo. Se a mente está livre e feliz, sob a consciência de fazer o que é certo, e tem experimentado um senso de satisfação por levar felicidade a outros, isso criará uma alegria que reage benéficamente sobre todo o corpo, produzindo uma circulação mais livre do sangue e uma tonificação do sistema, revigorando o organismo como um todo. — Testemunhos para a igreja, vol. 4, p. 60.

4C) Que atos abnegados nos ajudam a restaurar a saúde? Isaías 58:6-8, 10 e 11.

Is 58:6-8, 10 e 11 — Por acaso não é este o jejum que escolhi? Que soltes as cordas da maldade, que desfaças as ataduras da opressão, ponhas em liberdade os oprimidos e despedaces todo jugo? 7 Não é também que repartas o pão com o faminto e recolhas em casa os pobres desamparados? Não é que vistas o nu, o cubras e não deixes de socorrer o próximo? 8 Então a tua luz romperá como a alva, e a tua cura logo chegará; a tua justiça irá adiante de ti, e a glória do Senhor será a tua retaguarda. [...] 10 E se abrires a alma ao faminto, e fartares o aflito, a tua luz nascerá nas trevas e a tua escuridão será como o meio-dia. 11 O Senhor te guiará continuamente, te fartará até em lugares áridos e fortificará os teus ossos. Serás como um jardim regado e como um manancial, cujas águas nunca faltarão.

Existe um remédio para você, que tem pouca saúde. Se cobrir o nu, recolher em casa os pobres desterrados e repartir o pão com os famintos, “então, romperá a tua luz como a alva, e a tua cura apressadamente brotará” (Isaías 58:8). Fazer o bem é excelente remédio para a doença. — Ibidem, vol. 2, p. 29.

Se vocês se esquecerem do próprio eu no interesse pelos outros, alcançarão vitória sobre suas enfermidades. A satisfação que hão de sentir ao fazer o bem os ajudará grandemente a recobrar um estado saudável da imaginação. O prazer de fazer o bem estimula a mente e vibra através de todo o corpo. — Ibidem, p. 534.

QUINTA-FEIRA, 30 DE MAIO - 5. ENCONTRANDO LIBERTAÇÃO HOJE

5A) O que Deus exige de nós em relação à vida física hoje? Romanos 12:1; 1 Coríntios 6:19 e 20.

Rm 12:1 — Portanto, irmãos, exorto-vos pelas paixões de Deus que apresenteis o vosso corpo como sacrifício vivo, santo e agradável a Deus, que é o vosso culto racional.

1Co 6:19 e 20 — Ou não sabeis que o vosso corpo é santuário do Espírito Santo, que habita em vós, o qual tendes da parte de Deus, e

que não sois de vós mesmos? 20 Pois fostes comprados por preço; por isso, glorificai a Deus no vosso corpo.

O Senhor exige um sacrifício vivo da mente, da alma, do corpo e das forças físicas. Tudo o que temos e somos deve ser entregue a Ele, para que possamos atender ao propósito de nossa criação. Mas, a menos que estejamos atentos à luz e instrução que nos são dadas na Palavra de Deus, precisamos falar e agir com inteligência quanto à comida e bebida, caso contrário atrainos debilidade sobre nós mesmos. [...]

É necessário que todo seguidor de Cristo seja estritamente temperante. As pessoas do mundo alimentam hábitos perniciosos, destruindo assim a sensibilidade dada por Deus e a capacidade de discernir as coisas sagradas. O senso moral de muitos dos que vivem nos dias de hoje é obscurecido por hábitos errôneos. — Manuscript Releases, vol. 20, pp. 3 e 4.

5B) Que oração podemos oferecer ao Senhor para obter ajuda? Salmos 119:153 e 154.

Sl 119:153 e 154 — Atenta para minha aflição e livra-me, pois não me esqueço da tua Lei. 154 Defende minha causa e resgata-me; vivifica-me conforme tua palavra.

Deus não mudou nem propõe mudar nosso organismo físico a fim de que possamos quebrar uma única lei sem sentir os efeitos dessa transgressão. Mas muitos voluntariamente fecham os olhos para a luz. [...] Alimentando suas inclinações e apetites, violam as leis da vida e da saúde; mas, para obedecerem à consciência, devem ser controlados por princípio em sua alimentação e vestuário, ao invés de serem guiados pela inclinação, moda e apetite. — Conselhos sobre o regime alimentar, p. 161.

SEXTA-FEIRA, 31 DE MAIO - PARA VOCÊ REFLETIR

1. Como o perdão dos pecados afeta a saúde física?
2. O que nos impede de ser um modelo objetivo de saúde para o mundo de hoje?
3. Como viver com a aprovação de Deus afeta minha saúde? Como posso obter essa aprovação?
4. Qual é o melhor remédio para os que padecem de doenças físicas e mentais?
5. Como posso ser “estritamente temperante” hoje? Por que isso é tão importante?