

**Efésios 5 (ARA)**

**15** Portanto, vede prudentemente como andais, não como néscios, e sim como sábios,

**16** remindo o tempo, porque os dias são maus.

**17** Por esta razão, não vos torneis insensatos, mas procurai compreender qual a vontade do Senhor.

**INTRODUÇÃO**

Iniciamos uma nova série de sermões “SIMPLIFICANDO A VIDA”. E preciso falar, não é simples simplificar a vida. Mas é possível! Chamamos de VIDA SIMPLES aquela que vale a pena, que Jesus chamou de abundante, porque tem propósito e razão de ser. Satisfaz o coração e a alma. Espero que tenha ficado claro que todo cansaço e estresse acontecem quando permitimos que nossa vida seja complexa. Com mais compromissos que podemos dar conta. Quer um exemplo? Um cardiologista criou os 12 conselhos pra ter um infarto feliz! E a surpresa é perceber o quanto essa é a realidade da maioria!

1. Cuide do trabalho primeiro. Necessidades pessoais/familiares são secundárias.
2. Trabalhe finais de semana. Aproveite pra por em dia o trabalho que não conseguiu durante a semana. Separar o domingo pra Deus é coisa do passado.
3. Se não puder permanecer no trabalho, leve pra casa e trabalhe até tarde. Não tenha limite pra parar de trabalhar. Pare apenas quando completar a tarefa!
4. Diga sempre sim a tudo que lhe solicitarem. Mesmo que não tenha tempo ou condições para fazer. O que vale é não decepcionar as pessoas.
5. Procure fazer parte de todas as comissões, comitês, diretorias, conselhos e aceite todos os convites para conferências, seminários, encontros, reuniões, etc.
6. Não se dê ao luxo de uma refeição tranquila. Não perca tempo e aproveite o horário das refeições para trabalhar, fechar negócios ou fazer reuniões.
7. Não perca tempo praticando atividades físicas ou se divertindo ao ar livre com a família ou amigos. Afinal, tempo é dinheiro.
8. Nunca tire férias, você não precisa disso. Lembre-se que você é de ferro.
9. Centralize todo o trabalho, controle e examine tudo. Delegar é bobagem. As coisas precisam acontecer perfeitamente e só você pode e quer fazer o melhor!
10. Se sentir que está perdendo o ritmo, o fôlego ou pintar dor no estômago, tome logo estimulantes, energéticos e anti-ácidos. Eles vão te deixar tinindo.
11. Se tiver dificuldades em dormir não perca tempo: tome calmantes e sedativos de todos os tipos. Agem rápido e são baratos.
12. E por último, o mais importante: não se permita ter momentos de oração, meditação, audição de uma boa música e reflexão sobre sua vida. Isto é para crédulos e tolos sensíveis. Repita para si: Eu não perco tempo com bobagens.

Duvido que você não tenha um belo infarto se seguir os conselhos acima!

O pecado nos leva a esse estilo de vida. É só deixar a vida te levar que tudo se complica. É preciso um grande e constante esforço para ter uma VIDA SIMPLES. Mas vale a pena. Está interessado? Então, Vem com a gente!

## COMEÇANDO A VIDA SIMPLES

De exausto a energizado: O primeiro passo para uma vida simples é perceber onde nós estamos. Em que estado espiritual, emocional e físico eu me encontro? Pense em como está a sua saúde nessas três áreas. Via de regras andamos esgotados ou próximo a nossos limites. Sabemos disso. Mas não basta apenas saber, precisamos agir, pois só você pode mudar sua vida!

Lembro-me da história de Marta e Maria, em Lucas 10, 38-42:

Indo eles de caminho, entrou Jesus num povoado. E certa mulher, chamada Marta, hospedou-o na sua casa. Tinha ela uma irmã, chamada Maria, e esta quedava-se assentada aos pés do Senhor a ouvir-lhe os ensinamentos. Marta agitava-se de um lado para outro, ocupada em muitos serviços. Então, se aproximou de Jesus e disse: Senhor, não te importas de que minha irmã tenha deixado que eu fique a servir sozinha? Ordena-lhe, pois, que venha ajudar-me. Respondeu-lhe o Senhor: Marta! Marta! Andas inquieta e te preocupas com muitas coisas. Entretanto, pouco é necessário ou mesmo uma só coisa; Maria, pois, escolheu a boa parte, e esta não lhe será tirada.

Causa estranheza Jesus não apoiar Marta. Enquanto ela trabalha muito pra dar a Jesus a melhor recepção, Maria “fica de boa”, ouvindo Jesus. É uma passagem difícil. Jesus parece favorecer quem não tem responsabilidade. Mas não é isso! Anteriormente Ele envia os 70 pra pregar nas cidades vizinhas. E conta história do bom Samaritano, que nos impele a fazer o bem ao próximo, ser proativos. Por que parece puxar o freio depois de acelerar?! Talvez porque conheça nossa tendência ao exagero, a pressa em correr e atingir objetivos !

Precisamos trabalhar, e MUITO! O Reino nos chama a ação! Mas sem perder de vista o que é importante. Nesse ritmo a igreja passou a intensamente trabalhar, mas sem Deus. Perdemos a centralidade de Cristo, em consequência, a vida abundante! Por isso chegamos onde estamos.

Só retornamos ao simplificar nossas vidas! Pensamos que podemos trazer sentido a nossa vida se estivermos em um grande trabalho. E até quando procuramos um significado através da igreja, queremos uma que tenha trabalho, com pobres, responsabilidade social, que lute pelo meio ambiente, pelos negros ou as mulheres. Mais trabalho, mais correria, porque acreditamos que isso pode encher nossa vida. Não pode! Só Cristo pode fazer isso. Por isso a mensagem do Evangelho é tão central! Não pode ser trocada ou diluída!

Por isso o esgotamento não é um sintoma da falta de significado, mas da nossa incapacidade de simplificar a vida. E ele nos leva a tomar atitudes completamente fora da curva. Pense em Marta, o texto diz que ela vai até Jesus, interrompendo-o e lhe encara, praticamente dando-lhe uma bronca “Senhor, não te importas de que minha irmã tenha deixado que eu fique a servir sozinha? Ordena-lhe, pois, que venha ajudar-me.” (essas mesmas palavras voltam a nossa boca em relação as pessoas ao redor). Mas que petulância de Marta! Interromper Jesus para acusá-lo de não se importar, de ser conivente com a preguiça ou descaso de sua irmã, Maria. Logo Ele que dentro de alguns dias morreria por nos amar!

Jesus não piora a situação. Vê que Marta está sobrecarregada e exausta. Carinhosamente repete seu nome duas vezes e diz: “Você está tornando minha visita mais complicada do que quero que seja”. Jesus vai a Betânia pra estar com amigos (Marta, Maria e Lázaro). Se quisesse um banquete ou conforto ele mesmo providenciaria. Não deseja que ela troque tempo com Ele por trabalho, ainda que fosse pra Ele (vale para nós hoje). E tudo isso a estava esgotando!

Nosso “coração... anseiam por um antídoto contra a impulsividade e hiperatividade presentes na nossa vida. Esse antídoto não é colocar tudo em ordem na cozinha - ou escritório... Mas é deixar as

coisas de lado - às vezes inacabadas - pra sentar-se e ter uma conversa tranquila com Jesus”(p.16 Simplifique). O que uma conversa tranquila com Jesus pode fazer por você?!

Porque não paramos pra ter essa conversa se o esgotamento nos torna feios, deformados? O preço é alto demais. Precisamos decidir não chegar mais no limite. Se temos passado tempo demais com o balde vazio, significa que não estamos vivendo da maneira que Deus nos criou para viver.

Pra simplificar, precisamos saber o que nos esgota e tirar de nossa vida, ou modificar. Mas, talvez tão importante quanto, precisamos aprender a nos encher. Você sabe o que te enche (atividades, pessoas, hábitos, etc)? Quanto mais a vida te aperta, mais essas coisas devem estar em sua agenda. Mas em geral essas são as coisas que primeiro cortamos da agenda quando estamos esgotados. Podemos resumir as 5 principais áreas que nos encham: Conexão com Deus, família, trabalho que satisfaz, lazer/recreação e atividade física.

Essas coisas fazem parte de sua rotina? Quanto tempo ocupam em seu dia? Não dá pra simplificar a vida se já começamos esgotados. Então, a partir da certeza de que essas coisas são prioridades, pensaremos como colocá-las em nossas agendas sobrecarregadas e organizar a vida a partir do plano de Deus.

**Atenção:** Uma agenda fora de controle impede-o de simplificar sua vida. Ela o mantém refém dos urgentes e imediatos e te afasta das coisas que realmente importam. Sem intervenção consciente esse padrão de excesso de compromisso garante que as prioridades mais importantes fiquem sempre em segundo plano diante das urgências alheias. A Bíblia nos ensina a entender a remir o tempo!

## **ENTENDENDO O TEXTO**

Paulo escreve a carta a igreja de Éfeso com uma série de exortações e conselhos para que os cristãos vivam autenticamente a sua fé. Ef 5.1,2 (“1Sede, pois, imitadores de Deus, como filhos amados;2 e andai em amor...”)) nos apresenta o princípio que rege a nova vida: Imitar a Deus, vivendo amor como Jesus viveu!

V.15 e 17 “Portanto, vede prudentemente como andais, não como néscios, e sim como sábios, remindo o tempo, porque os dias são maus. Por esta razão, não vos torneis insensatos, mas procurai compreender qual a vontade do Senhor.”

Pondo de lado a metáfora dos versos anteriores sobre trevas e luz, Paulo ordena aos efésios que regulem suas vidas com precisão, como sábios que conhecem o Senhor e seu Reino. Não é apenas andar prudentemente. Mas prestar muita atenção na maneira como andamos. O perigo não é só externo!

Nossa jornada só valerá se tivermos Deus como guia. Por isso, conhecer a sua vontade se torna urgente, necessário. Afinal, os dias são maus e devemos atentar pra tal realidade. Calvino diz que “tudo que nos cerca tende à corrupção e desorientação; de modo a ser difícil para os piedosos caminhar por entre tantos espinhos e permanecer ilesos” (Com. Efésios). Você já foi machucado pelos espinhos da vida? Isso tem forte impacto sobre nossa vontade. Sem discernimento acabamos por achar que esse caminho não vale ser percorrido. Calvino diz que a corrupção infectou nossos dias, e o diabo se apoderou deles com tamanha tirania que não é possível dedicar o tempo a Deus sem remi-lo.

A consequência do viver sabiamente está no imperativo de remir (salvar resgatar) o tempo, já que os dias são maus. Todo tempo que não é de Deus é tempo mau, por ser tempo rebelde a Ele. Tempo de Deus significa aquele espaço ocupado por Sua presença entre os homens. O cristão, que foi chamado por Deus e colocado dentro deste tempo, deve remir o tempo, e aproveitar as oportunidades pra

tornar o tempo que tem à disposição, tempo de Deus.

A conclusão é(v.17): devemos procurar compreender a vontade de Deus. Paulo deixa claro o que separa os homens: quem anda como néscio é insensato e vive como quer, mas quem anda como sábio se esforça pra remir o tempo, procurando compreender qual a vontade de Deus. Servimos a um Deus vivo, devemos considerar e meditar na sua Palavra, buscar Sua presença. Paulo nos chama a procurar compreender a vontade de Deus. Antes de cumprir, entender a vontade de Deus: este é o dever especial e primeiro do cristão.

## **O QUE O TEXTO DIZ PARA NÓS HOJE**

De sobrecarregado a organizado: Ao descrever como vivem superocupadas, as pessoas fazem parecer que o excesso de compromisso acontece contra sua vontade, sem que tenham força de escolha. Queremos acreditar que é assim porque isso diminui a culpa. Mas você é o senhor da sua agenda!

As coisas mudaram pra mim quando entendi que a agenda não é apenas para organizar compromissos, mas me ajuda a me tornar quem eu quero ser. Eu não tenho todo o tempo do mundo, por isso preciso da ajuda de Deus para remir o tempo, aproveitar da melhor maneira. Mas o centro da minha vida não pode ser EU, mas Deus. Como gastaria os dias se Deus estivesse no comando?

Por isso, parar para pensar e registrar minha agenda é um exercício sagrado. E vai desempenhar um papel crítico em quem eu me tornarei. Minha agenda está mais ligada ao que desejo me tornar do que aquilo que desejo ou preciso fazer! Então tenho que me perguntar: Quem eu realmente quero ser? Que tipo de pai, marido, filho? Que modelo de discípulo quero viver? Que nível profissional quero alcançar? Quanto tempo preciso pra cada uma dessas coisas? A simplicidade não pode ser alcançada sem a clareza em relação aos alvos da minha vida! Os alvos que Deus tem para mim! Assim posso me comprometer. E qualquer transformação se torna possível. Quanto tempo preciso dar a meus filhos para que cresçam como cristãos honrados? E para investir em meu casamento pra curar feridas e marcas do descaso e da rotina?

Lembra que resumimos 5 principais áreas que nos encham? Conexão com Deus, família, trabalho que satisfaz, lazer/recreação e atividade física. Cada uma delas precisa de espaço na minha agenda para que minha vida seja equilibrada. Conexão com Deus(A igreja faz parte de sua agenda regular? - fazia parte da rotina semanal de Jesus [Lc 4.16]. Você consegue separar tempo diário para estar com Deus e ouvir sua voz? 15 min?), família(Reserve espaço para seu casamento em sua agenda? Para seus filhos/pais? Vale a pena lutar pela família, pelo casamento), trabalho que satisfaz(Honre os compromissos no trabalho. Seja um companheiro responsável com seu tempo de chegada e saída. Busque tempopra crescer profissionalmente estudando), lazer/recreação (Você consegue tirar férias com sua família sem se preocupar com trabalho ou outras obrigações? O quanto investe tempo e se alegra com quem é importante para você?) e atividade física(Ninguém tem tempo sobrando para se exercitar. Você simplesmente decide que isso é algo que você precisa fazer e faz.).

## **CONCLUSÃO**

“Como mudar o comportamento? Mude o que você adora” (Tim Keller). Existem outras prioridades controlando nossa vida. Por isso andamos esgotados e sobrecarregados. O tempo é um dos bens mais valiosos, pois é irreversível. Precisamos atentar em como gastamos. Deveríamos ser administradores, entregar a vida a Deus. Eis a diferença do tolo e do sábio.

Se podemos remir o tempo, podemos também não fazê-lo. O Salmo 90.9 constata que nossos anos se acabam como breve pensamento. Preciso investir tempo pra saber qual é a vontade de Deus. E não a

MINHA! A vida simplificada exige que sejamos intencionais em administrar os dias do ponto de vista de Deus. Quem Deus me criou pra ser? E nada melhor do que assumir compromissos por escrito, em minha agenda, minha rotina diária e praticá-los.

A sabedoria está em compreender a vontade de Deus e alinhar minha vontade a Dele, diariamente, em uma caminhada constante e pessoal. Assim percebemos quais são as oportunidades dadas por Deus e quais não fazem parte de Seus planos. Tolos vivem pra seus prazeres. Mesmo sendo bem sucedidos, se não vivemos a vontade de Deus, perdemos tempo, e, por fim, a vida.

## **DESAFIO**

Quem desejo tornar-me? Quem Deus me criou pra ser? É difícil saber por onde começar? Comece assumindo compromissos pequenos, mas seja diligente. Determine seus alvos e vá assumindo novos compromissos em sua agenda!