**A Saúde como uma Encruzilhada**

**Por Dr. Mario Pereyra**

**Universidad Adventista del Plata, Argentina**

**Universidad de Montemorelos, México**

**www.mariorpereyra.com**

**A alternativa Bíblica**

**Amado, acima de tudo, faço votos por tua prosperidade e saúde,**

**e assim como é prospera a tua alma.**

**(III S. Joao:2)**

**O grande patriarca, já muito idoso e com muitas experiências, estava chegando ao fim do seu ministério. Sabendo da proximidade de sua morte, reuniu o povo pela última vez para deixar-lhes sua última mensagem, Moisés não estava disposto a depor suas cargas, sem que suas palavras exortassem mais uma vez. Já estava designado o seu sucessor, um homem bem mais jovem, um guerreiro, que deveria levar a tarefa de dirigir Israel na conquista da Palestina. Jeová havia fortalecido Moisés, também haveria de faze-lo com Josué. Porém era imperativo comunicar seus ensinos para o tempo de paz, uma mensagem que continuaria vigente através dos séculos orientando a vontade humana pelo caminho do bem, a saúde e a prosperidade. Então, novamente ressoou a voz do velho líder. Sua voz penetrante e doce alcançou aqueles homens do passado e de todos os tempos. Seu discurso fácil e atraente estabeleceu as pautas da realidade humana de seu destino e da saúde. Disse o patriarca:**

**“Vê que proponho hoje a vida e o bem, a morte e o mal; ...**

**Os céus e a terra tomo hoje, por testemunhas contra ti,**

**que te propus a vida, a morte a bênção e a maldição;**

**escolhe pois a vida, para que vivas, tu e a tua descendência...” (Deut.30:15,19).**

**Há quem diga que o homem não é livre, ele está determinado pelos seus genes, pela mecânica do organismo, pela sociedade e a cultura. Na linha de frente estão aqueles que pensam na natureza humana com liberdade absoluta; Satre, por exemplo, afirmava que “o homem está condenado a ser livre”. (1) Para o pensamento bíblico, o homem não está determinado nem é livre de forma incondicional, é o resultado de sua escolha. Esta posição dá-se o nome de “alternativismo Bíblico” (2). Isto significa que a existência humana está localizada na encruzilhada entre alternativas diferentes, uma boa outra má. A liberdade consiste em escolher bem, optar pelo caminho da vida, que vem acompanhado de bênçãos, longevidade, e prosperidade. Esse é o caminho da saúde; quanto melhor a escolha, resultará em melhor saúde e mais liberdade.**

**Por exemplo, quando me oferecem um cigarro tenho a liberdade de aceitar ou rejeitar. É uma escolha dentro duas alternativas, uma favorece a vida e outra a morte. Suponhamos que escolho fumar, já não terei a mesma liberdade, porque a nicotina que se instala em meu sistema nervoso me impulsionará a continuar fumando, incapacitando-me a rejeitar a droga. É assim que se perde a saúde e a liberdade. É como um jogo de xadrez. Ao começar o jogo tenho a mesma possibilidade de vencer como o meu adversário. A media que se desenvolve o jogo, as probabilidades variam. Cada lance errado no meu jogo, me leva mais perto da derrota, da mesma maneira que cada lance certo, fico numa melhor posição favorecendo uma vitória.**

**A liberdade é um atributo constante que “temos” ou não “temos”. Na prática, a liberdade é “o ato de liberar a nós mesmos no processo de escolha”. (3) Cada passo que se acumula na formação dos bons hábitos, como por exemplo, “uma boa dieta, fazer exercícios, cultivar uma boa relação com o meu próximo e com Deus, favorece uma boa qualidade de vida. Facilita continuar fazendo boas escolhas e recusar escolhas indesejáveis. ” Por outro lado, cada vez que me rendo diante de uma má escolha torno-me debilitado, preparando o caminho para novos deslizes, perdendo paulatinamente a liberdade de escolher o certo e assim deteriorando a minha saúde.**

**O Comentário Bíblico Adventista declara: “É dado aos homens à faculdade de escolha, mas o cristão exerce sempre essa liberdade de uma forma que receba a aprovação de Deus. A saúde e o caráter devem ser protegidos. (CRA 150; Ed. 191). O que se come e o que se bebe é de grande importância para a conservação da saúde. Muitas enfermidades que afligem a humanidade são causadas por erros na alimentação. (MC 227; CRA 145-146). Deus requer que os homens cuidem de seu corpo e o conservem em forma adequada para que seja o templo de Seu Espírito. (ver I Cor. 6:19-20). Portanto, os cristãos devem aprender a escolher comidas e bebidas que não causem dano ao corpo, senão que promovam a saúde mental e física (ver CRA 140-141). (4)**

**A Sabedoria e a Necessidade**

**No livro de Provérbios, o sábio Salomão repete a idéia de uma visão renovadora, com exemplos ilustrativos. No capítulo 9 personifica a sabedoria, contruindo sua casa “no alto da colina da cidade” (9:3) preparando a mesa para um banquete. Então de uma maneira geral convita a todos os “jovens tolos” e aos “sem juízo” (9:4 BLH) a “comer a minha comida”, quer dizer, “alimentar de seus ensinos, para que deixem de ser imprudentes ou simples, e possas andar “nos caminho do conhecimento” (9:6 BLH) Na última parte do mesmo capítulo (13-16) há outra alternativa “a necessidade” a qual aparece personificada “como uma mulher espalhafatosa, tola e sem-vergonha” (verso 13 BLH) A necessidade também tem “sua casa na parte mais alta da cidade e grita aos que passam preocupados com os seus negócios: Entre gente tola! E diz as pessoas que não tem juízo” (14-16 BLH) Porém , a proposta da “necessidade” é bem diferente da Sabedoria. “A água roubada é mais gostosa; o pão furtado é mais saboroso.” É o caminho do roubo, da clandestinidade e dos prazeres proibidos. O texto termina dizendo: “Mas os convidados dela não sabem que aqueles que vão à sua casa morrem e os que entraram já estão nas profundezes do mundo dos mortos.” (verso 18 BLH) Escolher mal, significa terminar mal, um destino de morte.**

**Um exemplo privilegiado da necessidade, infelizmente muito atual e mencionado no livro de Provérbios, é o caso de um homem que se sente fortemente atraído por uma mulher casada que não é a sua esposa. Ela sabe do interesse que despertou nesse homem e ambos são cientes que ter uma aventura pode trazer sérias conseqüências para ambas as famílias. No entanto, pensemos na perspectiva do homem. (Provérbios analisa na perspectiva da mulher sedutora: 7:6-27; 23:27-28) faz suas reflexões –“ela necessita de um homem como eu”, “está muito sozinha”, “com ela conhecerei o verdadeiro amor”, “Minha esposa e o seu marido não precisam saber, etc.”, e continua com sua aventura”. Por que se arrisca sabendo que não é prudente? Por que se engana racionalizando outros pensamentos mentirosos? Certamente é a vaidade e o orgulho machista (o sábaio a chama de “necessidade”) que o leva por esses caminhos tortuosos, mas é também o encadeiamento de decisões e ações que vão traçando a trajetória de condicionamentos que em algum momento se tornam irreversíveis. Iimaginemos o caso do homem que decide iniciar uma aventura sentimental clandestina, convida uma mulher para “juntos tomarem um trago”. A aparência não tem muita maldade, mas o passo seguinte é procurar um ambiente romântico, acolhedor, beberem juntos, fazer declarações, beber outro trago, experimentar a sensação de conquistar e ser conquistado, e por fim dar rédas soltas as emoções... até terminar no adultério. Assim, pois, a cadeia dos atos vão deixando menos margem de liberdade e de saúde, avançando no caminho que desemboca entre “as sombras da morte”.**

**É muito provável que a maior parte dos conselhos para melhorar a saúde e desenvolver uma boa qualidade de vida, sejam conhecidos do leitor. A maioria de nós sabemos o que é que nos faz bem, quais são as atitudes corretas que devemos ter. Então por que não colocamos em prática as leis da saúde? Por que fazemos o contrário? A que se deve esta sorte de vocação até a indelicadeza e o oposicionismo? A razão é porque frequentemente não atuamos com sabedoria, ou como dizem os Provérbios, preferimos o caminho dos imprudentes e dos tolos. O melhor é caminhar pela via da sabedoria. Quando assim fazemos, descobrimos que as decisões e condutas que adotamos vão se encadeando em hábitos que facilitam outros passos mais avançados no processo de comportamentos saudáveis, que levam a uma experiência de bem-estar crescente e de vida saudável.**

**A saúde total**

**O término grego (σωτηρια=sötëria) que a Bíblia traduz como “saúde” significa também “salvação”. Por exemplo, quando o apóstolo São Paulo declara que o evangelho “é o poder de Deus para a salvação”! (Rom. 1:16) algumas versões traduzem “para saúde”, porque é a mesma palavra. O novo testamento utiliza 45 vezes essa expressão, a maioria das quais podem ser traduzidas como**

**‘saúde” ou “salvação”. Ellen White explica: A verdadeira religião e as leis da saúde andam de mãos dadas. É impossível trabalhar para a salvação de homens e mulheres sem apresentar-lhes a necessidade de libertar-se de condescendências pecaminosas, que destroem a saúde, depreciam a alma e impedem que a verdade divina impressione a mente. (5)**

**Essa integração de conceitos, que as pessoas costumam diferenciar dizendo que um se aplica a vida terrena – a saúde – e o outro vai mais além – a salvação, mostram que no pensamento bíblico forma parte do mesmo processo. A boa qualidade de vida atual, é uma graça de Deus, igual a bênção da salvação. Por exemplo, uma pessoa que fuma, bebe bebidas alcóolicas, se alimenta mal, leva uma vida irregular, não está nas melhores condições para receber a vontade de Deus e se preparar para a trasladação celestial. Por isso Paulo escreveu: “Portanto, quer comais, quer bebais ou façais outra cousa qualquer, fazei tudo para a glória de Deus.” (I Cor. 10:31) A conduta moderada, com todas implicações, tem um importante lugar na obra de salvação.**

**Outra expressão relevante do pensamento bíblico, deriva do término hebreu que o Antigo Testamento traduz como “saúde” “prosperidade” ou “bem-estar”, é a expressão “shalom”, que também significa “paz” e “amizade” entre outras. Shalon ou o seu equivalente “salaam”, é uma palavra comum que se emprega na saúde em muitos países. O ensino Bíblico nos fala de que os cristãos devem estar em paz uns com os outros (Tes. 5:13) e devem ter “paz com todos” (Heb. 12:14) Também devem orar pela paz, trabalhar pela paz e interessar-se na forma construtiva nas atividades que contribuem para a paz na sociedade. A idéia é de que tudo isso significa também “saúde”, quer dizer, ter boas relações interpessoais, espírito de solidariedade e companheirismo. A Organização Mundial de Saúde, atualmente reconhece que os vínculos e as redes sociais constituem outro componente essencial da boa saúde.**

**A saúde situada numa encruzilhada onde apresenta o desafio entre um mundo que se apaga e nas sombras e outro que amanhece nas luzes da oportunidade de levar a vida num bem-estar,e prosperidade pessoal e social. É uma proposta à caminhar pela via da sabedoria, afastando das encruzilhadas do mal, e assim cultivar os hábitos de saúde experimentando a alegria de viver.**

**Referências bibliográficas**

**(1) Sartre, Jean-Paul. El ser y la nada. Losada S.A., Bs.As., 2da.edición, 1968, pág.675.**

**(2) Fromm, Erich. El corazón del hombre. Su potencia para el bien y para el mal. Fondo de Cultura Económica, México, 2da.edic., 1967, pág.156.**

**(3) Ídem, pág.161.**

**(4) Comentario Bíblico Adventista, tomo 6, comentario de 1 Cor.6:31. Biblioteca Electrónica Fundamentos de la Esperanza, Registro 344745/409576.**

**(5) Beneficência Social, pág. 127**