#### O EXEMPLO DE DANIEL

## Pastor Montano de Barros

A Bíblia registra a vida de muitos personagens. Ela não omite os fracassos para supervalorizar as virtudes. Antes, apresenta as pessoas como elas viveram. E, como se expressou o apóstolo Paulo, “tudo o que foi escrito para o nosso ensino foi escrito” (Romanos 15:4).

Hoje quero falar sobre um dos grandes personagens da Bíblia: Daniel. Um verdadeiro seguidor dos princípios divinos. Sua história tem servido de inspiração para um número incontável de pessoas que, como ele, desejam servir ao Senhor.

Assim que o reino de Judá foi conquistado por Nabucodonosor, rei de Babilônia, foram levados em cativeiro muitos dentre o povo de Deus que jamais haveriam de se corromper com os costumes e práticas do lugar onde viveriam. Entre estes estavam Daniel e três amigos.

Nabucodonosor deu ordem a seus auxiliares que fossem escolhidos jovens de linhagem real, nobres, de boa aparência e inteligentes. Estes deveriam ser instruídos em toda a sabedoria e ciência dos caldeus para servirem no palácio do rei.

Assim que chegaram ao palácio, Daniel e seus companheiros tiverem de enfrentar uma prova decisiva. Parte da comida que recebiam para comer era oferecida aos ídolos. Ingerir tal alimentação significava prestar homenagens aos ídolos, resultando na negação da fé que haviam abraçado desde o berço. Era uma situação delicada.

A Bíblia conta o que aconteceu: “E Daniel assentou no seu coração não se contaminar com a porção do manjar do rei, nem com o vinho que ele bebia” (Daniel 1:8). Daniel conhecia as leis do corpo humano e sabia muito bem o que convinha para ter melhor saúde. Centenas de anos mais tarde, Paulo enviaria aos cristãos de Corinto o seguinte recado: “ou não sabeis que o vosso corpo é o templo do Espírito que habita em vós, proveniente de Deus, e que não sois de vós mesmos?” (I Coríntios 6:19)

Deus deixou através de Moisés muitas orientações relativas a alimentação. O que deve ser comido e o que deve ser evitado. Encontramos essas orientações no livro de Levítico. Já no capítulo 7:22 a 27 temos a recomendação de não comermos sangue nem gordura de animal. No capítulo 11 encontramos uma relação específica das carnes que são recomendáveis e outras tantas que Deus orienta Seus filhos a não usar. É interessante também que toda ordem divina é acompanhada por uma bênção. Em Êxodo 23:25 encontramos a seguinte promessa: “E servireis ao Senhor vosso Deus e Ele abençoará o vosso pão e a vossa água; e eu tirarei do meio de ti as enfermidades.”

A promessa divina de tirar as enfermidades, como resultado de servir ao Senhor, era conhecida por Daniel. Por isso, pediu ao oficial do rei que fizesse uma experiência de 10 dias onde ele e os companheiros comeriam legumes e beberiam água (Daniel 1:12 a 15).

Daniel e seus companheiros não tiveram vergonha ou medo de apresentarem suas convicções quanto ao cuidado de seu corpo. Quantas vezes as pessoas se tornam viciadas no uso do fumo ou de bebida alcoólica porque não souberam ou não puderam resistir a primeira tragada ou ao primeiro gole. Muitos ainda, por orgulho, não agüentam a gozação daqueles que oferecem e, acabam cedendo.

A história de Daniel apresenta o resultado da fidelidade. O rei chamou os jovens hebreus, lhes fez perguntas sobre vários assuntos e os achou dez vezes mais inteligentes do que todos os magos e astrólogos que havia em todo o seu reino (Daniel 1:20).

Amigo ouvinte, aqui está o resultado de ser fiel aos ensinamentos de Deus. São muitas as oportunidades em que a Bíblia apresenta a advertência contra a glutonaria e a bebedeira. O próprio Jesus advertiu sobre isso em Lucas 21:34.

O apóstolo Paulo recomenda: “Portanto, quer comais, quer bebais, ou façais outra coisa qualquer, fazei tudo para a glória de Deus” (I Coríntios 10:31). Aí está o desafio para todos nós. Tudo o que viermos a fazer deve ser feito para glória do Senhor Deus.

Além da alimentação adequada e balanceada, há outros fatores que contribuem para garantir o bem estar geral das pessoas. Uma vida equilibrada envolve a prática de hábitos regulares. Tudo aquilo que é feito em demasia é prejudicial. Um bom remédio, ou um remédio certo, se não for tomado na dose recomendada pode ser fatal.

Saber tirar equilibrado proveito das maravilhas que Deus colocou a nossa disposição, como o ar puro e a luz solar são fatores que contribuem positivamente para a nossa saúde. Também a água é outro elemento da natureza que traz em si grandes benefícios. Usada tanto interna como externamente purifica e refrigera.

Também deve haver equilíbrio entre as horas que dedicamos ao trabalho e as horas que necessitamos para repouso. É pelo repouso que as energias do corpo são repostas.

Complementando esta série de recomendações para um viver mais saudável,m lembramos que muitas enfermidades se originam na mente. Uma consciência culpada, um coração intranqüilizado pelo remorso, sentimento de ciúme, ódio, inveja e vingança e um espírito amargo, mau humorado, triste, são poderosos agentes de enfermidades. O melhor remédio para tudo isso é a paz que só Jesus pode dar. Haja o que houver, se tivermos um rumo a seguir, uma direção a tomar, jamais nos desesperaremos. Os sentimentos negativos dão lugar a coisas positivas o que resultará em benefício para a nossa boa e completa saúde.