

I ENCONTRO NACIONAL - 1994
Ministério Grão de Mostarda

Tema: Qualidade de Vida

Local: CTE/CNTI

Dias: 11, 12 e 13/11/1994

QUALIDADE DE VIDA

Pr. Hélio Alfinito Jr.

1. Introdução

O presente tema tem despertado bastante interesse das pessoas. Pela ação da mídia (jornais, revistas, televisão, etc.), a população vem tomando conhecimento da preocupação manifestada pelos ecologistas com relação à gradativa destruição das florestas tropicais (chamadas de pulmão do mundo), dos rios, das baías e mesmo quanto à própria redução da camada de ozônio que protege o Planeta Terra dos raios ofensivos do sol. É a preocupação com o meio ambiente em que vivemos, cuja preservação é fundamental para a nossa sobrevivência e dos demais seres vivos.

Por outro lado, tem havido nos últimos tempos uma ênfase ao cuidado com a boa forma e a saúde, na tentativa de evitar-se doenças, alongar a vida e enfrentar com disposição o dia-a-dia cada vez mais agitado, principalmente nos grandes centros urbanos.

Há, ainda, iniciativas de diversas organizações empresariais, religiosas e universitárias, no sentido de promover a melhoria das relações entre pessoas (nos locais de trabalho, na família, na prestação de serviços a clientes, etc.), como uma maneira de contribuir para a formação e o ajustamento da sociedade em geral.

Essas são algumas das abordagens legítimas empreendidas, com o intuito precípuo de promover um qualidade de vida em condições mais favoráveis para as pessoas.

Assim, ao tentamos comentar o tema Qualidade de Vida, não temos a pretensão de nos aprofundamos nesses pontos, uma vez que eles vêm sendo tratados em várias publicações disponíveis e têm sido motivo de seminários e cursos. Nosso objetivo é, fundamentalmente, trazer à reflexão alguns tópicos do modo de viver da sociedade atual em comparação à vida segundo a orientação de quem criou os céus, a Terra, o mar e tudo o que neles há, e formou o homem e a mulher: O Deus Todo Poderoso, o Deus Altíssimo, o nosso Pai.

2. O que é Qualidade de Vida?

Para podermos responder a esta pergunta, a primeira idéia que tivemos foi consultar um dicionário. Segundo Aurélio Buarque de Holanda, temos que:

Qualidade

- "é o atributo ou condição das coisas ou das pessoas, capaz de distinguí-las das outras e de lhes determinar a natureza".
- "é o conjunto de propriedades e qualidades graças às quais animais e plantas, ao contrário dos organismos mortos ou da matéria bruta, se mantêm em contínua atividade", ou "é o estado ou condição dos organismos que se mantêm nessa atividade, desde o nascimento até a morte; existência, modo de viver".

Assim, uma conclusão a respeito, é que Qualidade de Vida é expressa por condições favoráveis e positivas que possibilitam a uma melhor existência ou modo de viver. Seria vida com saúde, alegria e paz. Vida equilibrada, sem excessos e sem necessidades; no ponto, no ponto de cada um; vida que satisfaz. Significa satisfação com a vida profissional e familiar, ajuste ao meio social em que se vive, equilíbrio físico, mental, financeiro! social e espiritual.

3. A sociedade e sua influência na vida do homem

Para entendermos melhor a questão da nossa vida na sociedade e o padrão de qualidade do nosso modo de viver, toma-se necessário examinarmos alguns aspectos relacionados. O modo de ser do homem, ao longo dos anos, reflete a influência dos valores e aspirações da sociedade em que vive.

Pelo que os pesquisadores sociais têm observado neste século, até os anos 80 os valores referenciais da sociedade diziam respeito à satisfação do ego, à demonstração de sucesso pessoal, à riqueza, à acumulação e consumo de bens materiais. Esses valores ainda persistem nos anos 90, mas com menor intensidade. Nesta última década, verifica-se uma ênfase na busca por participação, satisfação e bem-estar.

Por outro lado, as aspirações da sociedade atual passaram a ser regidas por uma intensa cobrança por qualidade, principalmente em função da internacionalização da economia e a conseqüente competitividade de produtos e serviços. Se este é um lado da questão, o outro lado é o investimento que o ser humano vem fazendo nos últimos anos na sua qualidade de vida, entendida, em resumo, como a satisfação pessoal e o sentimento de segurança e prazer com a vida.

Neste sentido, segundo recentes pesquisas sociais, o ser humano:

- busca sentir-se bem, ter energia e vitalidade, não só física, mas principalmente o bem-estar mental;
- tem o trabalho como fonte de realização pessoal e não como fim em si mesmo;
- quer dispor de um percentual de seu tempo para si, para fazer o que quiser;
- busca ajustar-se à natureza, preservando-a; preocupa-se com o meio ambiente;
- religa-se à família, dedicando-lhe maior tempo;
- volta-se para dentro de si, buscando sua essência, inclusive com conotação espiritual.

Além desses aspectos, é importante considerar algumas características presentes na sociedade dos anos 90, que vêm influenciando a qualidade de vida:

- O estress provocado pela vida agitada dos dias atuais. Com os recursos tecnológicos disponíveis (informática, robótica, telecomunicações, etc.), é possível produzir mais em menos tempo e ter acesso rápido a um maior número de informações;
- O envelhecimento da população. Em média no mundo nascem menos crianças e as pessoas estão vivendo mais;
- O ambiente de trabalho exige cada vez mais interação das pessoas, visando obter-se a almejada qualidade total (de todos em tudo);
- A participação feminina é cada vez mais marcante na sociedade. Tem havido um crescimento da população feminina e da participação da mulher, a qual vem ocupando merecidamente espaços antes restritos à classe masculina, principalmente no mundo dos negócios. A mulher tem sido mais exigida, passando a exercer vários papéis na sociedade: esposa; mãe; professora; funcionária; profissional liberal e/ou empresária; administradora do lar, dentre outros.

Assim, como regra geral, a nossa qualidade de vida está diretamente relacionada a esses valores e aspirações, dentro do contexto social em que se inserem.

4. Reflexos do comportamento da sociedade

Em decorrência dos valores vigentes na sociedade e das próprias características e hábitos peculiares à população atual, verifica-se um aumento gradativo das doenças do ser humano, como demonstramos a seguir:

- segundo estudo de Kenneth Wamer e Thomas Novotny (cientistas americanos), o hábito de fumar gera 24 tipos de doenças (bronquites crônicas, enfisemas pulmonares, câncer do pulmão, etc) e custa, somente nos Estados Unidos, 100 bilhões de dólares em termos de despesas com o seu tratamento (Jornal do Brasil de 16/10/94);

- no mesmo jornal é informado que o professor Richard Peto, da Universidade de Oxford, apresenta dados apontando que o número de vítimas do hábito de fumar nos países desenvolvidos é de três milhões por ano. Nas nações em desenvolvimento o fumo mata menos: dois milhões de pessoas. A estimativa para a primeira década do século 21, é que a média anual de mortos por causa do fumo passará para 10 milhões nos países ricos e sete milhões nos do terceiro mundo, totalizando 17 milhões de mortes anuais;
- o número de pessoas com AIOS tem aumentado paulatinamente, sendo que no Brasil foram registrados 55.894 casos de 1980 até agosto de 1994. O custo da assistência médica aos portadores do vírus deve atingir, somente nos EUA, à cifra de 13 bilhões de dólares anuais;
- as doenças das artérias do coração atingem 7 milhões de americanos e são responsáveis por 1,5 milhões de ataques cardíacos e 500.000 mortes por ano;
- todos os anos são implantados cerca de 300.000 marca-passos nos EUA, a um custo de 30.000 dólares cada um;
- o câncer tem atingido milhões de pessoas no mundo e ceifado muitas vidas que não possuem condições de pagar o tratamento da doença, que chega a 29.000 dólares quando afeta o pulmão e a 28.000 dólares no caso de câncer de medula;
- a cirrose alcohólica tem levado à morte diversas pessoas e quando há possibilidade de cura através de transplante do fígado o custo nos EUA é da ordem de 250.000 dólares;
- o estresse tem provocado problemas sérios de hipertensão em inúmeras pessoas, além de acelerar o aparecimento de disfunções cardíacas, gerar doenças do aparelho digestivo (estas também influenciadas pela alimentação inadequada), asma, depressões e ansiedade.

Por outro lado, a busca por sucesso e riqueza tem levado aqueles que os alcança a sentirem-se estressados e infelizes, como demonstrado pelo maior mágico do mundo - David Copperfield - que, apesar de ganhar cerca de 26 milhões de dólares por ano, deu o seguinte depoimento em entrevista a Any Bourrier em Paris, publicada na Revista de Domingo do Jornal do Brasil de 16/10/94: "*O fato de ser rico quer dizer apenas que em minha vida há muito mais estresse do que felicidade*".

5. Valores relacionados à Qualidade de Vida

Como pudemos observar no item anterior, diversos valores, características e hábitos da sociedade têm levado as pessoas a uma situação extremamente degradante. As doenças refletem esse estado de coisas. Todavia, mostramos também que as pessoas estão revendo seus valores, procurando passar gradualmente de um modo de vida vinculado ao TER para uma maneira de viver centrada no SER, conforme resumindo no esquema a seguir:

VALORES (*)

Materiais Ter . Sucesso . Lucro . Posses . Poder Geram a longo prazo . Ansiedade / estresse / infelicidade / angústia inimizade / ciúmes / invejas	Espirituais Ser . amor, bondade, benignidade, fidelidade . mansidão, paz, domínio próprio . plenitude, alegria . sentido da vida . transcendência Geram a longo prazo . Qualidade de vida
--	--

(*) baseado em Gálatas 5:16-22 e no modelo da Profª Feia Moscovich

Na realidade, o objetivo é a revisão gradual de valores, passando as maiores prioridades a estarem relacionadas ao SER e ficando, em conseqüência, colocadas em segundo plano, o que se referir ao TER.

Jesus Cristo dá, neste sentido, orientação clara:

"Não acumuleis para vós outros tesouros sobre a terra, onde a traça e a ferrugem corroem e onde ladrões escavam e roubam; mas ajuntai para vós outros tesouros no céu, onde traça nem ferrugem corrói, e onde ladrões não escavam nem roubam; 'porque onde está o teu tesouro, aí estará também o teu coração". (Mateus 6:19-21)

Essa orientação é tão completa, contundente e atual, que podemos e devemos aplicá-la à nossa vida. Pelas circunstâncias do mundo em que vivemos, não podemos nos privar de ter sucesso empresarial, profissional, de possuir uma casa para morarmos e até de ter lucro nos negócios. Essas são situações plenamente normais. Por outro lado, não devemos nos dedicar somente aos valores relacionados ao TER.

Temos, na verdade, é que encontrar nosso ponto de equilíbrio entre os dois conjuntos de valores (TER e SER), mas sempre procurando dar prioridade ao SER. A palavra chave é equilíbrio.

Confúcio, há 5000 anos antes de Cristo, já demonstrava sabedoria ao dar um adequada direção para o início de um plano:

"Se eu quero organizar o reino, tenho primeiro que organizar a casa".

Isto quer dizer que, se um me consertar primeiro, conseguirei melhorar o que me cerca. Desta forma, qualidade de vida só é conseguida na sociedade, se começar com a qualidade de minha própria vida.

Qualidade de vida, portanto é um processo, uma maneira de viver, um estilo de vida, que gera a qualidade da pessoa. A influência do estado de vida individual na longevidade saudável da pessoa, já foi motivo de pesquisa nos Estados Unidos. Portanto é necessário que dediquemos prioridade a um adequado estilo de vida, priorizando os valores espirituais.

6. O estilo de vida segundo valores espirituais (Que gera qualidade de vida)

Acreditamos que, para adotarmos este estilo de vida, dependemos, fundamentalmente, da orientação e da ajuda do Deus Altíssimo, o nosso Pai. Temos consciência e segurança que essa orientação está contida na Bíblia Sagrada, que é divinamente inspirada (Vide II Timóteo 3:16-17).

A preocupação de Deus com a conservação e longevidade da nossa vida tem sido expressa em várias passagens bíblicas. Em I Tessalonicenses 5:23 está escrito que:

"O mesmo Deus da paz vos santifique em tudo; e o vosso espírito, alma e corpo, sejam conservados íntegros e irrepreensíveis na vinda do nosso Senhor Jesus Cristo".

Já no velho testamento, temos algumas menções:

"...escolhe, pois, a vida, para que vivas, tu e tua descendência, amando ao Senhor teu Deus, dando ouvidos à sua voz, e apegando-te a ele; pois disto depende a tua vida e a tua longevidade;...". (Deuteronômio 30:19-20)

"O temor do Senhor prolonga os dias da vida, ..." (Provérbios 10:27)

"Honra a teu pai e tua mãe, para que se prolongue os teus dias na terra que o Senhor teu Deus te dá". (Êxodo 20:12)

E continuam as orientações do Espírito Santo, agora relacionados ao nosso pensar que nos leva a um modo de agir em consonância com a expectativa de Deus:

"Finalmente, irmãos, 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, se alguma virtude há e se algum louvor existe, seja isso o que ocupe o vosso pensamento". (Filipenses 4:8)

Dentro do propósito de plenitude, a saúde também é destacada, quando se diz:

"Não sejas sábio aos teu próprios olhos: teme ao Senhor e aparta-te do mal; será isto saúde para o teu corpo, e refrigério para os teus ossos". (Provérbios 3:7-8)

"Pela fé em o nome de Jesus, esse mesmo nome fortaleceu a este homem que agora vedes e reconheceis; sim, a fé que vem por meio de Jesus, deu a este saúde perfeita na presença de todos vós". (Atos 3:16)

Ainda orientando quanto à saúde, Deus recomenda no que diz respeito à alimentação:

"Tudo o que se move, e vive, ser-vos-a para alimento; como vos dei a erva verde, tudo vos dou agora. Carne, porém, com sua vida, isto é, com seu sangue, não comereis". (Gênesis 9:3-4)

"Não comereis sangue em qualquer das vossas habitações, quer de aves, quer de gado". (Levítico 7:26)

"Não comereis gordura de boi, nem de carneiro, nem de cabra". (Levítico 7:23)

"Comereis de tudo que se vende no mercado, sem nada perguntardes por motivo de consciência; porque do Senhor é a terra e a sua plenitude". (I Coríntios 10:25-26)

Assim, para evitar que doenças dos animais sejam transmitidas ao nosso corpo, não devemos comer o sangue. Também a gordura, pelas doenças que causa, deve ser evitada. Mas Jesus assim disse:

"Pois a minha carne é verdadeira comida, e o meu sangue verdadeira bebida". (João 6:55)

Ainda falando sobre plenitude, Jesus esclareceu:

"O ladrão vem somente para roubar, matar e destruir, eu vim para que tenham vida e a tenham em abundância". (João 10:10)

O desejo de Deus é que sejamos sóbrios na nossa vida:

"Por isso, cingindo o vosso entendimento, sede sóbrios e esperai inteiramente na graça que vos está sendo trazida na revelação de Jesus Cristo. Como filhos da obediência, não vos amoldeis às paixões que tínheis anteriormente na vossa ignorância; pelo contrário, segundo é santo aquele que vos chamou, tomai-vos santos também vós mesmos em todo o vosso procedimento". (I Pedro 1: 13-15)

A falta de sobriedade pode levar à ruína, como diz a palavra de Deus:

"Porque o bebedor e o comilão caem em pobreza; e a sonolência vestirá de trapos o homem". (Provérbios 23:21)

O cuidado com nosso corpo é ressaltado na bíblia em várias passagens. Algumas delas assim mencionam:

"Acaso não sabeis que o vosso corpo é santuário do Espírito Santo que está em vós, o qual tendes da parte de Deus, e que não sois de vós mesmos? Porque fostes comprados por preço. Agora, pois, glorificai a Deus no vosso corpo". (I Coríntios 6:19-20)

"Não sabeis que sois santuário de Deus, e que o Espírito de Deus habita em vós? Se alguém destruir o santuário de Deus, Deus o destruirá; porque o santuário de Deus, que sois vós é

santo!" (I Coríntios 3:16-17)

Portanto, devemos cuidar do nosso corpo, de modo que possamos nos sentir continuamente bem, com energia e vitalidade, física e mentalmente, de modo a melhor servir a Deus na igreja e na sociedade. Neste sentido, algumas sugestões são:

- os cuidados preventivos com a saúde (higiene diária, visitas periódicas ao médico e dentista, vacinação de crianças, etc);
- a realização de atividades físicas regulares (pelo menos uma hora três vezes por semana), de acordo com a sua idade e conforme orientação médica. É uma maneira de manter a boa forma do corpo;
- a participação em atividades de lazer, principalmente em grupo, como: passeios, esportes, churrasco, férias em locais aprazíveis, etc;
- o cuidado com o adequado repouso diário do corpo, como meio de recuperação da energia vital despendida. Geralmente o tempo de repouso deve ser em função da energia gasta. Para tanto, é importante dormir o suficiente e ser abençoado por Deus (ver Salmos 127:2). Se o problema é falta de sono, a solução é estar na dependência de Jesus, porque só Ele nos faz repousar seguro (ver Salmos 4:8).;
- o comer e o beber segundo a orientação de Deus, evitando excessos e hábitos que levem a dependências e vícios (ver Gálatas 5:21);
- resguardar o nosso corpo de relacionamentos sexuais ilícitos (fora do casamento; de homem com homem; de mulher com mulher; modo não natural das relações íntimas) vide Romanos 1:18 e 24-27, I Coríntios 6:12-20 e 7:2.

Porém, tudo que façamos devemos fazer para a glória de Deus. (I Coríntios 10:31). Dentro, ainda, do valor "plenitude" temos:

- o desenvolvimento do conhecimento e da aptidão (investimento cultural);
- o relacionamento familiar;
- a situação financeira;
- a participação social;
- a realização profissional.

Não há dúvida que vale a pena investirmos no nosso desenvolvimento cultural, pois nunca temos de aprender. É necessário dedicarmos mais tempo ao aprimoramento do nosso conhecimento, através de livros, revistas, cursos, seminários, etc., principalmente se desejamos progredir profissionalmente. O conhecimento é agradável à alma (Provérbios. 2:10).

O relacionamento familiar é um assunto de extrema importância. Uma família bem estruturada leva seus integrantes à satisfação de estarem juntos. O lar passa a ser um verdadeiro refúgio, um local onde temos vontade de estar, chegar, voltar, alegrar, reunir, compartilhar. A base é o relacionamento do marido e da esposa primeiramente com Deus, sujeitando-se à vontade Dele. Em seguimento, vem o entendimento entre marido e mulher segundo a Palavra de Deus (Efésios. 5:22-28 e 33; Colossenses 3:18-19). Aos filhos cabe a obediência aos pais, pois este procedimento é grato ao Senhor (Colossenses 3:20) e aos pais cabe a responsabilidade de não irritarem aos seus filhos para que não fiquem desanimados (Colossenses 3:21). O fundamento de todo relacionamento familiar está no amor entre seus integrantes, pois é a eles que devemos mais, após a Deus, nos dedicar, perdoar, apoiar, confortar, alegrar, compreender, estimular e outras ações que expressem o amor de Jesus em nós.

A situação financeira é outro aspecto que necessita ser bem administrado. Muitos problemas familiares e mesmos individuais são decorrentes de uma inadequada administração do dinheiro. O segredo é somente gastar o que se possui. Se você gasta muito mais do que recebe, fatalmente terá que pegar dinheiro emprestado e isto será o início de uma bola de neve que crescerá tanto que você não terá controle sobre ela. Uma medida preventiva é fazer o seu orçamento doméstico. Procure orientação de como fazê-lo. Lembre-se que "*O amor ao dinheiro é a raiz de todos os males*" (I Timóteo 6:10).

John Donne disse que "*nenhum homem é uma ilha, completo em si*". Isto que dizer que o homem é um ser social e por isso precisa dos outros seres humanos. E a participação social,

pois precisamos da amizade, do aconselhamento dos mais experientes e até mesmo de um desafio competitivo. Se quisermos nos envolver mais com os outros, devemos nos esforçar positivamente a fim de desenvolvemos nossas amizades. Um bom encaminhamento neste sentido é procuramos estar mais junto e conhecer melhor as pessoas do trabalho cristão do qual participamos. Significa ampliar a nossa amizade com elas além dos momentos que passamos juntos nas tarefas cristãs (Salmos 133: 1; I Corintios 1:10).

A realização profissional hoje em dia vem merecendo atenção especial das pessoas, na medida que o trabalho passou a ser fonte de satisfação pessoal e não somente uma forma de ganharmos dinheiro para subsistirmos e compramos bens e serviços. Por isso, não tenha medo de almejar uma melhor situação profissional. Antes, porém, coloque a questão diante de Deus, pois para Ele tudo é possível (Marcos. 10:27), mas a vontade dele deve prevalecer (I João 2:17). Não deixe, todavia, de fazer sua parte, porque aquilo que o homem pode fazer Deus não faz, na medida que Ele lhe deu inteligência, os sentidos, o membros do corpo e outras qualidades e dons.

Entretanto, os genuínos valores espirituais o ser humano não conseguirá expressar como decorrência do seu próprio esforço pessoal, uma vez que se constituem em fruto do Espírito Santo de Deus, como consta em Gálatas. 5:22-23:

"Mas o fruto do Espírito é: amor, alegria, paz, longanimidade, benignidade, bondade, fidelidade, mansidão, domínio próprio".

É necessário, portanto, que busquemos a Deus, como Ele próprio nos recomenda:

"Buscar-me-eis, e me achareis, quando buscardes de todo vosso coração. Serei achado de vós, diz o Senhor, e farei mudara vossa sorte". (Jeremias. 29:13-14)

Buscando a Deus, necessitamos ainda, e verdadeiramente, de nascemos de novo par ter acesso ao Reino de Deus e penetrar em Seus profundos e celestiais mistérios, como disse Jesus:

"Em verdade, em verdade te digo que se alguém não nascer de novo, não pode ver o reino de Deus...Quem não nascer da água e do Espírito, não pode entrar no reino de Deus" (João 3:3,5).

Isto porque, nem o mais potente cérebro humano é capaz de entrar nos profundos segredos do reino de Deus e entendê-los, como explicita a Escritura:

"O homem natural não aceita as coisas do espírito de Deus, porque lhe são loucura; e não pode entendê-las porque elas se discernem espiritualmente". (I Corintios 2:14)

Torna-se fundamental entendermos e vivenciarmos o verdadeiro novo nascimento, que não significa, em hipótese alguma, morrermos e nascermos de novo em um novo corpo. A própria escritura já diz que:

"Aos homens está ordenado morrerem um só vez e, depois disto, o juízo" (Hebreus 9:27).

Portanto, na verdade, morremos para a vida que tínhamos antes e nascemos para uma nova vida, no mesmo corpo mas com uma nova ordem de valores.

Mas como isso é possível?

O apóstolo João, ao referir-se a Jesus, assim mencionou:

"Veio para o que era seu, e os seus não o receberam. Mas a todos quantos o receberam, deu-lhes o poder de serem feitos filhos de Deus; a saber: aos que crêem no seu nome; os quais não nasceram do sangue, nem da vontade da carne, nem da vontade do homem, mas de Deus". (João. 1 :11-13)

Assim, para nascermos de Deus e, conseqüentemente, nascermos de novo, é necessário que creiamos realmente no Nome de Jesus Cristo, o que significa depositar inteira confiança nEle, plena fé nEle.

E Jesus veio para ser o salvador dos homens, Aquele que daria a direção, que daria sentido e qualidade à vida e permitiria que nos religássemos a Deus como Pai. A salvação, portanto, é muito simples, e o acesso a ela o apóstolo Paulo mostrou:

"Se com tua boca confessares a Jesus como Senhor, e em coração creres que Deus o ressuscitou dentre os mortos, serás salvo. Porque com o coração se crê para justiça, e com a boca se confessa a respeito da salvação". (Romanos. 10:9-11)

E Jesus mesmo disse:

"Todo aquele que me confessar diante dos homens, também o Filho do homem o confessará diante dos anjos de Deus". (Lucas. 12:8)

Mas este é o início do acesso ao reino de Deus, que permite penetrar em seus profundos e celestiais mistérios. O apóstolo Pedro mostra a necessidade da diligência na nossa caminhada no reino de Deus, a começar pela fé em Jesus Cristo e prosseguindo no crescimento espiritual, passo-a-passo, como forma de expressão dos verdadeiros valores espirituais, como consta de II Pedro 1:3-11:

"Visto como pelo seu divino poder nos têm sido doadas todas as coisas que conduzem à vida e à piedade, pelo conhecimento completo daquele que nos chamou para a sua própria vida e virtude, pelas quais nos têm sido doadas as suas preciosas e mui grandes promessas para que por elas vos tomais co-participantes da natureza divina, livrando-vos da corrupção das paixões que há no mundo, por isso mesmo, vós, reunindo toda vossa diligência, associai com a vossa fé a virtude; com a virtude, o conhecimento; com o conhecimento, o domínio próprio; com o domínio próprio, a perseverança; com a perseverança, a piedade; com a piedade, a fraternidade; com a fraternidade, o amor. Porque estas cousas, existindo em vós e em vós aumentando, fazem com que não sejais nem inativos, nem infrutíferos no pleno conhecimento de nosso Senhor Jesus Cristo. Pois aquele a quem estas cousas não estão presentes é cego, vendo só o que está perto, esquecido da purificação dos seus pecados de outrora. Por isso, irmãos, procurai, com diligência cada vez maior, confirmar a vossa vocação e eleição; porquanto, procedendo assim, não tropeça reis em tempo algum. Pois, desta maneira é que vos será amplamente suprida a entrada no reino eterno de nosso Senhor e Salvador Jesus Cristo".

Se assim fizermos, Deus se manifestará a nós e nós poderemos expressar o poder de Deus através de nós. E a nossa qualidade de vida será excelente. Mas precisamos intensamente de Jesus neste sentido, pois Ele mesmo disse:

"Eu sou a videira, vós os ramos. Quem permanece em mim, e eu, nele, esse dá muito fruto, porque sem mim nada podeis fazer". (João. 15:5)

Necessitamos, entretanto, discernir o reino de Deus aqui na terra, enquanto vivemos. O apóstolo Paulo assim esclareceu:

"Porque o reino de Deus não é comida nem bebida, mas justiça, e paz, e alegria no Espírito Santo. Aquele que deste modo serve a Cristo, é agradável a Deus e aprovado pelos homens". (Romanos- 14:17-18)

E ainda acrescenta as virtudes recomendadas àqueles que, sinceramente, servem a Deus:

"O amor seja sem hipocrisia. Detestai o mal, apegando-vos ao bem. Amai-vos cordialmente uns aos outros com amor fraternal, preferindo-vos em honra uns aos outros. No zelo não sejais remissos: sede fervorosos de espírito, servindo ao Senhor, Regozijai-vos na esperança, sede

pacientes na tribulação, na oração perseverantes; compartilhai as necessidades dos santos; praticai a hospitalidade; abençoai aos que vos perseguem, abençoai, e não amaldiçoeis. Alegrai-vos com os que se alegram, e chorai com os que choram.

Tende o mesmo sentimento uns para com os outros; em lugar de serdes orgulhosos, condescendei com o que é humilde; não sejais sábios aos vossos próprios olhos. Não tomeis a ninguém mal por mal; esforçai-vos por fazer o bem perante todos os homens; se possível, quanto depender de vós, tende paz com todos os homens;

não vos vingueis a vós mesmos amados, mas dai lugar à ira; porque está escrito: A mim me pertence a vingança; eu retribuirei, diz o Senhor. Pelo contrário, se o teu inimigo tiver fome, dá-lhe de comer, se tiver sede, dá-lhe de beber; porque, fazendo isto, amontoarás brasas vivas sobre a sua cabeça. Não te deixes vencer do mal, mas vence o mal com o bem". (Romanos. 12:9-21)

7. Conclusão

A nossa vida é como se estivéssemos viajando em um trem. Quando chegamos a uma estação que almejamos, sentimo-nos felizes, alegres. É o que acontece quando ganhamos um presente desejado, passamos no vestibular, compramos um carro ou uma casa, ou abrimos um negócio. Contudo, tão logo o trem reinicia a viagem já deixamos de estar felizes, alegres. Passamos a desejar que ele chegue a uma nova estação, ou a uma nova conquista na nossa vida, para mais uma vez ficarmos satisfeitos, felizes e alegres. E assim a nossa viagem alterna momentos ora cheios de um vazio, indiferença e in- certeza, ora repletos de felicidade, alegria. É uma vida sem qualidade plena, de 28 classe, com altos e baixos, sujeita às inseguranças, à intranqüilidade.

Entretanto, podemos fazer a viagem de nossa vida, numa empresa ferroviária que conhecemos a qualidade, com o trem passando pelas mesmas estações que desejamos chegar, mas durante o caminho estamos plenamente confiantes, cheios de paz e alegres, mesmo não estando nem perto da estação, com a esperança de que ao final da viagem encontraremos com o dono da companhia férrea, que nos receberá parabenizando-nos pela viagem feita e pela preferência na escolha dos serviços. E, portanto, uma vida abundante de qualidade de primeira classe, que dá prazer de ser vivida.

Temos, assim, duas opções. Ou viajamos de primeira classe ou de segunda classe na nossa vida. Acreditamos que a nossa escolha recairá sobre a primeira classe, mesmo porque nada te- remos que pagar a mais em relação a segunda classe: a diferença de preço já foi paga pelo dono da companhia férrea, que deseja o melhor para os seus clientes de fé.

A qualidade da nossa vida é, portanto, uma escolha pessoal. Cabe a cada um de nós fazer a melhor opção. Qualidade de vida é gerada pela prioridade aos valores espirituais, como na viagem de primeira classe. E a adequada consideração desses valores depende do estilo de vida segundo a orientação de Deus, que deseja que tenhamos vida plena. E esta somente acontece quando sujeita à Jesus, que disse:

"Eu vim para que tenham vida e a tenham em abundância". (João. 10:10)