ISSN 0873-9013

ST SINAIS DOS TEMPOS

/ A COVID-19 É O FIM DO MUNDO?
/ ENCARE O FUTURO COM ESPERANÇA
/ CRIME, RACISMO E TUMULTOS

PUBLICADORA SERVIR
3º TRIMESTRE 2020
N. 154 / ANO 38 / €2,00

ESPERANÇA, APESAR DE TUDO...

SINAIS DOS TEMPOS

PUBLICADORA SERVIR
3º TRIMESTRE 2020
N. 154 / ANO 38

REVISTA INTERNACIONAL
EDIÇÃO TRIMESTRAL
EM LÍNGUA PORTUGUESA

DIRETOR **Ezequiel Quintino**

DIRETORA DE REDAÇÃO **Lara Figueiredo**

COORDENADOR EDITORIAL **Paulo Lima**

E-MAIL **sinais@pservir.pt**

DESIGN GRÁFICO **Rita Mendes Sadio**

DIAGRAMAÇÃO **Sara Sayal**

ILUSTRAÇÕES DA REVISTA © **Adobe Stock**

PROPRIETÁRIA E EDITORA
Publicadora SerVir, S. A.

DIRETOR-GERAL **Artur Guimarães**

SEDE E ADMINISTRAÇÃO
Rua da Serra, 1 – Sabugo
2715-398 Almargem do Bispo
21 962 62 00

EDIÇÃO EM LÍNGUA ESPANHOLA
Editorial Safeliz

EDIÇÃO EM LÍNGUA FRANCESA
Éditions Vie et Santé

EDIÇÃO EM LÍNGUA ITALIANA
Edizione ADV

IMPRESSÃO E ACABAMENTO
Jorge Fernandes, Lda. – Artes Gráficas

TIRAGEM **10 000 exemplares**

DEPÓSITO LEGAL **Nº 63193/93**

PREÇO NÚMERO AVULSO **2,00€**

ASSINATURA ANUAL **8,00€**

ISENTO DE INSCRIÇÃO NO ICS
DR 8/99 ISSN 0873-9013

Não é permitida a reprodução total ou parcial do conteúdo desta revista, ou a sua cópia transmitida, transcrita, armazenada num sistema de recuperação, ou traduzida para qualquer linguagem humana ou de computador, sob qualquer forma ou por qualquer meio, eletrónico, manual, fotocópia ou outro, ou divulgado a terceiros, sem autorização prévia por escrito dos editores.

≈ ÍNDICE ≈

03
EDITORIAL
Esperança, apesar de tudo...

ATUALIDADE

04

A Covid-19 é o fim do mundo?
Descubra a resposta.

BÍBLIA

08
Encare o futuro com esperança
Com Deus, há sempre esperança!

CIÊNCIA

12

A Bíblia e a Ciência estão em conflito?
Mais aparente do que real.

PSICOLOGIA

17
Benefícios da gratidão
Seja agradecido e feliz!

CIÊNCIA

20

Porque envelhecemos?
Respostas para uma "velha" pergunta.

26
NOTÍCIA QUE FAZ PENSAR
"Não há Planeta B"

ATUALIDADE

28

Crime, racismo e tumultos
Uma reflexão sobre um tema muito atual.

35
A BÍBLIA ENSINA
Esperança em tempos de perturbação

Esperança, apesar de tudo...

Pr. Ezequiel Quintino
Diretor

O planeta Terra está gravemente doente. A Humanidade padece de inúmeras enfermidades. Dir-se-ia que o Planeta e os seus habitantes estão em situação terminal. O caso é grave! Há, porém, solução para todos os problemas suscitados. Quer os homens queiram quer não. Mesmo que a Humanidade prossiga na tomada de decisões incorretas. A resolução de tudo o que transtorna e mancha a vida no Planeta vai acontecer!

O racismo continua a ser um gravíssimo problema em numerosos países, mesmo onde, teoricamente, não existe. Exemplo recente disso, pelas piores razões, são os Estados Unidos da América. O racismo é um preconceito extremado contra indivíduos pertencentes a uma raça ou etnia diferentes, geralmente consideradas inferiores. Daí as atitudes de hostilidade em relação a determinada categoria de pessoas. Crime que gera revolta, com violência e tumultos, sem que se resolva a situação. A causa e a solução estão no coração do Homem.

Também já percebemos que a Covid-19 não é o fim do mundo. Pelo menos, para já! Somos convidados a agir com segurança e responsabilidade. Devemos encarar o futuro com esperança, porque há muito mais vida para além das pandemias. E isto apesar de não haver Planeta B. Vivamos fazendo sempre o nosso dever. Se cada um assim proceder, ficaremos muito melhor!

Por outro lado, independentemente da idade, o certo é que todos vamos envelhecendo e avançando para o nosso fim pessoal, aqui. Este fim, porém, poderá não ser definitivo. Dependerá apenas da decisão pessoal e intransmissível. Entretanto, devemos sentir e colher os benefícios da gratidão, ao comemorar, no dia-a-dia, de forma ativa, a virtude da gratidão. Seremos mais felizes fazendo os outros felizes!

Poderemos, ainda assim, viver com "esperança em tempos de perturbação". É o meu sincero desejo para si!

O novo Coronavírus tem despertado uma tremenda angústia em muitas pessoas. É natural perguntar-se: Onde está Deus no meio de tudo isto? Será a pandemia um juízo da parte d'Ele ou apenas um acontecimento aleatório? O que diz a Bíblia sobre pestes e pandemias? É um sinal do fim do mundo? Como podemos vencer o medo e ter esperança em tempos de crise?

Podemos já garantir que Deus não é o Autor da doença. Ele não é o Originador do sofrimento, nem das doenças. O primeiro capítulo da Bíblia diz que, no fim da semana da Criação, Deus avaliou o mundo e disse que era *"muito bom"* (Génesis 1:31). As doenças não faziam parte do Seu plano original. O Seu propósito era que a Terra fosse povoada por seres humanos felizes, saudáveis e moralmente responsáveis.

O mal e o pecado foram introduzidos no mundo por Lúcifer. No Céu, ele tinha sido um anjo de luz, com uma função de liderança; mas escolheu rebelar-se contra Deus e o Seu governo. Mais tarde, quando Deus criou Adão e Eva no planeta Terra, Ele abençoou-os com a liberdade de escolha. Desejava que O preferissem por amor. Sabendo isso, Satanás tentou Adão e Eva a escolherem um caminho diferente, causando assim a sua ruína. O livro de Génesis regista a triste história de sucesso do inimigo ao incitar Adão e Eva a duvidarem do amor de Deus e a questionarem a Sua honestidade.

Quando exerceram a própria liberdade de escolha, e optaram pelo pecado, Adão e Eva abriram uma porta para a doença, o sofrimento e a enfermidade. Isto entristeceu o coração de Deus. O pecado causou a separação de Deus. E o nosso mundo arruinado sofre com esta separação. É por essa razão que Cristo veio à Terra, para nos restaurar à imagem de Deus. No Evangelho de Lucas - 19:10 -, a Bíblia diz: *"O Filho do Homem veio buscar e salvar o perdido."* O nosso mundo está mergulhado em pecado, sofrimento e doença. Cristo veio revelar o amor de Deus e redimir o mundo perdido.

Pela Sua vida e pela Sua morte, Jesus demonstrou o quanto o Pai cuida de nós. Todos os milagres que Jesus realizou no Novo Testamento falam-nos de um Deus que Se importa connosco quando sofre-

A COVID-19 É O FIM DO MUNDO?

Mark Finley
Teólogo e Evangelista

mos. Cada vez que Ele abriu olhos cegos, destapou ouvidos surdos, curou mãos atrofiadas e ressuscitou mortos, monstrou o quanto nos ama. Ao morrer na cruz, desmascarou para sempre a mentira de Satanás e revelou que preferiu assumir a culpa, a vergonha e a condenação do pecado sobre Si do que perder um de nós (II Coríntios 5:21; Gálatas 3:13).

Mas Jesus também veio para ser um exemplo e mostrar como é a vida plena. Ele mostrou que Deus não está por detrás da doença, nem do sofrimento, nem das enfermidades. Ele é o Deus da vida plena! No grande conflito entre o Bem e o Mal, um anjo rebelde desafiou Deus e está a lutar contra Ele pelo controlo deste Planeta. Doença, sofrimento, dor emocional e

enfermidade são consequências dessa controvérsia entre o Bem e o Mal. Todavia, no meio de tudo isto, Deus revela o Seu amor e cuidado. Jesus disse: *"E eis que estou convosco todos os dias até ao fim dos tempos"* (Mateus 28:20).

E AS PESTES CITADAS NA BÍBLIA?

A Bíblia usa a palavra "peste" 53 vezes, na versão *Almeida Revista e Atualizada*, e o termo é empregue, no mínimo, com quatro significados diferentes. Às vezes, uma doença ocorre porque estamos num mundo de pecado. Pense, por exemplo, na história de Job. Os pecados de Job causaram a enfermidade que o afligiu da cabeça aos pés? Não. Estava ele num mundo de pecado? Sim. E Satanás estava por detrás de tudo isso? Sem dúvida! Satanás está na causa de todo o sofrimento e de toda a doença. E, por isso, o nosso mundo está cheio de agentes patogénicos, vírus e bactérias. Vivemos num mundo afastado do plano original de Deus, no qual havia saúde e plenitude absolutas.

Há um segundo sentido para a palavra "peste" na Bíblia. Por vezes, as pestes são os juízos de Deus sobre os ímpios. Pode dizer-se que isso é meio estranho, mas pensemos no Egito (Êxodo 5-12). As pragas sobre o antigo Egito foram meros desastres naturais ou foram julgamentos divinos, para libertar o Seu povo? Em amor, Deus enviou uma advertência após outra aos Egípcios. Na Sua misericórdia, mandou-lhes repetidas mensagens, a fim de evitar o desastre que viria; porém, eles deliberadamente recusaram os convites amorosos de Deus, e os juízos divinos caíram sobre aquela terra. O amor fala com ternura, mas, por vezes, comunica-se num tom atroador, para chamar a nossa atenção.

Um terceiro uso para o termo "peste" na Bíblia é no contexto da retirada do poder protetor divino. Há momentos em que Deus retira a Sua presença e permite que as consequências naturais do pecado aconteçam. Recorde-se a ocasião em que os Israelitas foram picados por serpentes no deserto (Números 21). Muitos morreram por causa do veneno. Deus simplesmente retirou a Sua presença para permitir que a consequência das escolhas pecaminosas do povo se manifestasse, a fim de que os Israelitas se arrependessem e voltassem a respeitar a Sua vontade. Quando nos deparamos com pestes que assolam a Terra, pode ser que Deus nos esteja a convidar para levarmos mais a sério o nosso compromisso com Cristo; experimentarmos um genuíno arrependimento; e dedicarmos-Lhe completamente a nossa vida.

Por fim, a palavra "peste" também é usada no contexto da Segunda Vinda de Cristo, juntamente com outros sinais que Jesus mencionou. É necessário, porém, evitar dois extremos problemáticos. Um deles é o fanatismo, que grita: "O Coronavírus

"Porquanto se levantará nação contra nação, e reino contra reino, e haverá fomes, e pestes, e terramotos, em vários lugares. Mas todas estas coisas são o princípio das dores" (Mateus 24:7 e 8, ARC).

chegou; portanto, Jesus deve voltar na próxima semana, no próximo mês ou ano." As pessoas que dizem isso estão cegas por teorias fantasiosas e sensacionalistas de marcação de data, sem nenhuma base bíblica. O outro extremo é encarar a pandemia como apenas um fenómeno natural que passará rapidamente, não tendo qualquer relação com os sinais do tempo do fim. Esta atitude não reflete o sentido de urgência de Jesus quando descreve o fim, em Mateus 24. Ao referir os sinais do tempo do fim, Jesus declara: *"Porquanto se levantará nação contra nação, e reino contra reino, e haverá fomes, e pestes, e terramotos, em vários lugares. Mas todas estas coisas são o princípio das dores"* (Mateus 24:7 e 8, *ARC*).

Para Cristo, guerras, rumores de guerras, ascensão de nações e reino lutando contra reino são elementos que fazem parte do cenário do tempo do fim. A esses acontecimentos, Ele acrescenta desastres naturais, como terramotos, fomes e pestes. Todos se encontram entre os mais de vinte sinais citados em Mateus 24. De acordo com as palavras de Jesus, as pestes, de facto, fazem parte do cenário do tempo do fim.

SINAL DO REGRESSO DE CRISTO?

Isso quer dizer que o vírus da Covid-19, que tem assolado o mundo, é um sinal da volta de Cristo? A resposta é que ele não se destaca isoladamente como o sinal do fim. No entanto, ao olhar para o quadro mais amplo, as pestes consistem num dos múltiplos sinais que Jesus predisse que teriam lugar antes do Seu regresso. Eventos como estes indicam que o tempo se vai esgotando e que estamos a viver cada vez mais próximos do estabelecimento final do Reino de Cristo. O cenário está a ser montado para o clímax de acontecimentos descritos nos livros proféticos de Daniel e Apocalipse.

À luz das predições de Jesus na Sua Palavra, o que podemos esperar do futuro? Os desastres naturais aumentarão. Fomes, terramotos e pestes ocorrerão com mais frequência. Assim como nos dias de Noé, quando um mundo pecaminoso cheio, de imoralidade e violência, encheu a taça da iniquidade em rebelião contra Deus, o nosso mundo está a preparar-se para os juízos divinos finais. Deus, no Seu amor, apela a um Planeta rebelde. Não há nada mais importante para Ele do que salvar o maior número possível de pessoas. Quando Deus retira o Seu poder protetor, desastres naturais e doenças que trazem morte propagam-se. Deus não causa essas tragédias, mas permite-as, a fim de demonstrar a fragilidade da vida. Tais acontecimentos colocam-nos de joelhos, para buscarmos o refúgio em Cristo e nas promessas da Sua Palavra! ¬

ENCARE O FUTURO COM ESPERANÇA

Mark Finley
Teólogo e Evangelista

Como podemos impedir que as preocupações e as ansiedades nos consumam? O que nos pode livrar do medo incapacitante? Ou, para ser mais preciso, quem pode livrar-nos disso? A Bíblia apresenta Deus como a única saída para a Humanidade, e as Suas promessas podem ajudar-nos a enfrentarmos as catástrofes com esperança. Temos razão para seguir em frente com confiança, sabendo que Cristo permanece ao nosso lado. A Sua promessa é certa: *"De maneira alguma te deixarei, nunca jamais te abandonarei"* (Hebreus 13:5).

Em Lucas 21, Jesus fala sobre o nosso tempo. *"Haverá pessoas que desmaiarão de terror pela expectativa das coisas que sobrevirão ao mundo; pois os poderes dos céus serão abalados"* (v. 26). Os versículos seguintes dizem: *"Então, verão o Filho do Homem vindo numa nuvem, com poder e grande glória. Ora, quando estas coisas começarem a acontecer, levantem-se e fiquem de cabeça erguida, porque a vossa redenção se aproxima"* (vv. 27 e 28).

A diferença entre ser consumido pelo medo ou viver cheio de esperança está na direção para onde dirigimos o nosso olhar. Se fixarmos os olhos nos desastres naturais, nas pestes e nas doenças, o nosso coração ficará cheio de temor. Jesus diz: *"fiquem de cabeça erguida..."* Porquê? Quando olhamos para o Santuário Celestial, vemos Jesus e descobrimos força nas Suas promessas. Em Cristo, encontramos confiança. Em Cristo, experimentamos consolo. Em Cristo, somos erguidos acima das incertezas e das preocupações da vida, e o nosso coração fica repleto de segurança n'Aquele que nos ama com amor eterno, insondável e infinito. Em Cristo, somos libertados dos nossos medos.

A Bíblia adverte-nos repetidas vezes a não temermos. Certo autor observou que a expressão "não temas" e formas semelhantes aparecem 365 vezes em todo o livro sagrado – uma para cada dia do ano. Se o total está exato, seria o caso de conferir. Mas a mensagem para não termos medo é muito clara. Deus convida-nos a descansarmos no Seu amor, a confiarmos na Sua graça e a alegrarmo-nos no Seu poder.

Numa das promessas mais cheias de conforto da Bíblia, Isaías ecoa as palavras de Deus: *"Não temas, porque eu sou contigo"* (Isaías 41:10). Porque não devemos temer? Porque Deus está connosco! Não importa o que passemos; Ele permanece ao nosso lado.

Quando nos deparamos com enfermidades, sofrimento e doenças em todos os lugares ao nosso redor, não precisamos de temer, porque Jesus está connosco. Num outro texto do livro de Isaías, a Palavra Inspirada diz: *"Sejam fortes, não tenham medo. Eis aí está o vosso Deus. A vingança vem, a retribuição de Deus; ele vem e vos salvará"* (Isaías 35:4).

Porque não precisamos de temer? O motivo para não termos medo não é porque acreditamos que jamais ficaremos doentes. Nada disso! Estamos livres do medo paralisante porque cremos que, não importa a condição em que nos encontremos, Cristo estará connosco.

Lembra-se da ocasião em que Job sofreu com uma doença terrível que afligiu todo o seu corpo? No meio do sofrimento, ele declarou confiante: *"Porque eu sei que o meu Redentor vive e por fim se levantará sobre a terra. Depois, revestido este meu corpo da minha pele, na minha carne verei a Deus"* (Job 19:25 e 26).

Job tinha a absoluta certeza de que um tempo melhor viria e de que, um dia, veria Deus face a face. Até então, com esperança e confiança, ele era ca-

paz de exclamar: *"Embora ele me mate, ainda assim esperarei nele"* (Job 13:15, *NVI*). Job viveu confiante no Deus que não só prometeu estar com ele a cada momento do dia, mas que também lhe garantiu que um amanhã melhor viria.

Mesmo se contrairmos uma doença que pode causar a morte, a nossa fé apega-se à promessa de que, um dia, Jesus voltará e nos levará para o lar! Assim como Job, acreditamos que veremos o Salvador face a face. Jesus deixou estas palavras de conforto para nós: *"Que o vosso coração não fique angustiado; vocês creem em Deus, creiam também em mim. Na casa de meu Pai há muitas moradas. Se não fosse assim, eu já lhes teria dito. Pois vou preparar-vos um lugar. E, quando eu for e preparar um lugar, voltarei e vos receberei para mim mesmo, para que, onde eu estou, vocês estejam também"* (João 14:1-3). Jesus voltará em breve, e, nesse dia maravilhoso, seremos levados nas nuvens do céu, a fim de nos encontrarmos com Ele no ar. Doença e morte não terão lugar na presença do nosso amoroso Deus.

Fé não significa que nunca ficaremos doentes. Vivemos num mundo devastado pelo Mal; e embora possamos fazer o nosso melhor para optar pelo que é mais saudável, ainda assim a doença pode atingir-nos. Neste caso, apropriemo-nos da promessa da constante presença divina. Deus não nos abandona quando um vírus ataca o nosso corpo.

Um dos principais motivos para não vivermos com medo é o facto de que Deus revelou o futuro. Sabemos que a doença não terá a palavra final. A palavra final é de Cristo. Sabemos que o Coronavírus, ou qualquer outro vírus, desastre natural, calamidade ou guerra nuclear – não destruirá toda a vida do

**Fé não significa que nunca fi
num mundo devastado pelo
fazer o nosso melhor para op
saudável, ainda assim a doen
Neste caso, apropriemo-nos
presença divina.**

planeta Terra. Temos a promessa do regresso de Jesus. Vemos fomes, terramotos e angústia entre as nações. Vemos o potencial de uma guerra nuclear desastrosa. Vemos as mudanças climáticas. Vemos doenças que ceifam a vida de milhares.

Vemos todas estas coisas, mas temos uma esperança que nos capacita a triunfar no meio dos momentos mais

caremos doentes. Vivemos Mal; e embora possamos otar pelo que é mais nça pode atingir-nos. da promessa da constante

difíceis da vida. Há uma sensação de confiança que nos faz avançar, porque lemos os últimos capítulos da Bíblia. Sabemos qual é o fim da história. Em Apocalipse 21:4 e 5, João escreve: *"E lhes enxugará dos olhos toda lágrima. E já não existirá mais morte, já não haverá luto, nem pranto, nem dor, porque as primeiras coisas passaram. E aquele que estava sentado no trono disse: Eis que faço novas todas as coisas."*

Nós estamos *"aguardando a bendita esperança e a manifestação da glória do nosso grande Deus e Salvador Jesus Cristo"* (Tito 2:13). Essa bendita esperança ajuda-nos a vermos mais além e a vislumbrarmos como tudo será. Olhamos além do hoje e vislumbramos o amanhã. Vemos além da doença e descortinamos saúde. Vemos além dos vírus que se espalham pelo ar e visionamos o ar puro no qual não haverá mais pestes.

Deus tem um propósito ao permitir que tais calamidades aconteçam. Ele convida-nos a dependermos completamente d'Ele. Revela-nos que neste mundo não existem certezas. Cristo é o nosso único Refúgio, a nossa única Segurança. É o nosso único Salvador, Redentor, Libertador e Rei vindouro!

Qual deve ser a nossa resposta à crise causada pela Covid-19? Os acontecimentos recentes devem motivar um despertamento espiritual. O extermínio provocado pela Covid-19 precisa de acordar os nossos sentidos para a urgência do tempo em que vivemos. Deve lembrar-nos de que este mundo problemático não é o nosso lar eterno.

Por meio desta pandemia trágica, Cristo está a falar-nos, a si e a mim. A nossa vida é frágil. O nosso corpo é mortal. Jesus, porém, quer libertar-nos do medo e dar-nos a certeza da vida eterna. Hoje é um bom momento para permitirmos que Ele preencha o nosso coração, fortaleça a nossa decisão e nos prepare para o Seu regresso, em breve!

CIÊNCIA

A BÍBLIA E A CIÊNCIA ESTÃO EM CONFLITO?[1]

≈

David Ekkens
Doutor em Biologia e Professor

Nas discussões sobre Ciência e Fé, muitas vezes tem-se a impressão de que só é possível acreditar ou na Ciência ou nas Escrituras, não em ambas. No mundo secular, o normal é que se veja a Ciência como a verdadeira fonte de conhecimento. A Bíblia, caso seja considerada, é vista apenas como uma fonte de compreensão espiritual, desde que não apresente algum conflito com o consenso científico.

Convém definir os termos – *Ciência* e *milagre*. Por *Ciência*, refiro-me a um processo sistemático que tenta explicar fenómenos em termos dos mecanismos físicos que os causam. Há outras definições possíveis; esta, porém, será suficiente para os nossos objetivos. *Milagre* é definido como um evento que não pode ser explicado somente por meios científicos naturalistas.

AS CIÊNCIAS EXPERIMENTAIS E HISTÓRICAS

Ao discutirmos Ciência e Fé, convém fazer a distinção entre a Ciência Experimental (ou Empírica) e a Ciência Histórica. As Ciências primordialmente experimentais (por exemplo, Química, Física, Anatomia, Ecologia) envolvem a manipulação das condições físicas, a fim de isolar e identificar fatores causais que explicarão o evento. As Ciências primordialmente históricas (por exemplo, Arqueologia ou Paleontologia) estudam os resultados de algum evento passado e tentam explicar o que ocorreu, a fim de produzir a evidência observada.

Na sua maioria, as Ciências englobam tanto os aspetos empíricos como os históricos. Porém, apenas os aspetos empíricos estão abertos à experimentação – o que não acontece com os aspetos históricos. Em geral, não há conflito entre as Escrituras e a Ciência Experimental. As dificuldades acontecem no momento em que se tenta compreender eventos históricos para os quais a Bíblia provê uma explicação sobrenatural, enquanto a Ciência tenta chegar a uma explicação naturalista.

TIPOS DIFERENTES DE TEXTOS BÍBLICOS

Existem muitas áreas em que não encontramos conflito entre a Ciência e as Escrituras. Por exemplo, embora a Bíblia não seja um manual de Ciências, ela descreve muitos fenómenos de natureza científica. Vários escritores bíblicos mencionam mamíferos, aves e plantas; também mencionam aspetos da anatomia, da fisiologia e do comportamento das plantas, dos animais e dos seres humanos. A Bíblia descreve a criação de formas de vida sugerindo que Deus projetou e fabricou os Sistemas Viventes que hoje estão disponíveis para o nosso estudo. A Ciência de hoje reconhece em todos os níveis de complexidade a evidência de um projeto, embora exista considerável discórdia sobre a origem dele.

Alguns textos da Bíblia foram escritos em termos simbólicos ou usando figuras de linguagem. Pode-se interpretar erradamente uma expressão como sendo literal, quando ela, na realidade, é figurada. Outras passagens podem ser poéticas, ilustrativas ou expressões de compreensão comum, que não foram escritas para dar explicações científicas. Por outro lado, existem muitos textos das Escrituras que são de clara intenção histórica. Por exemplo: Génesis 1 a 11; as narrativas, nos Evangelhos, sobre os milagres de Jesus, o Seu nascimento de uma virgem, a Sua morte e ressurreição. A prosa destes textos, claramente expositiva, não apoia tentativas de "espiri-

tualização" ou de os categorizar como figurativos ou poéticos.

EXPLICAÇÕES NATURAIS E SOBRENATURAIS

Podemos oferecer duas explicações possíveis para os fenómenos naturais ou sobrenaturais. Os dois sistemas explicativos podem estar em conflito ou podem complementar-se. Como a Bíblia descreve, principalmente, as atividades de Deus no curso da história humana, ela quase sempre apresenta explicações sobrenaturais. Ora, as explicações de fenómenos passados não são intrínseca e diretamente testadas por métodos científicos. Para um dado fenómeno que a Bíblia descreve como sobrenatural, um cientista materialista pode dar uma explicação naturalista. Nalguns casos, ambas as explicações podem ser aplicáveis. Isto é, Deus pode ter usado processos físicos comuns de maneira sobrenatural para realizar a Sua vontade.

Muitos dos grandes cientistas do passado eram crentes e não viam conflitos entre a Bíblia e a Ciência. No século XVII, os cientistas dividiam-se em dois grupos relativamente à Religião e à Ciência. Francis Bacon e Galileu Galilei pertenciam ao grupo "separatista". Acreditavam que era melhor manter separados o Livro das Escrituras e o Livro da Natureza, apesar de reconhecerem que ambos tinham o mesmo Autor. O outro grupo de cientistas, os "pansofistas", via a Ciência e as Escrituras em perfeita harmonia. Assim, ambos os grupos chegaram a uma resposta de "não conflito" – os separatistas, porque compartimentalizavam os campos de estudo, e os pansofistas, porque viam a Ciência como um reforço para as Escrituras. Os dois grupos viam Deus como o Autor das Escrituras e o Criador do mundo.

Na última metade do século passado, o cientista americano Stephen J. Gould ampliou a ideia de separação com a sua proposta do conceito de *Magistérios Não Interferentes*. Diz ele que a Ciência e a Religião ocupam domínios diferentes, os quais não interagem entre si; a Religião ocupa-se com ideias espirituais e éticas, enquanto a Ciência lida com o mundo real. Ora, para se aceitar este conceito da não interferência, aparentemente é necessário rejeitar-se as Escrituras como a Palavra inspirada de Deus.

ÁREAS DE CONFLITO

O conflito é mais evidente no estudo das origens, o que é uma questão histórica, não uma questão experimental. Os que possuem uma cosmovisão naturalista preferem a teoria evolucionista, pois ela propõe explicações em termos de puros mecanismos físicos. Os que têm uma cosmovisão baseada na revelação bíblica preferem a teoria da Criação, pois ela aceita os relatos bíblicos de atividade sobrenatural na criação e manutenção do mundo natural. Ambas as visões clamam por evidência. Como essa evidência é incompleta, e, por isso, sujeita a diferentes explicações, a cosmovisão do cientista acaba por desempenhar um papel importante na interpretação.

Um dos exemplos mais conhecidos aconteceu no século XVI. Líderes da Igreja Católica Romana afirmavam que a Terra era o centro do Universo. Galileu Galilei (1564-1642) era um Cristão devoto, mas era também um cientista que defendia a ideia de Copérnico, de que a Terra girava em torno do Sol. Galileu foi identificado como herege pela Igreja, que se considerava a autoridade suprema. Este episódio não foi um conflito entre a Bíblia e a Ciência, mas uma diferença manifestada entre líde-

res religiosos e alguns cientistas sobre como interpretar a Bíblia e os dados científicos. Infelizmente, cientistas e pensadores sérios foram, muitas vezes, perseguidos por causa de superstições, sofrendo perseguição e coação. Isto contribuiu para a falta de confiança na própria Bíblia.

Por outro lado, a Bíblia narra a ocorrência de numerosos milagres, os quais são invariavelmente interpretados por dois grupos. Alguém não convencido da Inspiração Divina conclui que o milagre não aconteceu de facto e que o relato bíblico é uma falácia. Em contraste, a pessoa que aceita a Bíblia como divinamente inspirada reconhece o milagre por meio da fé. Visto que a narrativa do milagre está na Bíblia, e a Bíblia é a Palavra de Deus, o crente aceita que Deus usou o Seu poder para realizar o milagre.

Muitos dos grandes cientistas do passado eram crentes e não viam conflitos entre a Bíblia e a Ciência. No século XVII, os cientistas dividiam-se em dois grupos relativamente à Religião e à Ciência.

MILAGRES COM EFEITOS FÍSICOS OBSERVÁVEIS

A nossa crença é a de que a Bíblia e a Ciência não estão em conflito. No entanto, parecem estar. Para resolver esses problemas, a evidência tem de ser cuidadosamente avaliada, já que ela pode ser interpretada de diferentes maneiras.

De acordo com um crente, a origem da vida na Terra é um exemplo de um evento milagroso, uma atividade sobrenatural da parte de Deus, em que a Bíblia e a Ciência não estão em conflito. O descrente na Bíblia crê na narrativa da Ciência, de que moléculas orgânicas tenham sido originadas a partir de gases inorgânicos, como evidência de que a geração espontânea de uma célula viva poderia ocorrer. Portanto, para ele existe um conflito entre Ciência e Religião.

O âmbito em que as questões talvez sejam mais incómodas (nas quais

"não há conflito, mas..") é o da quantidade de tempo requerido para a acumulação de sedimentos retentores de fósseis na crosta terrestre. Parece haver um conflito entre o tempo relativamente curto sugerido na Bíblia e o tempo longo inferido pela Ciência. Naturalmente, não há datas na Bíblia; contudo, os eruditos bíblicos mais conservadores têm utilizado as genealogias mencionadas no texto para concluir que não muito mais do que dez mil anos estão representados pela história bíblica. Todavia, técnicas convencionais de datação sugerem que a Terra tem uma idade muito superior a dez mil anos. Porém, muitos cientistas que creem na Bíblia não veem nenhum conflito nas datas antigas das rochas. Deus certamente poderia ter criado as rochas da Terra há muitos milhões de anos, e depois ter organizado a crosta terrestre durante uma semana de Criação mais recente. Contudo, existem muitos exemplos de fósseis encontrados em rochas e datados por técnicas-padrão como sendo muito mais antigos do que dez mil anos.

Apesar da existência destes problemas, temos evidências de que o último capítulo sobre a datação das eras ainda está para ser escrito. Em alguns casos, novas evidências científicas podem lançar dúvidas sobre a datação convencional das eras.

CONSIDERAR A BÍBLIA UM MITO CRIA MAIS PROBLEMAS

Algumas pessoas resolvem o conflito concluindo que os milagres bíblicos são mitos – contos tradicionais que servem para expressar uma cosmovisão. Para esses, o conflito é inexistente porque o evento não aconteceu da maneira descrita. Esta abordagem destrói a inspiração das Escrituras. Para a maioria dos crentes, não é surpresa haver conflito entre Fé e Ciência secular. As doutrinas cristãs são baseadas na fé e apoiadas por evidências que apelam à razão, incluindo a experiência pessoal, evidências documentais e testemunhas oculares. A evidência empírica também é importante, mas não é o único fator, como acontece na Ciência.

Podemos concluir que haverá sempre algum conflito entre a Ciência e a Bíblia. Alguns aparentes conflitos podem ser resolvidos à medida que a Ciência for fazendo novas descobertas, mas outros só na eternidade serão resolvidos. O conflito entre a Bíblia e a Ciência surge por várias razões, incluindo: 1) compreensões filosóficas divergentes sobre o papel de Deus na Natureza; 2) dificuldade de interpretar a história do mundo cientificamente; 3) incapacidade de a Ciência explicar em termos científicos o que Deus fez milagrosamente; e 4) o facto de os relatos bíblicos sobre a história da Natureza serem breves e incompletos.

Todas estas questões e todos estes conflitos devem apresentar oportunidades para que cientistas e teólogos cresçam juntos no seu entendimento. Infelizmente, ambos os lados parecem estar limitados e presos dentro da sua própria perspetiva. Por isso, não conseguem comunicar-se numa linguagem comum. ¬

NOTAS

1 Condensado e adaptado de *Mistérios da Criação*, organizado por L. James Gibson & Humberto M. Rasi, São Paulo: CPB, 2013, Cap. 3, pp. 27-36.

PSICOLOGIA

BENEFÍCIOS DA GRATIDÃO

Série *CRER FAZ BEM*[1]

A Ciência da Felicidade é o título do livro de Sonja Lyubomirsky (2008), Professora norte-americana e Diretora do Departamento de Pesquisas sobre Psicologia Positiva, na Universidade da Califórnia, Riverside, Estados Unidos da América. De modo prático, ela explica como aumentar a felicidade por meio de 12 atividades e formas de comportamento. Sonja Lyubomirsky escolheu essas atividades porque

foi verificado que estavam relacionadas com a felicidade, de acordo com estudos científicos realizados. A atividade número um é *expressar gratidão.*

Em parceria com os seus alunos de Doutoramento, Lyubomirsky elaborou uma experiência para descobrir o efeito causado por um simples exercício de gratidão sobre a felicidade dos participantes. Eles instruíram um grupo a escrever (cada sábado à noite, durante várias semanas) cinco coisas pelas quais estavam agradecidos durante a semana passada. Instruíram também outro grupo a fazer o mesmo, de maneira mais frequente – às terças, às quintas e aos domingos. Todos fizeram a avaliação do grau de felicidade, antes e depois da intervenção. Os resultados mostraram que o aumento mais significativo nos níveis de felicidade, antes e depois da intervenção, foi naqueles que "contavam as suas bênçãos" semanalmente. Aqueles que expressavam gratidão três vezes por semana não apresentaram resultados significativos. Porquê? Uma expressão de verdadeira apreciação precisa de ser autêntica. Quando é feita frequentemente, pode tornar-se rotina, apenas um hábito, uma tarefa a ser cumprida, e então perde a sua eficácia.

Como atividade regular, Sonja Lyubomirsky pede aos seus alunos de Psicologia para escreverem uma carta de gratidão a qualquer pessoa que desejarem e, depois, explicarem a sua experiência. Uma das alunas, Nicole, escreveu uma carta à mãe, e depois disse: "Sentia-me dominada pelo sentimento de felicidade. (...) Enquanto

digitava a carta, pude sentir o meu coração a bater cada vez mais depressa. (...) Quando estava a chegar quase ao fim, enquanto lia o que já tinha escrito, os meus olhos encheram-se de lágrimas e fiquei com um nó na garganta. Percebi que o sentimento de gratidão pela minha mãe me tinha tocado a tal ponto que as lágrimas corriam pela minha face." Alguns dias mais tarde, enquanto fazia os trabalhos da Faculdade no computador, Nicole sentiu-se frustrada e aborrecida com a enorme quantidade de tarefas que tinha para fazer. Então, resolveu ler novamente a carta de apreciação à sua mãe. Em poucos segundos já estava a sorrir. Foi incrível a rapidez com que ela voltou a sentir-se feliz e menos stressada ao ler a carta de novo.

Chiara Ruini e Francesca Vescovelli, Psicólogas italianas da Universidade de Bolonha, trabalharam (em 2012) com uma amostra de 67 mulheres com cancro de mama, no Centro para o Cancro de Mama do Hospital Santa Croce, em Loreto, Itália. As mulheres que cultivavam o espírito de gratidão mostraram ter sido mais bem-sucedidas no processo de crescimento pós-traumático. Tiveram também níveis mais elevados de bem-estar, relaxamento e contentamento do que as mulheres que praticavam pouca ou nenhuma atitude de gratidão.

Num outro estudo, Steven Toepfer desenvolveu, na Universidade de Kent, Ohio, EUA, um projeto (em 2012) em que os participantes tiveram de escrever cartas de gratidão. Foram aleatoriamente selecionados 219 homens e mulheres, com idade média de 26 anos. Do estudo, participaram alunos e também membros da comunidade da Universidade em geral. Foi-lhes pedido que escrevessem cartas de apreciação a uma pessoa real, expressando a sua gratidão. As cartas não deveriam conter assuntos triviais. Deveriam expressar gratidão e ser entregues, em envelope selado, ao pesquisador, para que ele as colocasse no correio. Os participantes também concluíram as avaliações sobre a gratidão, satisfação, felicidade e depressão, feitas no início e no fim da experiência. Os resultados mostraram o seguinte:

1. Aumento significativo quanto à felicidade, à satisfação na vida e ao sentimento de gratidão ao longo do período de quatro semanas de teste e reteste.

2. Uma expressiva redução dos sintomas depressivos ao longo do mesmo período.

3. Pontuações significativamente mais altas do que no grupo de controlo (os que fizeram as avaliações, mas não escreveram as cartas de gratidão), quanto ao bem-estar, e pontuações mais baixas de mal-estar.

Dorothy O'Neill afirmou bem: *"O coração agradecido é o melhor antídoto para a depressão e o desânimo."*

Ellen G. White foi mais longe na reflexão: *"Nada tende mais a promover a saúde do corpo e da alma do que um espírito de gratidão e louvor. É um claro dever resistir à melancolia, às ideias e aos sentimentos de descontentamento, tal como é um dever orar. Se estamos a caminho do Céu, como poderemos ir como um bando de lamentadores, a gemer e a queixar-nos ao longo de todo o caminho para casa do nosso Pai?"* (*A Ciência do Bom Viver*, Sabugo: Publicadora SerVir, 2015, pp. 182 e 183.)

NOTAS

1 Adaptado de Julián Melgosa, *Crer Faz Bem*, Tatuí, SP: CPB, 2015, pp. 164-167.

PORQUE ENVELHECEMOS?

≈

Redação da Publicadora SerVir

A duração da vida humana, isto é, a longevidade, varia muito na população. Alguns morrem pouco depois do nascimento; outros poucos meses depois; há os que morrem na adolescência; e a maioria falece na idade adulta ou na velhice.

Hoje, a realidade é que *a população mundial está a envelhecer*. Todos os países do mundo estão a assistir a um crescimento no número e na proporção de pessoas idosas da sua população. O envelhecimento populacional está quase a tornar-se numa das transformações sociais mais significativas do século XXI. Isto tem implicações transversais em todos os setores da Sociedade: no mercado laboral e financeiro; nos transportes e na proteção social; nas estruturas familiares e nos laços intergeracionais; e na procura de bens e serviços.

Em todo o mundo, a população com mais de 60 anos está a crescer a uma taxa de cerca de 3% ao ano. Significa isto que está a crescer mais rapidamente do que todos os grupos etários mais jovens. Segundo a ONU, na atualidade, e pela primeira vez na História, há mais idosos no mundo do que crianças pequenas. São 705 milhões de pessoas acima dos 65 anos, contra 680 milhões entre zero e quatro anos. As estimativas apontam para um crescente desequilíbrio entre os mais velhos e os mais jovens até 2050. Então, haverá duas pessoas com mais de 65 anos para cada uma entre zero e quatro anos. Esta desproporção simboliza uma tendência que os demógrafos vêm acompanhando há décadas: na maioria dos países, estamos a viver mais e a ter cada vez menos filhos.

Estima-se também que o número de idosos, com 60 anos ou mais, duplique até 2050 – passando de 962

milhões, (em 2017, representando 13% da população global) para 2,1 mil milhões, em 2050. Globalmente, o número de pessoas com 80 anos ou mais deverá triplicar até 2050 – passando de 137 milhões (em 2017) para 425 milhões, em 2050. *Atualmente, a Europa tem a maior percentagem da população com 60 anos ou mais (25%).* O crescimento rápido do envelhecimento também ocorrerá noutras partes do mundo. Até 2050, todas as regiões do mundo, exceto África, terão quase um quarto ou mais das respetivas populações com mais de 60 anos.[1]

SUPERCENTENÁRIOS

Uma constatação lógica é que todos os seres humanos são mortais. E, mais ainda – a duração da vida tem um limite claro. Nos últimos séculos, não existiu ser humano que tenha vivido mais do que 125 anos.

Supercentenários são as pessoas com mais de 110 anos, de acordo com o Gerontology Research Group, entidade que se dedica ao levantamento, à confirmação e à validação dos supercentenários do Planeta. O título de pessoa mais velha da história dos tempos modernos é atribuído à francesa Jeanne Calment, que morreu a 4 de agosto de 1997, aos 122 anos e 164 dias. Atualmente (atualizado a 10 de março de 2020), a pessoa mais velha do mundo é a japonesa Kane Tanaka, com 117 anos e 169 dias. Kane Tanaka lidera uma lista de 36 supercentenários. Todas as 36 pessoas mais velhas do mundo são mulheres. O segundo lugar é ocupado pela italiana Maria-Giuseppa Robucci-Nargiso (115 anos e 354 dias) e o terceiro pela francesa Lucile Randon (115 anos e 26 dias). Nos nossos dias, não há homens na lista dos supercentenários. O mais velho representante do sexo masculino, de que há registo, foi o também japonês Masazou Nonaka, que morreu no dia 20 de janeiro de 2019, com 113 anos e 179 dias.[2]

O CONCEITO DE VELHICE MUDOU

Podemos afirmar que o conceito de velhice mudou mais nas últimas seis décadas do que nos duzentos anos anteriores. Com este fenómeno global de crescimento extraordinário dos adultos idosos, sobreveio uma maior tomada de consciência social, que exigiu uma dedicação de recursos mais adequada. A chamada *idade de reforma* é hoje mais prolongada. Nos países desenvolvidos, a esperança de vida atingiu níveis imprevisíveis há um século. Também nos países em desenvolvimento a idade das pessoas idosas está a aumentar.

Apesar do prolongamento de anos de vida, afinal porque envelhecemos? A Ciência avança várias teorias, mas não tem uma resposta satisfatória. Todavia, faz recomendações para retardar o envelhecimento. Contudo, mesmo seguindo essas orientações, o facto é que todos os seres vivos envelhecem e, finalmente, morrem. Isto é inevitável! Assim, já que a morte é o resultado final do envelhecimento, é óbvio supor que ambos têm a mesma causa. Qual?

RAZÕES PARA O ENVELHECIMENTO

O envelhecimento caracteriza-se pela diminuição na capacidade de funcionamento dos órgãos. Calcula-se que, nos seres humanos, a capacidade funcional depois dos 30 anos diminua 0,8% por ano; isto é, aos 50 anos terá diminuído 16%; e, aos 70, 32%. A velocidade da condução nervosa, a força muscular e o nível de hormonas sexuais diminuem. As artérias endurecem e há rigidez nas articulações. O cabelo embranquece e a pele enruga-se. Nas células, são acumulados resíduos metabólicos e observa-se um número maior de proteínas defeituosas, que lhes provoca a morte.[3]

Em resultado de diversas investigações, várias teorias procuram explicar o fenómeno do envelhecimento. Ou seja, como, com a idade, o organismo humano se deteriora e a vida cessa. Em resumo, deixamos aqui as três teorias consideradas mais representativas.

O desgaste orgânico. Ao longo da vida, existe uma força reparadora no âmbito molecular e celular que se ocupa de restaurar o desgaste ao ritmo certo. Na velhice, o ADN do núcleo das células sofre danos que o organismo não pode compensar, ou fá-lo de maneira imperfeita. Estas imperfeições no ADN chegam a produzir alterações e erros no código genético. Isso traduz-se numa debilidade orgânica que abre a porta a qualquer doença, que pode acabar com a vida da pessoa.

A ação destruidora dos radicais livres. Estes são substâncias residuais celulares que tendem a unir-se às proteínas e a outras estruturas fisiológicas, limitando ou impedindo as suas funções. Hoje, sabe-se que esta força destruidora pode ser combatida, consumindo substâncias antioxidantes presentes em múltiplos alimentos. Apesar disso, as diversas funções que sustêm a vida debilitam-se, aparece a doença e sobrevém a morte.

O Sistema Imunitário perde força e capacidade. Este Sistema é o encarregado de nos defender em face dos vírus, das bactérias e dos parasitas. Para isso, envia células

Podemos afirmar que o conceito de velhice mudou mais nas últimas seis décadas do que nos duzentos anos anteriores.

especializadas (por exemplo, células T), vencendo assim os inimigos portadores de doenças. Com o passar do tempo, quando se chega a uma idade avançada, o Sistema torna-se incapaz de eliminar estes agentes perigosos, que, inclusivamente, podem chegar a atacar células saudáveis (podendo provocar cancro). Esta degeneração torna a pessoa vulnerável perante infeções e doenças que conduzem à morte.[4]

RETARDAR O ENVELHECIMENTO

A Ciência, de igual modo, faz recomendações que podem retardar o envelhecimento e melhorar a qualidade de vida. Podem resumir-se em sete propostas.

1. Atitude – Viver mais anos a contemplar o lado positivo das coisas e aprender a melhorar o seu próprio estado de ânimo.

2. Alimentação – Existe uma estreita relação entre alimentação e bem-estar vital. Alimentar-se de maneira moderada, saudável e equilibrada é o ideal.

3. Relacionamentos – Cultivar amizades e manter relacionamentos ótimos com as pessoas. Isto é fonte de saúde mental e de vida.

4. Atividade – Até onde for possível, utilizar regularmente todas as funções físicas e mentais. Caso contrário, a inatividade vai debilitá-las rapidamente.

5. Repouso – Alternar o exercício com o descanso, de modo equilibrado, potencia a saúde física e mental.

6. Ambiente natural – Fugir da contaminação da água, do ar e do ruído,

e procurar viver num ambiente o mais natural possível.

7. Espiritualidade – Cultivar as mais elevadas faculdades do espírito. Recordar que existe um plano transcendente na existência humana.[5]

ENVELHECIMENTO E MORTE: EXPLICAÇÃO TEOLÓGICA

Sabemos que todos os seres humanos envelhecem e morrem. Também sabemos que a Ciência dá algumas explicações sobre o envelhecimento, mas não tem uma resposta satisfatória para esse fenómeno, nem uma solução para a morte. Isto está fora do âmbito científico. Todavia, é no Cristianismo bíblico que encontramos respostas claras.

A Bíblia ensina que o plano original de Deus consistia na existência de seres humanos perfeitos e livres, imortais, com saúde e felicidade plenas, num relacionamento íntimo de total confiança com o Pai e Deus Criador. Infelizmente, por livre escolha, o ser humano quebrou o elo de confiança, separando-se voluntariamente do Senhor, a Fonte da vida. Assim, o Mal entrou na Terra, transtornando o plano divino. Esse Mal, conhecido na linguagem bíblica como "pecado", passou a integrar a natureza humana, provocando a degeneração da saúde, a degradação da vida e a morte: *"o salário do pecado é a morte"* (Romanos 6:23).[6]

Podemos deduzir que o envelhecimento é como uma morte lenta – uma preparação para a morte. Uma consequência do pecado. O que aconteceu no ADN, ou no Sistema Imunitário, ou em alguma outra parte do corpo de Adão e Eva, quando pecaram? Não sabemos. É um mistério para os cientistas e para nós, hoje. Contudo, as Sagradas Escrituras afirmam que Deus tem um plano de recuperação do Planeta e dos humanos. O Deus Criador voltará a criar *"Novos céus e nova terra onde habita a justiça"* (Isaías 25:8; 65:17; II Pedro 3:13; Apocalipse 21:1-7). O Mal e o pecado desaparecerão totalmente. Todos os que escolherem aceitar o plano divino redentor viverão para sempre felizes. O plano original de Deus será restabelecido para a eternidade.[7]

Neste sombrio panorama do envelhecimento e da morte, vislumbramos conforto e esperança na vida eterna. A solução para a morte não está na tentativa de conservação dos corpos por embalsamamento ou mumificação, nem na preservação por criogenia. A única hipótese, solução válida e concreta, é a ressurreição pelo poder do Deus Criador. Apenas o Criador pode recriar a vida. E a morte é o último inimigo a ser vencido (I Coríntios 15:20-23, 26): *"Quando Cristo voltar, ressuscitarão os que lhe pertencem."* Este é um sinal de esperança para o tempo em que vivemos. Que magnífica promessa que infunde confiança para o nosso futuro individual. Que admirável Deus, o nosso! ¬

NOTAS

1 www.unric.org/pt/envelhecimento/ e www.bbc.com/portuguese/internacional-47799778

2 https://www.dn.pt/vida-e-futuro/mulher-japonesa-com-116-anos-e-a-pessoa-mais-velha-do-mundo---guinness-10660839

html e https://pt.wikipedia.org/wiki/Lista_das_pessoas_mais_velhas_do_mundo

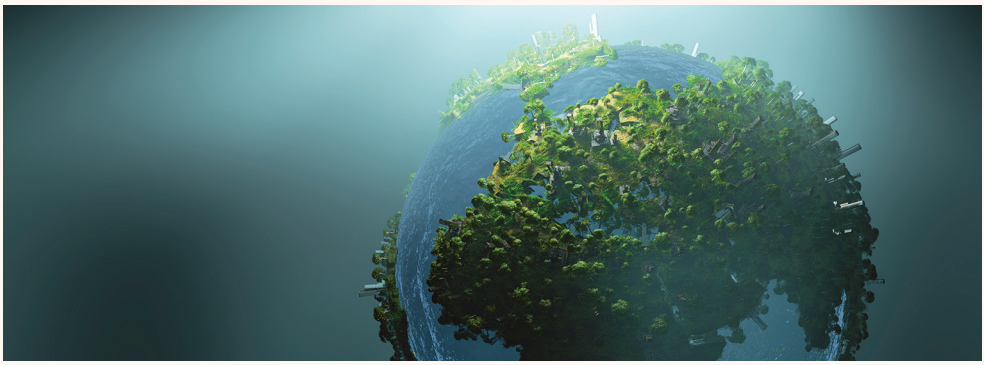
3 Gerald E. Vyhmeister, *Maravilhas da Criação*, pp. 109--113, Tatuí, SP: CPB, 2014.

4 Julián Melgosa, *Desfrutar da Vida*, pp. 10-17, Sabugo: Publicadora SerVir, 2014.

5 *Ibidem*.

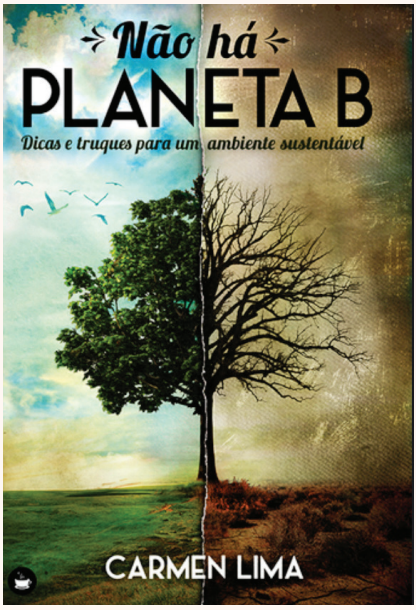
6 *Ibidem*.

7 Gerald E. Vyhmeister, *op.cit.*, pp. 109-113, Tatuí, SP: CPB, 2014.



"NÃO HÁ PLANETA B"

Estamos cada vez mais conscientes desta realidade: "Não há Planeta B." Mas continuamos a consumir e a descartar como se o amanhã não existisse. Quem o afirma é a ambientalista Cármen Lima, Coordenadora do *Centro de Informação de Resíduos da Quercus* e Coordenadora-fundadora do SOS AMIANTO. Também é autora do recente livro *Não há PLANETA B*, com o subtítulo *Dicas e Truques para um Ambiente Sustentável*. Trata-se de uma obra atrativa que expõe a realidade atual e os perigos futuros, se nada for feito. Por outro lado, abre uma janela de esperança através de sugestões e ideias que cada um de nós pode adotar, para mudar hábitos enraizados, e que podem diminuir o impacto ambiental.



Tem-se verificado que uma crescente parte da população está mais sabedora de quais são as preocupações ambientais. Sabe-se que 76% dos Portugueses estão preocupados com o ambiente e com as alterações climáticas. As pessoas já têm noção dos principais problemas. Também sabem o que podem fazer no dia-a-dia para melhorar os seus comportamentos ambientais. Até já conhecem a questão das alterações climáticas. De igual modo, existe muita informação sobre as espécies que estão em vias de extinção.

A nível teórico está muito bem, mas depois a questão complica-se na aplicação prática. Ou seja, quando as pessoas poderiam mudar o seu comportamento ao nível do quotidiano, acabam por não o fazer. Porquê? Por três razões principais: 1. Porque é difícil mudar comportamentos; 2. por ser complicado mudar a vida de um dia para o outro; 3. por falta de motivação ou por comodismo.

Por estes motivos, o livro de Cármen Lima é uma espécie de guia prático e simples que induz as pessoas a adotarem novos comportamen-

tos. Na realidade, ajuda os leitores a passar da teoria à prática. Leva-os a perceber que não é assim tão difícil fazer a mudança, e que esta é perfeitamente exequível.

Para a especialista em questões ambientais, a mudança começa na nossa casa; na nossa mesa; na forma como nos alimentamos; como compramos; nas soluções para reduzir o consumo de recursos e aumentar a eficiência energética. Cármen Lima oferece dezenas de dicas e de sugestões para nos tornarmos atores na mudança – como viver sem plástico; como fazer a separação do lixo e reciclar mais; como poupar água; ou até como comprar uma casa mais sustentável.

Durante a entrevista, a cientista da *Quercus* foi confrontada com um aspeto que se afigura irracional. Por exemplo: para alimentar a população humana em 2050, a quantidade de alimentos a produzir no Planeta deverá aumentar 70%. Contudo, há milhares de milhões de toneladas de alimentos em perda ou em desperdício. Será que precisamos mesmo de produzir mais ou teremos antes de fazer uma gestão mais racional?

Cármen Lima respondeu: "Acabará por ser um equilíbrio dos dois. Porque, muitas vezes, o desperdício alimentar ocorre nos países mais ricos e não naqueles países onde a necessidade de alimentação é mais premente. Aquilo que sentimos é que as pessoas ainda não estão sensíveis para esta realidade. Muitas vezes, não dão importância ao desperdício. Ou seja, não quantificam e não qualificam como uma atitude negativa o facto de entregarem ao lixo bens alimentares, e o impacto que o gesto pode ter. Isto é, aquele alimento poderia estar a alimentar alguém. Para além de ser um recurso que implicou a utilização de água, energia, embalagem e transporte, no final, não cumpriu a função primeira, a de alimentar.

"Atualmente, com o início da recolha dos biodegradáveis na cidade de Lisboa e noutros Concelhos, consegue-se ter noção daquilo que é o desperdício alimentar. (...) Se quantificássemos todo o desperdício alimentar que é produzido em todas as atividades, dos cafés e hotéis às casas particulares, constataríamos que daria para alimentar muitas famílias. (...) Aquilo que sentimos é que, uma vez mais, há um desequilíbrio. Os países mais ricos têm uma abundância maior de recursos e, portanto, não os gerem de forma equilibrada, ao ponto de os desperdiçarem. Por outro lado, os países mais pobres continuarão a ter necessidades de alimentos."

Depois, concluindo o pensamento, Cármen Lima afirma: "No caso dos países mais ricos, o que temos de fazer é reeducar essas populações; e isso poderá começar, por exemplo, pelas escolas. Para que as crianças, futuros adultos, tenham noção de que o desperdício é uma coisa negativa."

NOTA FINAL

Na realidade, agora, não existe Planeta B! Porém, o que vai acontecendo à nossa volta ajuda a aumentar a necessidade e a esperança de ter, num futuro próximo, este mesmo Planeta completamente renovado. Não só no nível físico e ambiental. Mas também, e acima de tudo, na renovação dos seus habitantes – a nível cultural, emocional, moral, ético e espiritual. Num Planeta assim, nesse Novo Planeta, eu quero viver! E você?

https://lifestyle.sapo.pt/vida-e-carreira/ecologia/artigos/nao-ha-planeta-b-mas-consumimos-como-se-o-amanha-nao-existisse-ambientalista-carmen-lima

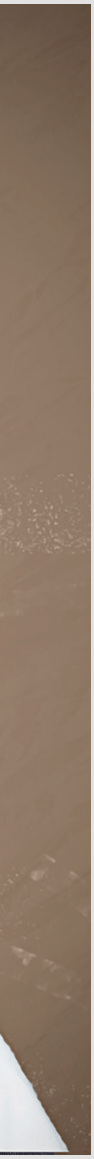
CRIME, RACISMO E TUMULTOS

≈
Ezequiel Quintino
Teólogo

Durante mais de duas semanas, a América e o mundo mergulharam numa "pandemia" de protestos que ofuscou a primeira, de ordem sanitária. Um episódio violento e brutal, no início da noite de 25 de maio, teria passado despercebido, se não tivesse sido filmado e divulgado.

FACTOS

Cerca das 20 horas, em South Minneapolis, alguém ligou para a Polícia, de uma loja de conveniência, para relatar a suspeita de um homem ter usado uma nota falsa de 20 dólares para comprar cigarros. Depois, saiu para um veículo estacionado ali perto. O que ocorreu a seguir foi a faísca que "incendiou" a América e o rastilho que alastrou esse "incêndio" a todo o mundo. Quatro agentes policiais prenderam e algemaram George Floyd. Ao tentarem introduzi-lo numa viatura policial, o homem de 1,87 metros caiu no chão de bruços. Então, o polícia Kueng segurou-o pelas costas e o polícia Lane segurou-lhe as pernas, enquanto o terceiro agente, Derek Chauvin, colocou o joelho esquerdo na área da cabeça e do pescoço de Floyd.



Imagens das câmaras corporais dos agentes policiais, e do telemóvel de um espectador, mostram que Chauvin manteve Floyd preso ao chão, ajoelhado sobre o pescoço deste. Durante oito minutos e 46 segundos, Floyd diz "mãe", "por favor", e, pelo menos 16 vezes, "eu não consigo respirar". A certa altura, Floyd disse: "Estou quase a morrer." Ao fim de quase nove minutos, Floyd deixa de falar e de se mexer. Os polícias chamam uma ambulância, mas Chauvin mantém o joelho no pescoço de Floyd durante mais três minutos. Quando a ambulância chega, George Floyd é levado e, pouco depois, é declarado morto. Tinha 46 anos.

PORQUÊ?

Foi esta cena chocante que a América e o mundo viram. Porque se tornou tão mediática e viral nas Redes Sociais? Pela violência da morte por asfixia; pela evidência da intencionalidade de provocar a morte; porque Floyd era Negro; e Chauvin, o polícia, é Branco. Pelo menos estas quatro razões despoletaram a reação em cadeia à brutalidade policial e ao racismo sistémico norte-americano. Demasiadas vezes, um Negro é brutalmente assassinado pela Polícia nos Estados Unidos da América. Muita gente vê e sente o racismo institucional e socioeconómico que domina a sociedade norte-americana, há centenas de anos.

Segundo dados citados pelo *New York Times*, apesar de a população negra constituir apenas 20% da população da cidade de Minneapolis, no Minnesota (onde ocorreu o assassinato), foi alvo, desde 2015, de quase 60% do uso de força excessiva por parte da Polícia. Foram usados *tasers*, pontapés, métodos de estrangulamento (como o "mata leão"), socos e ainda outras formas de agressão. A brutalidade contra Negros é transversal na sociedade norte-americana, tanto em Estados ou cidades governadas pelo Partido Democrata como nos dirigidos pelo Partido Republicano. Barack Obama e Hillary Clinton vieram a público pedir que se acalmassem os protestos e apelaram ao voto, ao voto azul. Mas o Movimento *Black Lives Matter* surgiu em 2014, quando Obama era Presidente, após o assassínio de Michael Brown pela Polícia, em Ferguson, no Missouri. *Black Lives Matter* tinha-se

iniciado como um *hashtag* nas Redes Sociais, em 2013.

De acordo com uma outra análise do *Washington Post*, a brutalidade diária que sofrem os Afro-Americanos não se limita à violência policial. É institucional e socioeconómica, e agravou-se durante esta crise provocada pela pandemia do novo Coronavírus. Por exemplo, em Nova Iorque, a cidade mais afetada pela Covid-19, 37% dos residentes são Brancos, sendo que essa população totalizou apenas 11% das mortes. 76% dos que morreram com Covid-19 eram Afro-Americanos, que constituem 46% da população. A disparidade é ainda maior no Estado do Michigan: numa população negra de apenas 14%, registaram-se 40% das mortes.

Um relatório da Organização *Mapping Police Violence* concluiu que, na Georgia e em Oklahoma, um Negro corre um risco seis vezes maior de ser morto pela Polícia, em relação a um Branco norte-americano. Pior ainda: em oito das cem maiores cidades dos Estados Unidos da América, os Departamentos Policiais matam Negros a uma taxa oito vezes maior do que a taxa de homicídios em todo o país.

Os gritos de desespero de Negros, Brancos e Hispânicos que saíram à rua, para protestar contra a violência policial, aumentam quando confrontados com outro dado: entre 2013 e 2019, em 99% dos incidentes em que as Autoridades mataram alguém, não resultou em qualquer acusação criminal contra um agente. O assassinato de George Floyd foi a gota de água que transbordou, no sexto dia consecutivo, para manifestações e protestos que chegaram a quase todos os 50 Estados do país. Milhares ocuparam as ruas de Washington, Los Angeles, Nova Iorque, Miami, Minneapolis e outras cidades, em protestos pacíficos que pediam justiça para Floyd e diziam que "as vidas negras importam". Em algumas cidades, os protestos descambaram em desacatos violentos e pilhagens, e mais de dez mil pessoas foram detidas. Os protestos também tomaram proporções internacionais: Alemanha, Holanda, Bélgica, França e Portugal, com grandes e ruidosas manifestações em Londres, Frankfurt, Sydney, Tóquio e Seul, entre outras cidades.

Os Estados Unidos da América vivem neste lamentável e repugnante paradoxo desde a sua criação. Desde que Thomas Jefferson escreveu na Declaração de Independência, em 1776, que os fundadores acreditavam que havia "verdades autoevidentes, que todos os homens são criados iguais". A trágica ironia é que o próprio Jefferson tinha uma propriedade com escravos.

Os Estados Unidos da América vivem neste lamentável e repugnante paradoxo desde a sua criação. Desde que Thomas Jefferson escreveu na Declaração de Independência, em 1776, que os fundadores acreditavam que havia "verdades autoevidentes, que todos os homens são criados iguais". A trágica ironia é que o próprio Jefferson tinha uma propriedade com escravos.

PERFIL DA VÍTIMA

Com base nos registos judiciais, George Floyd não foi um cidadão exemplar que mereça ser homenageado e considerado um herói. Era filho de uma mãe solteira. Nasceu na Carolina do Norte, viveu a maior parte da vida em Houston e mudou-se para Minneapolis em 2014. Tem uma longa e perigosa ficha de crimes. Floyd ficou detido nove vezes, entre 1997 e 2007, principalmente por acusações de tráfico de droga e roubos que resultaram em sentenças de prisão. A história revela que Floyd, na realidade, não era um "santo". Já noutra ocasião se tinha cruzado com Derek Chauvin, o agente que o liquidou a 25 de maio.

No relato dos fatídicos acontecimentos, parece ter havido alguma intenção por parte da Comunicação Social ao omitir ou ignorar o comportamento ilegal e delinquente de Floyd. Contudo, numa Sociedade dita Democrática, como é a americana, não se justifica, nem é tolerável, que George Floyd tenha sido sentenciado, na via pública, por agentes policiais, àquela morte cruel e brutal.

CONSEQUÊNCIAS

Em consequência do atropelo às leis, e sob a pressão dos protestos, os quatro polícias foram demitidos e estão detidos. Quanto ao polícia Derek Chauvin, de 44 anos, acusado de matar George Floyd, em 18 anos de serviço acumulou 18 queixas no currículo, e apresenta no seu registo vários tiroteios, dois deles com vítimas mortais. Segundo o resumo dos Serviços Internos do Departamento de Polícia de Minneapolis, das 18 queixas, apenas duas das acusações terminaram com "ação disciplinar". Em ambos os casos, Chauvin foi só repreendido por escrito. Pode, de

igual modo, dizer-se que a folha de serviço deste agente é tudo, menos exemplar.

O ex-agente Derek Chauvin, que colocou o joelho no pescoço de Floyd, foi acusado de homicídio em segundo grau, arriscando uma pena máxima de 40 anos de prisão. Chauvin está detido na prisão de máxima segurança de Oak Park Heights, a 35 minutos de carro de Minneapolis. A esposa de Chauvin pediu o divórcio. Os outros agentes, Thomas Lane, J. Alexander Kueng e Tou Thao, foram acusados de serem cúmplices de homicídio em segundo grau, bem como de serem autores de homicídio involuntário. Os quatro ex-agentes aguardam o respetivo processo e julgamento.

CONCLUSÃO

Floyd e Chauvin têm a uni-los histórias de violência. Porém, há diferenças entre eles: um não era Polícia, o outro era; um era Negro, o outro Branco; um não tinha a lei a defendê-lo, o outro tinha apoio legal. A separá-los ainda mais haveria racismo, ódio e vontade de vingança. Um caso entre milhares. Contudo, desta vez, fez eclodir a revolta das massas populares – vítimas da discriminação e da opressão. Esta ação de protesto foi aproveitada oportunisticamente por todos os extremismos: de esquerda e de direita; racistas e antirracistas; agitadores e anarquistas. Tudo se misturou em resultado da conjuntura ocasional, enraizada na memória coletiva. Este caldo social explosivo, onde se encaixam todas as insatisfações, foi propício à expressão da revolta em tumultos e atos de vandalismo.

O racismo e a violência são um atentado à dignidade humana. São a própria negação da vida comunitária. O racismo e a violência não encontram qualquer apoio na Palavra de Deus. Em Atenas, Paulo, discursando no Areópago, disse aos filósofos atenienses: *"O Deus que fez o mundo e tudo o que nele existe, sendo ele Senhor do céu e da terra* […]. *Ele mesmo é quem a todos dá vida, respiração e tudo o mais; de um só fez toda a raça humana para habitar sobre toda a face da terra;* […] *pois nele vivemos, e nos movemos, e existimos*. […] *Porque dele também somos geração"* (Atos 17:24-28). Com estas palavras, o apóstolo afirma a dignidade da origem divina do ser humano – *todos somos irmãos* (Mateus 23:8) – fazendo eco do texto da Criação: *"Criou Deus, pois, o homem à sua imagem, à imagem de Deus o criou; homem e mulher os criou. E Deus os abençoou"* (Génesis 2:27 e 28).

Contudo, a intrusão do Mal e do pecado no mundo transtornou a harmonia

original. Por isso, Jesus disse, em antevisão: *"Haverá* […] *sobre a terra, angústia entre as nações em perplexidade por causa do bramido do mar e das ondas; haverá homens que desmaiarão de terror e pela expectativa das coisas que sobrevirão ao mundo"* (Lucas 21:25 e 26). Através desta linguagem profética e simbólica, Jesus previu e avisou de que, no *tempo do fim*, a nível global, multidões humanas ficariam muito agitadas (ver o simbolismo de mar/águas em Apocalipse 17:15). Seriam protagonistas de tempestades sociais em ações de manifestação e de reivindicação. A realidade mostra que estas situações se vão repetindo cada vez com mais frequência e mais intensidade. Este é um sintoma nas palavras do Salvador: *"Ora, ao começarem estas coisas a suceder, exultai e erguei a vossa cabeça; porque a vossa redenção se aproxima"* (Lucas 21:28). Apesar de tudo, este é o tempo de olhar para o futuro com confiança e esperança.

O Plano de Redenção do Planeta e dos seus habitantes está em marcha acelerada. Já pode começar a ser experienciado aqui, para ser completado aquando do regresso de Jesus. Entretanto, para aqueles que aceitam Jesus como Salvador, não existem clivagens de etnias ou raças: *"Não pode haver judeu nem grego; nem escravo nem livre; nem homem nem mulher; porque todos vós sois um em Cristo Jesus* […] *e herdeiros segundo a promessa"* (Gálatas 3:28 e 29). Para o Deus Criador, todos os seres humanos são iguais na recuperação da imagem divina perdida pelo pecado. Todos habitarão em paz no Paraíso restaurado: *"Vi então um novo céu e uma nova terra.* […] *Esta é a morada de Deus junto dos homens. Ele habitará com eles e eles serão o seu povo.* […] *Deus enxugará todas as lágrimas dos seus olhos e já não haverá mais morte nem luto nem pranto nem dor porque as primeiras coisas desapareceram"* (Apocalipse 21:1-4, *BpT*).

Não! Nunca mais racismo! O AMOR triunfará! DEUS É AMOR!

Referências

www.sol.sapo.pt/artigo/699190/george-floyd-ja-nao-e-so-george-floyd

www.dunapress.org/2020/06/13/verificacao-de-antecedentes-investigando-o-registro-criminal-de-george-floyd/

www.jn.pt/mundo/policia-acusado-de-matar-george-floyd-tem-historial-de-queixas-e-violencia-12275772.html

www.24.sapo.pt/atualidade/artigos/eua-policia-acusado-da-morte-de-george-floyd-vai-hoje-a-tribunal

Seja Feliz!

Publicadora SERVIR

"Vinde a mim, todos os que estais cansados e oprimidos, e eu vos aliviarei." Mateus 11:28.

Alivie a sua dor, hoje!

Peça gratuitamente: **933 93 92 91.**

Esperança em tempos de perturbação

Todos nós enfrentamos tempos agitados em alguma fase da vida. Seja uma crise financeira, familiar ou de saúde, todos passamos por momentos em que os dias são sombrios e as previsões para o futuro não parecem nada animadoras. Nessas situações, necessitamos de esperança – esperança de que alguém se importa com a nossa situação; esperança de que o futuro será melhor; esperança de que existe uma solução permanente para todos os problemas da vida. Deus é essa Fonte de esperança! A perceção da Sua presença e do Seu cuidado é o que nos dá paz.

Salmo 121:1-4

"Elevo os meus olhos para os montes: de onde me virá o socorro? O meu socorro vem do Senhor, que fez o céu e a terra. Ele não permitirá que os teus pés vacilem; não dormitará aquele que te guarda. É certo que não dormita, nem dorme o guarda de Israel."

Jeremias 29:11-13

"Eu é que sei que pensamentos tenho a vosso respeito, diz o SENHOR. São pensamentos de paz e não de mal, para vos dar um futuro e uma esperança. Então me invocarão, se aproximarão de mim em oração, e eu vos ouvirei. Buscar-me-ão e me acharão quando me buscarem de todo o vosso coração."

Salmo 31:24

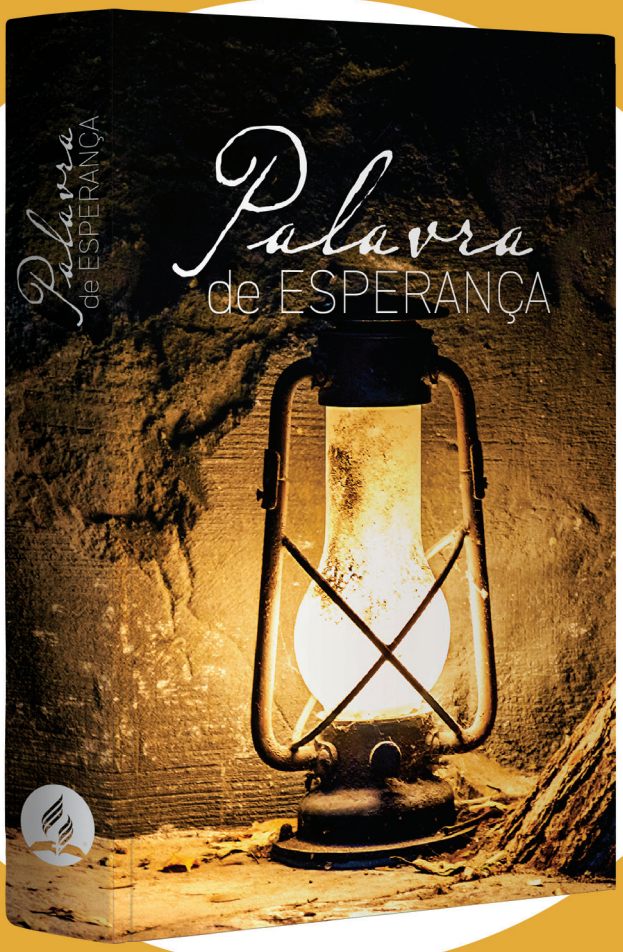
"Sejam fortes, e revigore-se o vosso coração, de todos os que esperam no Senhor."

Romanos 15:13

"E o Deus da esperança vos encha de toda a alegria e paz na fé que vocês têm, para que sejam ricos de esperança no poder do Espírito Santo."

Conheça e leia a *carta de amor* de Deus à Humanidade!

Publicadora SERVIR



Receba e reflita, à sua volta, o Amor de Deus!

Peça gratuitamente: **933 93 92 91**