

Cansaço: Consequências e Cura

Sheila Vianna

Cansaço: Consequências e Cura

1ª Edição em Português – Agosto, 2013

Revisão: Sheila Vianna

Fica proibida a reprodução total ou parcial da presente obra sob quaisquer de suas formas, gráfica ou audiovisual, sem autorização prévia e escrita da autora.

Contato

(13) 3224-4979 – livros@ctadoradores.org

Os textos bíblicos foram extraídos
das versões:

Almeida Revisada Imprensa Bíblica e
Almeida Corrigida e Revisada Fiel

Capa: Eduardo Morello

Dedicatória

Dedico este livro a todos aqueles
que querem aprender a
descansar em Deus e obedecer
Seus mandamentos para viver uma
vida muito abençoada e produtiva,
e não mais cansada e esgotada.

“Pois aquele que entrou no descanso de
Deus, esse também descansou de suas
obras, assim como Deus das suas.
Ora, à vista disso, procuremos
diligentemente entrar naquele
descanso, para que ninguém caia no
mesmo exemplo de desobediência.”

(Hb 4.10-11)

Sumário

Introdução.....	07
Um breve testemunho.....	11
A catarata espiritual.....	21
A hipermetropia espiritual.....	33
A miopia espiritual.....	41
<i>Check List</i>	49
Cura para o cansaço	
Resgatando o princípio do <i>Shabbat</i>	55
Oração.....	65

Introdução

Hoje em dia, sem dúvida é mais fácil encontrarmos pessoas cansadas, estressadas e sem energia do que o contrário. O cansaço físico, emocional ou espiritual, nos dá a forte impressão de que muitas vezes acordamos de manhã como quem acaba de chegar da batalha: nos levantamos mais cansados do que nos deitamos, ao invés de acordar renovados e prontos para um novo dia.

Nos momentos de lazer e oportunidade para descansar, muitas vezes estamos tão cansados e cheios de coisas na mente que mal conseguimos parar para realmente relaxar, nos distrair, orar, meditar, tirar um cochilo ou **simplesmente parar**.

Esse ativismo que nos rodeia e envolve todas as áreas das nossas vidas (rotina familiar, trânsito de um lado para outro, pressa para comer, rotina ministerial, cui-

dados com a saúde, múltiplas funções e responsabilidades dentro e fora de casa), tudo nos consome a um ponto tal, que começamos a nos perguntar: “até quando aguentarei?”

Se o dia tivesse 30 horas, mesmo assim não seria suficiente para a grande maioria das pessoas, pois certamente novas atividades, responsabilidades e preocupações seriam inventadas por nós, ou impostas a nós por outras pessoas que nos rodeiam.

Diante do fato de que nosso tempo, nossa saúde e nossa alma são **limitados**, algumas questões surgem:

- *Como viver bem, sem estresse, sem opressão, sem essa fadiga excessiva, e continuar dando conta de todos os papéis que assumimos como pais, mães, filhos, funcionários, estudantes e ministros de Deus?*
- *Quais as consequências de não buscar a cura para uma situação de fadiga?*
- *E se há uma cura para isso, qual é o nome do remédio?*

Deus na Sua infinita sabedoria e conhecimento de que somos pó, estabeleceu o antídoto para o mal do ativismo humano desde o Gênesis.

Abra o seu coração, para que restaurando o princípio bíblico do descanso, você possa voltar a viver com qualidade a sua vida com Deus, consigo mesmo e com seu próximo.



CAPÍTULO 1

UM BREVE TESTEMUNHO



*“Não sabes, não ouviste que
o eterno Deus, o Senhor,
o Criador dos confins da terra,
não se cansa nem se fatiga?
É inescrutável o seu entendimento.
**Ele dá força ao cansado,
e aumenta as forças
ao que não tem nenhum vigor.**
Os jovens se cansarão e se fatigarão,
e os mancebos cairão,
mas os que esperam no Senhor
renovarão as suas forças;
subirão com asas como águias;
correrão, e não se cansarão; andarão,
e não se fatigarão.”* (Is 40.28-31)

Embora muitas pessoas olhem para pastores e ministros como “super-homens e super-mulheres” que nunca se cansam e tem uma energia infinita, creio que estes são justamente os principais alvos do inferno quando o assunto é o cansaço e a fadiga excessiva. Posso dizer com propriedade que cheguei a um extremo de cansaço que me paralisou por um bom tempo. Os dois primeiros anos de vida da minha pri-

meira filha foram muito difíceis para mim. Além da chegada de um novo membro na família, totalmente dependente de mim 24 horas por dia, a rotina de mais de 2 anos sem dormir uma noite inteira sequer e a mudança tão brusca na rotina, me levaram a um estresse e cansaço extremos, a ponto de muitos dias não conseguir me levantar da cama, tamanha era a fadiga e as dores pelo corpo, que estava “moído” pela falta de descanso.

Resolvemos então sair de férias, para tentar descansar um pouco. Nessa altura, após quase 30 dias sem dormir mais que 2 horas por noite, até minha capacidade de pensar já estava comprometida. Depois de horas na estrada finalmente chegamos ao nosso destino. Estávamos ali, em Florianópolis, íamos nos desligar da rotina e voltar renovados...

Na primeira noite, ao contrário do desejado, a luta continuou. Seis horas da manhã, horário de dar mamadeira para minha filha, me levantei e fui levar o leite. Ela tentou tomar, mas não conseguiu e continuou cho-

rando. Embalei-a no colo, e voltei pra cama. Seis e meia, ela chorou de novo. Tentei dar o leite, ela tentou sugar, mas empurrou a mamadeira e continuou chorando. “Meu Deus” – pensei – “ela está com dor de garganta! Vamos desligar o ventilador!”. Ela continuou chorando. Tirei-a do berço, coloquei na cama junto com o pai para ver se ficava melhor, e fui deitar no chão com o corpo “quebrado” de dor. Que situação! Buscando “descanso” e me vejo com ela berrando, todos no quarto pingando suor de tanto calor, e eu no chão duro, deitada e toda dolorida.

“Satanás está querendo destruir nossas férias”, pensei. “Que levante é esse?! Vamos ter que ir embora, porque com certeza nosso plano de saúde não é atendido aqui nessa cidade, e com ela doente não vai dar pra ficar.” Passando-se mais duas horas, lá fui eu tentar dar o leite de novo, e nada dela tomar. Ela pegava o bico com vontade, mas não conseguia sugar. Comecei a chorar, de ver que ela estava com tanta fome, não conseguia mamar e eu não podia ajudá-la. Lá fui eu procurar um *spray* anestésico de

garganta na bolsinha de remédios. Não havia levado. “Só me faltava essa! Trouxe todos os remédios, menos esse”, reclamei. Decidi então dar um analgésico em gotas e esperar ela melhorar.

A essa altura, meu marido sugeriu: “tenta dar água no copo para ver se ela toma, se ela tomar, você passa o leite para o copo, pois ela deve estar sentindo dor para sugar”. Tentei e, para minha surpresa, no copo ela tomou. Corri para passar o leite da mamadeira para o copo, e daí percebi que realmente era o diabo que estava causando tudo aquilo: era o “diabo da tampa interna” da mamadeira, que fica debaixo do bico, e eu, tão exausta, tão zozna e beirando a loucura, nem pensei em checar se havia tirado! Já fui logo atribuindo o problema à garganta da bebê, ao ventilador, ao capeta, e sei lá a quem mais! Meu marido ficou assustado de ver que estávamos há horas acordados, suando, a bebê chorando, e eu não tinha pensado no óbvio! Afinal na minha cabeça: “é tanta luta, tanta pressão e tanta guerra espiritual” como é que eu ia pensar numa bendita tampa?

Eu havia orado, chorado, repreendido, e tudo por causa de uma simples tampa. Percebi que quando o cansaço chega a um ponto crítico, nos faz dar um peso enorme aos problemas e nos desesperar com situações simples de resolver. Simples nem sempre quer dizer fácil. O meu caso, que é um exemplo cômico, serve para ilustrar o fato de que satanáas não precisa fazer muito esforço para nos desequilibrar, quando estamos cansados e fatigados. Deus é sempre simples e direto em Suas soluções e respostas para nossos problemas, mas o cansaço nos impede de enxergar isso.

Nesse dia eu percebi que havia ultrapassado de todos os meus limites. Diante dessa situação esdrúxula e ridícula, parei para refletir. Entendendo que meu cansaço estava anormal, eu me sentia como se houvesse uma brecha na minha vida que me impedia de ser renovada, e passei a buscar uma resposta.

Um dia, orando e clamando a Deus por uma renovo que me permitisse cuidar bem da minha filha e ao mesmo tempo retomar a normalidade do meu sono, meu ânimo e

minha vida, o Senhor me levou a este trecho de Isaías 40. Esse texto diz que: ***“os que esperam no Senhor renovarão as suas forças; subirão com asas como águias”***. Comecei a meditar nisso e me perguntar por que a Palavra não diz que ***“os que esperam no Senhor renovarão as suas forças;”*** e ***“serão como o leão ou o urso”***, que são animais que simbolizam muito mais força física e vigor do que a águia.

Entendi que a força do “homem natural” está no seu braço, assim como no leão e no urso. Entretanto, a força do “homem espiritual”, renovado por Deus, está na sua visão, assim como na águia! A águia não é o animal mais forte, mas o que tem a visão mais aguçada, cerca de 100 vezes melhor que a do homem. **A águia não se destaca pela sua força, mas sua visão espetacular pode levá-la a lugares e realizações que animais fortes como o leão e o urso nunca chegariam.** Além disso, a águia simboliza o sobrenatural de Deus, a visão soberana e ampla, a mesma visão que deve ter aquele que está cheio do Espírito Santo, que nos capacita a ver como Deus vê.

ISSO QUER DIZER QUE:
QUANDO ESTOU CANSADO,
EU PERCO A VISÃO.

Comecei a entender que toda batalha que enfrentamos, seja ela no corpo, na alma ou no espírito, vem para nos cansar, nos exaurir de tal forma que venhamos a perder a visão espiritual da nossa vida, das pessoas que convivemos, e das promessas que Deus tem para nós. **O cansaço gera uma lesão grave em nossa visão espiritual.**

Todo tipo de cansaço, seja físico, emocional ou espiritual, sempre vai nos levar a complicar coisas simples, ou nos desesperar com coisas que para Deus são fáceis de resolver, desde que enxerguemos com os olhos dEle! Não estou dizendo que o diabo não existe ou que problemas sérios não existem, mas posso afirmar que ele usa nosso cansaço e nossa perda de visão contra nós, como armas poderosas para nos destruir. Contra pessoas cansadas e estressadas, o inferno não precisa de muito esforço para desanimar, confundir e paralisar. Entendi que **se não encontrarmos**

em Deus a cura para o cansaço, de tempos em tempos estaremos vulneráveis às “doenças oculares espirituais”, vivendo sempre de altos e baixos e não de glória em glória, como deveria ser.

Da mesma maneira que nossos olhos naturais podem sofrer a perda da visão perfeita, enfermidades também acometem nossa visão espiritual, por causa do cansaço. Veremos cada uma destas lesões nos próximos capítulos: catarata, hipermetropia e miopia espiritual.



CAPÍTULO 2

A CATARATA ESPIRITUAL

CEGUEIRA PROGRESSIVA



***“O meu coração está agitado;
a minha força me falta;
quanto à luz dos meus olhos,
até essa me deixou.” (Sl 38.10)***

A catarata é uma doença ocular que leva a pessoa a ficar cega aos poucos. A pessoa com catarata não dá muita importância ao problema, porque a visão é perdida aos poucos, e não de uma vez só; por isso geralmente não é encarada como algo grave, que precisa de consulta médica. A catarata é uma boa comparação para cegueira espiritual porque ela é reversível, tem cura, tem tratamento, tem jeito pra ela, assim como para a cegueira espiritual. Tem jeito porque nosso Deus é bom, e está sempre buscando maneiras de nos abrir os olhos e restaurar nossa visão.

A catarata espiritual ocorre quando de tão cansada, a pessoa já não consegue mais enxergar direito qual é realmente o seu problema; luta com armas erradas, da maneira errada, até que de tão exausta desiste de lutar, porque sem enxergar o alvo, fica

difícil acertar e vencer. Acaba desistindo de lutar por coisas que Deus tinha para sua vida, porque já não enxerga mais a possibilidade de alcançá-las.

Quando não enxerga o problema real, a pessoa transfere o problema para o diabo ou para outras pessoas e então, lutando contra o inimigo errado, fica exausta e entrega os pontos. No exemplo do primeiro capítulo, identifiquei que eu estava sofrendo de catarata espiritual, pois já não conseguia enxergar coisas simples, quando o problema estava num cansaço físico extremo que culminou numa total falta de calma e lucidez para fazer as coisas. O diabo se aproveita da falta de visão para nos assolar, porém ele não é a raiz da falta de visão, e sim nosso cansaço, pois quando estamos bem, enxergamos direito e miramos no alvo certo, movidos por Deus.

Muitos exemplos podem ilustrar a catarata espiritual, vejamos alguns:

CANSADO DO “PECADO”: um jovem lutando contra o vício de pornografia e mas-

turbação, começa a pensar em desistir de Jesus e de ir à igreja, porque está **cansado** de não conseguir se santificar. Toda noite quando se deita tem pesadelos sexuais, o tempo todo pensa em pornografia, sente uma opressão constante. Já leu 10 livros sobre restauração sexual, frequenta um grupo de ajuda, confessa seus pensamentos e sentimentos em toda oportunidade, vive repreendendo pomba-gira, cigana, jezabel, sete-saias, minotauro (sabe mais nomes de demônio do que ministros de cura e libertação!). Não sabe mais o que fazer.

Quer desistir, porque atribui suas derrotas a esse “monte de demônios que o perseguem”, e não enxerga de jeito nenhum, que **o problema real está na sua falta de posicionamento**. Assiste um monte de porcaria na TV antes de ir dormir, fica sapeando as fotos das “amigas do Facebook”, sem contar os *sites* com conteúdo impróprio em que “dá só uma olhada de leve” entre um *e-mail* e outro, e as conversas que tem com os colegas do trabalho que só falam de sacanagem, e o levam até a dar risada. O problema não é o diabo,

pois ele só entra onde tem porta aberta, se as portas forem fechadas, não há como ele entrar e ficar, pois a autoridade de Jesus numa vida santa o obriga a sair!

CANSADO DE PROCURAR EMPREGO:

Quantas vezes já recebi *e-mails* do tipo: “Estou **cansado** de bater, bater e nenhuma porta se abrir! Tô tão desanimado... Na última empresa em que fui fazer um teste, fiz uma prova com redação e fui super bem, mas acho que a pessoa que corrigiu sabia que eu sou crente e me tirou da seleção por causa disso! Não é **pocivel**! Só pode ser **perceguisão**!”

Epa!!! Será mesmo que o problema é a pessoa que corrigiu a prova, que está endemoninhada, ou foi o “diabo da ortografia” que tirou você do páreo? É mais fácil transferir a culpa para uma pessoa ou o que está por trás dela, do que **enxergar** que ainda não tenho a habilidade necessária e preciso me preparar melhor, se quero alcançar uma boa oportunidade de emprego. Vai continuar batendo, e as portas não vão se abrir, pois sem esforço e capacitação, botando a culpa no diabo, não

há empresa que contrate quem não estudou e se preparou devidamente.

CANSADO DA FAMÍLIA: Quantos solteiros vivem reclamando: “Não aguento mais minha família, estou **muito cansado**. Satanás usa muiiiiito meus pais e meus irmãos, vou morar sozinho, Deus proverá, Ele vai cuidar de mim”.

E quem vai cuidar da sua casa? Quem vai levar a salvação? É mais fácil dizer que eles são usados pelo diabo do que **enxergar** que a sua casa é a olaria onde Deus vai te quebrar, tratar e transformá-lo numa pessoa mais paciente, amorosa e, que só saindo dali em paz e não fugindo, Deus poderá te transformar num homem ou numa mulher que poderá ter sua própria família.

Cuidado! O cansaço pode nos levar a fugir do tratamento de Deus e treinamento para coisas maiores. Se você está cansado de conviver com quem você deveria amar, o problema certamente está mais em você do que na pessoa que tem sido alvo da sua murmuração. Não jogue a toalha! Fique, até

que a vontade de Deus se cumpra! O Senhor quer que você saia de casa somente quando for se unir ao seu cônjuge - para formar uma nova família - e não para fugir de problemas. (Gn 2.24)

CANSADO DO CÔNJUGE: E os que já saíram da casa dos pais, se casaram e já se cansaram? Vêm para um aconselhamento com o discurso pronto: “Fizemos tudo o que podia ser feito. Fomos a seminários de casais, acampamentos de casais, trocamos a decoração da casa, tentamos uma segunda lua de mel, jejuamos 40 dias e 40 noites, fizemos cura individual, cura de casal, assistimos ‘A prova de fogo’ umas 20 vezes, também lemos ‘10 passos para um casamento feliz’... realmente não dá mais.”

Começamos a ouvir cada um, e o homem começa: “Tô **cansado demais**. Essa mulher é uma porca. Minha casa é um lixão. Não tô acostumado com isso não, na casa da minha mãe era tudo limpo, organizado. Não tenho nem gosto de pisar em casa, e o pior é que quando eu reclamo ela me xinga de tudo quanto é nome, acho que ela tem esse tal de espírito de jezabel!

Aí a esposa retruca: “Ele é que é o limpinho. Mas quem lava cueca suja de cocô há 8 anos sou euzinha aqui, a porca. Ele é todo educadinho aqui na sua frente, mas em casa é um ogro. Eu tô **cansada** de ser tratada que nem empregada, ele não me ajuda em nada, eu tento, mas nada tá bom pra esse homem! Não existe mais amor.”

É fácil chamar a esposa de porca e jezebel, difícil é se limpar direitinho pra não sujar a cueca, levar os pratos pra dentro da pia depois de comer e cooperar com ela! Para ela por sua vez, é mais fácil o chamar de ogro do que lembrar que o papel da esposa é transformar a casa num lar, num ambiente agradável, habitável e limpo. O problema não é a jezabel nem o ogro, mas a falta de amizade, cooperação e parceria; mas como é **difícil enxergar** isso, colocam nomes de demônios um no outro, e dizem que o diabo destruiu o que Deus uniu.

A maioria das crises conjugais têm raízes em coisas banais, mas que com o tempo são potencializadas e levam à perda de respeito, aumento no tom de voz, agressões

verbais (ou até físicas) e separação, tudo por causa da cegueira espiritual gerada por um **cansaço de situações** que podiam ser resolvidas com muita simplicidade, se houvesse disposição.

CANSADOS DOS FILHOS: Há também pais que não aguentam mais seus filhos. “Não sei mais o que faço com esse menino! Tô **exausta!** Tem hora que parece que ele está encapetado. Já levei pro pastor orar, levei no psicólogo, pus no futebol, na natação, no vôlei, no basquete, pra ver se gastando energia melhora... e o pior é que quando eu o deixo com os outros ele fica bonzinho, parece até que eu tô inventando tudo isso!”

Será que o problema é mesmo seu filho ou é o teu cansaço e falta de paciência que oprimem tanto a criança que quando está com você ela fica nervosa, agitada e desequilibrada? É mais fácil botar a culpa na criança e exigir que ela fique imóvel, calada e não atrapalhe suas atividades, do que **enxergar** que é você quem não tem a mínima disposição de educá-la com paciência.

CANSADO DE VIVER SEM DINHEIRO:

Quem nunca ouviu alguém dizer: “Tô **cansado** de viver duro, não tenho um Real pra nada! O devorador tá comendo meu dinheiro... Já chamei o líder pra ungir minha casa, meu carro, minha carteira, dei até 7 voltas ao redor dos boletos das dívidas do cartão de crédito, e decretei a queda do devorador. Tô **cansado** de trabalhar e não ver a cor do dinheiro, parece que não rende!!!”

Então vêm as perguntas que não querem calar: “você está dizimando, ofertando, pagando as pessoas a quem deve? Está gastando com prudência, calculando o quanto pode gastar? Ou anda vivendo uma vida fora do padrão que cabe no seu bolso?”

É muito mais fácil botar a culpa no devorador, chamar líder pra ungir, decretar vitória, rodear boleto, do que **enxergar** que tem um monte de brechas na nossa vida financeira que nos impedem de prosperar. Atitudes “proféticas” sem uma obediência verdadeira à Palavra de Deus, não passam de mera “feitiçaria gospel”.

Em suma, a catarata espiritual leva a uma cegueira parcial ou total, todos aqueles que, por não abrirem o coração para **enxergar a sua própria parcela de culpa nas situações**, acabam lutando contra o vento. Sem resultados, terminam desistindo, por não enxergarem mais uma saída para seus problemas.

Como diz o dito popular: “o pior cego é o que não quer ver”.

Jesus também disse algo semelhante: “*Se fosseis cegos, não teríeis pecado; mas como agora dizeis: Nós vemos, permanece o vosso pecado.*” (Jo 9.41)



CAPÍTULO 3

A HIPERMETROPIA ESPIRITUAL

DIFICULDADE PARA ENXERGAR DE PERTO



“O anjo do Senhor acampa-se ao redor dos que o temem, e os livra.” (Sl 34.7)

“Como estão os montes ao redor de Jerusalém, assim o Senhor está ao redor do seu povo, desde agora e para sempre.” (Sl 125.2)

A hipermetropia espiritual nos acomete quando estamos enfrentando problemas realmente sérios e graves. Nessas situações ficamos tão cansados que não conseguimos mais enxergar **quem** está ao nosso redor, quem está **perto** de nós: **Os anjos do Senhor, e o próprio Deus.**

Há uma passagem bíblica que trata especificamente da hipermetropia espiritual:

“Então enviou para lá cavalos, e carros, e um grande exército, os quais vieram de noite e cercaram a cidade.

Tendo o moço do homem de Deus se levantado muito cedo, saiu, e eis que um exército tinha cercado a cidade com cavalos e carros.

Então o moço disse ao homem de Deus: Ai, meu senhor! que faremos?

Respondeu ele:

Não temas; porque os que estão conosco são mais do que os que estão com eles.

E Eliseu orou, e disse:

Ó senhor, peço-te que lhe abras os olhos, para que veja.

E o Senhor abriu os olhos do moço, e ele viu; e eis que o monte estava cheio de cavalos e carros de fogo em redor de Eliseu.” (2 Rs 6.14-17)

Uma situação de perigo real. O exército da Síria queria pegar o profeta Eliseu e enviou carros e cavaleiros para encurralá-lo na casa onde ele estava. Seu ajudante, quando viu aquela situação, ficou desesperado, pois estava com a **visão ferida devido à constante pressão** que passava por andar ao lado de um profeta perseguido.

Mas Eliseu, cheio do Espírito Santo, disse a ele: “fique tranquilo, muito mais são os que estão conosco do que os que estão contra nós”. Eliseu orou para que a hipermetropia de Geazi fosse curada e ele – então – viu o exército do Senhor e Seus anjos de fogo. O exército do inimigo é que ficou cego no final! Havia um exército real, um inimigo verdadeiro, **mas ao redor deles** havia um exército celestial infinitamente maior!!!

Quando sofremos de hipermetropia, muitas vezes não conseguimos enxergar o Senhor ao nosso redor quando o inimigo vem com fúria.

Quando chega uma má notícia, um diagnóstico de enfermidade que não tem cura pela medicina, um desemprego no meio da crise, uma situação sem saída, muitos **problemas reais e graves podem nos cercar e nos assustar**. Todavia, se estamos vivendo em retidão e santidade, temos de crer que **TODOS** os problemas e lutas que passamos – por mais graves que sejam – são ferramentas de Deus para nos moldar.

Se não cremos nisso, e não mantivermos os nossos olhos nAquele que está perto de nós, ficaremos apavorados a cada nova batalha; **Mas se você ama a Deus e não está vivendo no pecado, apenas creia que todas as coisas cooperam para o seu bem e ponto final!** (Rm 8.28).

Por maiores que sejam as suas lutas, tenha a certeza de que mais numerosos são os que estão contigo, do que os que estão contra ti. Toda peleja que você passa é necessária para te forjar, para que você conheça e prossiga em conhecer ao Senhor, não só de ouvir falar, mas de com Ele andar (Os 6.1-3 e Jó 42.5).

**QUANDO A HIPERMETROPIA
NOS FERRE, PASSAMOS A SUBESTIMAR
O PODER DO NOSSO DEUS
E DAR MAIS ATENÇÃO ÀS LUTAS
DO QUE ÀQUELE QUE É DIGNO
DE TODA NOSSA ATENÇÃO.**

Imagine um homem que serviu a Deus de todo seu coração, viveu para pregar o Evangelho e terminou a vida no meio de uma

multidão sendo apedrejado injustamente. Se isso acontecesse com você, apesar de toda sua devoção a Deus, o que você enxergaria nessa situação?

Foi o que aconteceu com Estevão, o primeiro mártir da Igreja. No livro de Atos capítulo 7 seus últimos momentos de vida são relatados, e aparentemente não foi um final feliz. Ao começar a ser apedrejado, Estevão poderia ter dito: “Servi a Deus a vida toda e Ele me abandonou, olha o que eu recebi... pedrada”. Mas felizmente ele não tinha hipermetropia.

Enquanto ele era apedrejado vivo, a bíblia diz que ele *“cheio do Espírito Santo, fitando os olhos no céu, viu a glória de Deus, e Jesus em pé à direita de Deus, e disse: Eis que vejo os céus abertos, e o Filho do homem em pé à direita de Deus.”* (At 7.55-56)

Mesmo na hora da sua morte injusta, ele, cheio do Espírito Santo, manteve uma **visão de águia**, e o Filho do Homem que está assentado à destra de Deus Pai,

naquele momento se colocou de pé para recebê-lo na glória! Os inimigos estavam sim, ao derredor, mas Estevão **focou ao seu redor, e o Senhor estava mais perto do que qualquer outra coisa**. Perdemos grandes oportunidades de ver a glória de Deus no meio das lutas porque focamos no problema e, cansados, deixamos de olhar para quem está ao nosso redor – Jesus – que é quem realmente importa.

Mesmo no meio dos problemas, se você mantiver os seus olhos em Cristo, você verá os anjos de Deus te guardando e os céus abertos, de onde o Filho do Homem intercede em teu favor (Hb 7.25).



CAPÍTULO 4

A MIOPIA ESPIRITUAL

DIFICULDADE PARA ENXERGAR DE LONGE



“Sede sóbrios, vigiai.

O vosso adversário, o Diabo, anda em derredor, rugindo como leão, e procurando a quem possa tragar.” (1 Pe 5.8)

O míope é aquele que quando quer enxergar de longe, dá uma leve fechada nos olhos para ver se encontra foco. Com certeza você conhece algum. O míope até enxerga bem de perto, mas de longe não vê nada. Dissemos no capítulo anterior que Deus está pertinho de nós, ao nosso redor; já o diabo está um pouco além, **ao derredor**. Derredor significa um pouco mais longe do que ao redor.

O míope espiritual é justamente aquele que já não detecta a presença do **perigo que está ao derredor**, não percebe as armadilhas e laços armados ao derredor, o diabo vem chegando e ele já não vê problema! Perdeu a prudência e não vê mal em mais nada. Quando estamos muito cansados podemos cair no engano de começar a relaxar a nossa vigilância e, distraídos, não vemos mais problemas em situações perigosas.

Satanás não é mais poderoso que Deus, mas ele tem algum poder. Quem se faz de bobo e subestima a astúcia do inimigo, mais cedo ou mais tarde pode cair num laço ou na lama de onde Deus o havia tirado, até que reconheça, clame e seja restaurado. Porém, certamente terá perdido muitas coisas e um tempo precioso, que poderia ter vivido no centro da vontade de Deus.

O MÍOPE É AQUELE QUE
SUBESTIMA A ASTÚCIA
DO INIMIGO,
E PASSA A NÃO MAIS FUGIR
DA APARÊNCIA DO MAL
QUE O RODEIA.

Alguns discursos típicos de pessoas que foram feridas pela miopia espiritual:

“Ah, estou tão cansado de ficar nessa vida de só ‘igreja, igreja, igreja...’, acho que só hoje não tem problema dar uma passada pra dar um abraço no meu amigo que vai comemorar o aniversário naquele bar lá perto de casa... vai me fazer bem ver a galera! Tomo uma ‘cerveja sem álcool’ e vou embora...”

Já não se importa mais com o fato de que lá na festinha vai ter “a galera” enchendo a cara de cerveja “com álcool” numa roda de conversa onde os assuntos que com certeza não vão edificá-lo em nada. (Sl 1.1)

“Eu não vejo problema em ir ao motel com a minha esposa de vez em quando, praticar uns fetiches sexuais... Poxa, precisamos sair da rotina um pouco, se não esquentarmos o relacionamento de algum jeito a gente acaba cansando um do outro...”

Até o dia em que um dos dois começa a ficar insaciável, passa a olhar para tudo quanto é gente na rua, o ciúme entra no casamento, começam as brigas, e um dos dois decide ir buscar “algo mais” fora do casamento, de tanta brecha que foi dada no leito do casal. (Hb 13.4)

“Deus conhece meu coração, Ele sabe que se eu pagasse os impostos não ia mais poder dizimar. Já cansei de pagar imposto! Conheço um monte de gente que faz assim e prospera, além do mais, sonegar imposto não é pecado de morte...”

Até o dia em que o fiscal bater na sua porta, lacrar a empresa e o cidadão vir indagar ao pastor da sua igreja, “como Deus pode ter permitido isso acontecer comigo se eu sou um dizimista fiel?” (Mt 22.21)

“Estou cansado desta história de ‘esperar no Senhor’! Quero namorar alguém. Encontrei uma pessoa maravilhosa no meu trabalho ‘só falta Jesus’ na vida dela, não vejo nenhum mal em me relacionar.”

Tantas pessoas creem por tanto tempo nos propósitos de Deus, mas num determinado momento a carência e a pressa em ver as coisas acontecerem em sua vida sentimental os levam a ter uma **visão egoísta** de sua situação. Impulsionados pelo desejo de um coração enganoso, passam a ignorar os princípios de Deus e jogam fora o testemunho de sua história escrita com o Senhor (2Co 6.14).

O míope é aquele que em algum momento da caminhada **cansou de se posicionar**, de ser radical, de fugir da aparência do mal. Aí ele resolve dar uma “relaxada” no padrão do

seu cristianismo e passa a não ver problema em coisas que antes ele via! Quando estava cheio do Espírito e era firme nas suas convicções, não só passava longe das armadilhas como ministrava outros; sentia o cheiro do mal se aproximando e corria. Mas agora, míope, resolveu fazer concessões – “minha vida com Deus continua ótima, o fato de eu fazer isso não muda o meu relacionamento com Ele” – diz o míope.



CAPÍTULO 5

CHECK LIST

SERÁ QUE ESTOU CANSADO?



Precisamos nos avaliar. Certamente algum nível de cansaço é normal e tolerável em nossas vidas, mas precisamos estar atentos quanto ao **cansaço anormal**, que fere nossa visão, distorce situações, e pode até mesmo nos cegar completamente.

Será que estou chegando num nível de cansaço que tem me conduzido a um esfriamento no relacionamento com Deus, a uma apostasia, perda de visão, a um esfriamento no relacionamento com a minha família?

Assinale as características **atualmente** presentes em sua vida:

Autocomiseração – Sente-se uma vítima das circunstâncias. “Ninguém sabe o que estou passando! Ninguém me entende! Nem Deus me entende!”

Desânimo – É tão grande que você pensa dez vezes antes de se levantar de manhã.

Inércia – Continua fazendo suas atividades, mas só pela obrigação. Faz

tudo por fazer. Nada mais traz prazer e alegria: nem ministério, nem trabalho, nem casamento, nem namoro, nem filhos, nem lazer.

Irritação e falta de paciência extrema – TUDO e TODOS te irritam, não suporta nada, nem ninguém.

Estado depressivo – Chora por qualquer coisa (ou tem vontade de chorar por qualquer coisa).

Murmuração – Reclama de tudo – com os outros, ou consigo mesmo – com palavras ou em pensamentos.

Tolerância com pecados – Sutilmente, coisas que antes para você eram inaceitáveis, passam a acontecer com frequência, e você já nem liga.

Problemas constantes em relacionamentos vitais – situações persistentes de rancor, ira, mentira, falta de perdão com pessoas muito próximas, como cônjuge, filhos e pais.

Três ou mais respostas positivas,
podem indicar um ALERTA.

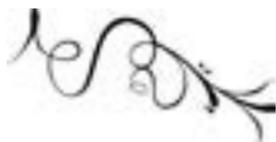
No meio da situação de cansaço extremo que eu experimentei, um dia eu orava e falava ao Senhor que me levasse a um novo nível de experiências, que contasse comigo, que eu queria ser usada por Ele... Quando recebi uma resposta que me exortou e abriu meus olhos. O Senhor me deu a seguinte palavra:

***“Se te fatigas correndo com
homens que vão a pé,
então como poderás competir
com cavalos?”*** (Jr 12.5a)

Em outras palavras, Ele me disse: “se você está derrubada nesse nível em que você está, como é que Eu posso te levar a um nível maior, pra lutar contra inimigos maiores? Primeiro você precisa aprender algumas coisas.” Às vezes fazemos orações movidos pela emoção, sem pensar muito no que virá como resposta.

Certa vez num congresso do nosso ministério, orei com toda fé pedindo ao Senhor que me desse mensagens que os outros tivessem medo de pregar, e Ele me deu uma. Mas e o levante que veio depois? Não foi nada fácil de segurar. Muitas vezes eu chorei sozinha diante do peso desta mensagem, das afrontas que passei por causa dela, e o Senhor me lembrava da oração que fiz, e desse texto de Jeremias.

Algumas vezes confesso que me mostrei fraca no dia da angústia e minha força foi pequena, mas a graça do Senhor me bastou e fortaleceu todas as vezes, para que eu não recuasse. Eu continuei desejando crescer no Senhor e ser levada a níveis mais altos de guerra pelo Reino, mas me faltava entender o principal, que era a cura de Deus para toda fonte de cansaço nas nossas vidas.



CAPÍTULO 6

A CURA

RESGATANDO O PRINCÍPIO DO SHABBAT



Para irmos mais longe e mais alto como todo filho de Deus deseja ir, para sermos mais ousados e mais usados por Ele, temos que por em prática nas nossas vidas o antídoto contra o cansaço, pois já entendemos que **sem visão de águia, não iremos muito longe.**

O remédio de Deus para o cansaço existe, e se chama SÁBADO (do hebraico: *Shabbat*, que significa – literalmente – descanso ou repouso).

No auge do meu cansaço, Deus me abençoou com a resposta que eu tanto procurava. Uma querida amiga americana que é judia messiânica, olhando para a minha situação de desgaste total, me disse com toda simplicidade: “*you need Shabbat*” (você precisa do descanso). Ela me explicou que o **“Sábado” bíblico não é simplesmente um “dia da semana”, mas sim um princípio e um mandamento, que deve ser guardado como qualquer outro que eu obedeço por amar a Deus.** O Sábado não pode ter seu significado restrito a um dia da semana, até porque quando Deus criou o mundo

não havia a seqüência diária de domingo, segunda, terça, quarta, quinta e sábado. O *Shabbat* (descanso) foi assim estabelecido porque foi o **sétimo dia após os seis dias de trabalho** criativo de Deus.

“Ora, havendo Deus completado no dia sétimo a obra que tinha feito, descansou nesse dia de toda a obra que fizera.

Abençoou Deus o sétimo dia, e o santificou;

porque nele descansou de toda a sua obra que criara e fizera.” (Gn 2.2-3)

“Lembra-te do dia do sábado, para o santificar.

Seis dias trabalharás, e farás todo o teu trabalho; mas o sétimo dia é o sábado do Senhor teu Deus.

Nesse dia não farás trabalho algum, nem tu, nem teu filho, nem tua filha, nem o teu servo, nem a tua serva, nem o teu animal, nem o estrangeiro

que está dentro das tuas portas.

*Porque em seis dias fez
o Senhor o céu e a terra,
o mar e tudo o que neles há,
e ao sétimo dia descansou;
por isso o Senhor abençoou
o dia do sábado,
e o santificou.”* (Ex 20.8-11)

Foi como se tudo ficasse tão claro, diante da simplicidade do que eu ouvi. Até então, eu nunca tinha entendido este princípio, e havia até ensinado errado a algumas pessoas que me perguntavam por que é que os cristãos não guardam o sábado. Eu respondia que não guardamos porque não somos judeus, e que “guardamos todos os dias” para Deus! Agora eu vejo quão absurdo foi o que eu disse, já que **os dez mandamentos são universais, feitos para toda a raça humana, para todo homem ou mulher temente a Deus**, e em nenhum momento é dito que é para o povo judeu apenas. No entanto, eu não havia entendido antes, é que o **sábado é um princípio, e não um dia da semana**. O princípio é que deve ser guardado.

**O PRINCÍPIO DO SÁBADO
CONSISTE EM TRABALHAR E
CUIDAR DOS SEUS INTERESSES
DURANTE SEIS DIAS, E DESCANSAR,
SE DESLIGAR DE TUDO ISSO,
POR UM DIA DA SEMANA.**

Hoje minha família consegue conciliar as coisas e se organizar para que o nosso *Shabbat* seja no sábado, mas durante muito tempo, desde que entendemos o princípio, nosso *Shabbat* foi às terças-feiras, pois era o único dia em que conseguíamos ter uma folga dos nossos afazeres e obrigações, para ficarmos em comunhão familiar e com Deus, sem obrigações e preocupações.

Os judeus se perderam quando começaram a guardar o *Shabbat* de forma religiosa. Porém, a distorção deste princípio pelos judeus não o invalida. Se nós entendermos e praticarmos de maneira espiritual este princípio, seremos livres da apostasia, do esfriamento e da perda de visão.

Os judeus até hoje guardam o *Shabbat* – e guardam literalmente como sétimo dia da

semana e não como dia de descanso após 6 dias de trabalho. Guardam como o dia de ficar com a família e ir para a sinagoga ouvir a Lei, mas muitos também guardam o *Shabbat* como o “dia de não pecar”. Me lembro da primeira vez que estive em Israel, fiquei chocada ao ver no restaurante de um hotel uma placa que dizia: “PROIBIDO FUMAR NO SÁBADO”. Isso é absolutamente abominável e distante do que Deus queria quando deu este mandamento ao homem. **Todos os dias são santos, quando nossa vida é santa.** Existem crentes que agem da mesma forma, como se o “dia do culto” fosse um dia mais santo que os outros, o dia em que ele não pode fazer isso e aquilo porque vai ter que se apresentar na igreja.

Todos os dias da semana, os homens e mulheres que andam com Deus supostamente **estarão em comunhão com Ele**, orando, meditando na Palavra, se guardando do pecado e indo à sua igreja prestar culto, mas os santos também precisam descansar, pois o próprio Deus descansou!

O *Shabbat* é o dia em que dedicamos a Deus mais tempo do que nos

outros dias. Também é o dia em que **nos dedicamos mais em ter um tempo de qualidade com a nossa família.** É o dia de orarmos juntos, comermos juntos uma boa refeição sem correria, descansarmos fisicamente também, nos resguardarmos, carregarmos nossas baterias para os próximos seis dias. Todo adorador do Senhor deve guardar este princípio.

**“Quando os que levavam
a arca do Senhor
tinham dado seis passos,
ele sacrificou um boi
e um animal cevado.**

E Davi dançava com todas
as suas forças diante do Senhor;
e estava Davi cingido
dum éfode de linho.” (2 Sm 6.13-14)

Davi entendeu que **depois de seis passos, devia parar para oferecer um sacrifício de louvor a Deus,** enquanto carregava a arca que trazia Sua presença. Muitos apaixonados por Jesus se deixam abater, cegar, ferir e apostatar, pois nunca

entenderam que tão importante quanto obedecer os mandamentos contra o pecado, é obedecer o mandamento de descansar um dia inteiro depois de seis de trabalho e guerra. Nunca param!

O *Shabbat* é literalmente um dia dedicado de forma integral à comunhão com Deus e nossa família.

Se você não tem familiares próximos, tenha seu momento de comunhão com o Senhor e com a família de Cristo, com seus irmãos. Só não busque uma fuga para solidão fazendo o oposto: se enchendo de coisas e deixando este princípio de lado, pois ele é para todos. É um dia de descanso, de não buscar interesses egoístas, crendo que o Pai cuida de nossas coisas, quando O obedecemos. **Você descansa para você, mas também para Ele, pois renovado Ele poderá te usar muito mais!**

Os judeus levavam o “descanso” ao pé da letra a ponto de dizerem que tinham que ignorar os problemas dos outros no dia do *Shabbat*. Mas Jesus deixou bem

claro, que no dia de descanso, podemos e devemos fazer o bem; por isso Ele realizou muitos milagres com pessoas necessitadas nos dias de *Shabbat* (Mt 12.10-13).

**NO DIA DO SEU *SHABBAT*,
NÃO BUSQUE SEUS INTERESSES.
ISSO VOCE FAZ NOS OUTROS 6 DIAS!
O *SHABBAT* É O DIA QUE DEUS
SEPAROU, PARA QUE VOCE DESCANSE
SEU CORPO, ALMA E ESPÍRITO.**

Relaxar o corpo, alimentar a alma na comunhão com quem amamos, e se encher do Espírito na comunhão com Deus. Algumas pessoas dizem: “mas eu amo o que eu faço, meu trabalho não me cansa!” ou “eu descanso fazendo a obra” e até mesmo: “minha família não liga pra isso”. Alguém pode dizer isso, mas a Palavra de Deus diz para guardar o mandamento, e toda vez que insistimos em não observar o que o Senhor nos manda, inevitavelmente alguma área da nossa vida vai se arrebentar; pode ser a saúde, podem ser as emoções ou a vida espiritual.

Talvez você tenha o desejo de obedecer, mas hoje não vê a possibilidade, pois tem um trabalho que só dá folga uma vez por mês, ou seu cônjuge folga num dia diferente do seu. Mas se você deseja obedecer, comece orando e, tendo uma direção do Senhor, de um passo de fé para começar a por em prática este mandamento na sua vida. Certamente Ele te responderá e te dará condições para obedecer, pois se Ele mandou, o Seu desejo é o de te abençoar na medida em que você O obedece. Pode ser que você tenha que abrir mão de algo para ter este dia separado para o descanso, mas o Senhor é fiel para te acrescentar todas as coisas, se você priorizar a obediência (Mt 6.33).

O Senhor nos desafia a restaurar um princípio que foi dado ao homem na criação, e foi esquecido pela igreja há séculos atrás: **fazer tudo em seis dias, e descansar no sétimo.**

***“O sábado foi feito por
causa do homem, e não
o homem por causa do sábado.***

*Pelo que o Filho do homem
até do sábado é Senhor.”* (Mc 2.27-28)

Oração

Senhor JESUS, obrigado pela oportunidade de ser confrontado pela Tua Palavra, e ser convidado por Ti a uma restauração de princípios. Só o Senhor me conhece no profundo e sabe o quanto eu preciso ter as minhas forças renovadas e a minha visão restaurada por Ti.

Corrige-me Senhor, abra os meus olhos, para que eu não transfira mais meus erros e pecados para o diabo ou para outras pessoas, dai-me humildade suficiente para admitir aquilo que é culpa e responsabilidade minha, e me ajuda a mudar.

Ajuda-me a crer e ver que Tu estás ao meu redor mesmo quando tudo parece tão difícil. Dai-me fé para crer que Teus anjos acampam ao meu redor, e que mesmo quando não vejo uma saída, a Tua mão me guiará.

Livra-me de ignorar a aparência do mal, e de me esquecer que ao derredor existem

inimigos que querem a minha alma; ajuda-me a permanecer vigilante em todo tempo, sem me cansar de guerrear. Se fui ferido na batalha, restaura a Armadura de Deus na minha vida.

Eu quero obedecer a **TODOS** os Teus mandamentos Senhor **JESUS**, pois neles eu encontro resposta, solução e cura para tudo que vem contra mim.

Ajuda-me a guardar o dia de descanso do Senhor, não como uma obrigação religiosa, mas como algo precioso que o Senhor ordenou por cuidar de mim e desejar o meu bem. Dai-me disciplina para guardar este dia da mesma forma que guardo os dias de trabalho e compromissos; e me ensina a não sacrificar este dia para que eu aprenda a descansar em Ti.

AMÉM!

A candeia do corpo são os olhos;
de sorte que, se os teus olhos forem bons,
todo o teu corpo terá luz;
(Mt 6.22)

A autora é pastora da Igreja Bola de Neve em Santos - SP.

Outros títulos de sua autoria:

- Restaurando a aliança para o último avivamento (2007)
- Mulheres de Provérbios (2009)
- A qualidade do fruto doméstico (2010)
- Laços da boca tola (2011)
- O homem tem sede de quê? (2012)

O cansaço tem sido uma grande estratégia do inferno para anular a unção de Deus e paralisar Seus planos para muitos homens e mulheres nestes dias.

A rotina opressora, os problemas repetidos, as mudanças bruscas, os relacionamentos desgastados, são fontes de um cansaço que parece "derrubar" muitos guerreiros com grande potencial.

Mas Jesus disse: "Vinde a mim, todos os que estão cansados e oprimidos, e eu vos aliviarei."
(Mt 11.28)

Aquele que tem a resposta e solução para todas as nossas fragilidades, também nos deu – desde o princípio – a chave para nos mantermos de pé e renovados durante qualquer tempestade.

É tempo de resgatarmos o princípio do *Shabbat* (do hebraico literal: descanso), e começar a viver a plenitude de Deus aqui e agora.

Boa Leitura!

A autora