

ARTIGOS

- 2 **Páscoa: Um despertar para cada um de nós**
Juli Vice
- 3 **Páscoa: Uma mensagem de júbilo eterno**
Mar Llorens Barber
- 4 **As “raposinhas” e o exemplo de Cristo Jesus**
Karen Neff
- 6 **O Espírito, Deus, é o ponto de partida**
Rocha Mupoyi Mbenza
- 7 **Viva na vida eterna agora!**
Fujiko Signs
- 9 **A lei da Verdade é luz para a nossa vida**
Sondra Elkins
- 11 **A bola na piscina, a imagem refletida e a sombra**
Susan Booth Mack Snipes
- 13 **Em uníssono com os pensamentos de Deus**
Glenn Williams
- 14 **Ser uma edição viva de Ciência e Saúde**
Daniela Völker
- 15 **Será que o pesar é o preço que pagamos por amar?**
Heathcliff Newman
- 16 **O cuidado de Deus está sempre ao nosso alcance**
Ana Carla Paiva Vicencio

POEMA

- 18 **“Faze-te ao largo”**
Miguel De Castro

PARA CRIANÇAS

- 19 **Uma oração de boa-noite**
Westley

PARA JOVENS

- 19 **Deus me guiou a um estágio**
Canon Church

RELATOS DE CURA

- 20 **Cura de amigdalite crônica**
Gustavo Briñez Quimbayo
- 21 **Livre das sequelas do abuso**
Nome Omitido
- 22 **Superados os efeitos de um acidente**
Marsha Pecaut
- 23 **Nova Redatora-Chefe dos periódicos da Ciência Cristã**
- 24 **Convite para a Assembleia Anual de 2026**

EDITORIAL

- 25 **Aleluia!**
Lisa Rennie Sytsma

Páscoa: Um despertar para cada um de nós

Juli Vice

Publicado anteriormente como um original para a Internet em 17 de abril de 2025.

Há algum tempo, tive uma experiência que me deu uma compreensão mais profunda a respeito da verdade que Jesus ensinou. Eu estava respirando com dificuldade e por um momento achei que iria morrer. Entrei em contato com uma praticista da Ciência Cristã, pedindo-lhe que me apoiasse por meio da oração, e ela carinhosamente ficou ao telefone comigo até que a crise passou. Agarrei-me às ideias que ela compartilhou comigo, e nós duas continuamos a orar separadamente.

Naquela noite, uma pergunta me ocorreu: “Você realmente acredita no que Jesus demonstrou para o gênero humano, quando ressuscitou? Ele provou que a morte é irreal. Você realmente crê nisso?” Será que eu podia verdadeiramente aceitar o exemplo de Jesus? Ao pensar a respeito dessas questões, reconheci que a Vida é a realidade a respeito do existir e, portanto, é a realidade de minha própria existência, como a imagem e semelhança de Deus. Jesus demonstrou a vida eterna, e certamente eu podia aceitar que tudo o que ele demonstrou é verdade.

Também compreendi que Jesus, durante os três dias que passou no sepulcro, estava comprovando “...o poder do Espírito para superar o senso material, mortal” (Mary Baker Eddy, *Ciência e Saúde com a Chave das Escrituras*, p. 44). Isso ele fez mentalmente. Percebi, então, que eu precisava aceitar que Deus é a minha vida e que: “A Vida é real e a morte é a ilusão” (*Ciência e Saúde*, p. 428). O pensamento de que eu iria morrer era apenas a sugestão mental agressiva de que minha vida era frágil e temporária. Eu não tinha de aceitar essa sugestão, jamais.

Essa experiência foi uma oportunidade para compreender o que é verdadeiro a respeito de minha

vida. Eu realmente precisava mudar meu modo de pensar. Tinha de reconhecer que a Vida é Deus e continua para sempre, porque a Vida é infinita e eterna. A Vida não pode ser interrompida e, por existirmos na Vida divina e infinita, nossa existência não pode ser extinta. Foi se tornando mais claro para mim que, embora Jesus tenha sido difamado, torturado e crucificado, nenhuma dessas ocorrências humanas havia sido o verdadeiro quadro espiritual, e nenhuma delas pôde mudar a eterna lei da Vida.

Percebi então que eu não precisava me deter na tentativa de descobrir se meu aparente problema fora causado pelo clima, por contágio ou talvez até pela “influência maligna” dos pensamentos e sentimentos dos outros. A verdade à qual necessitava me agarrar era que a lei imutável da Vida governa a todos, inclusive a mim, cada um de nós sendo uma ideia de Deus, a semelhança de Deus. O homem e nosso Pai-Mãe Deus, a Vida divina, estão indissolúvelmente unidos, e isso era algo que eu podia aceitar como verdadeiro. Meu pensamento havia superado o medo e, como resultado, minha respiração se normalizou e eu estava confiante no poder sanador da Verdade divina.

Dois dias depois, eu estava de volta ao meu posto de Primeira Leitora, na filial da Igreja de Cristo, Cientista que frequento, e sentindo imensa gratidão e alegria pelas lições contidas na ressurreição de Jesus.

Essa cura me trouxe um novo apreço pela Páscoa, que é celebrada ao redor do mundo. Embora muitas vezes seja dado realce ao sofrimento da crucificação, é importante sermos gratos pelo triunfo da ressurreição de Cristo Jesus, que aconteceu três dias depois da crucificação.

A ressurreição comprovou a lei da Vida eterna que governa o homem. Com isso, o pensamento do mundo se tornou receptivo à promessa da vida eterna. Ao estudarmos as demonstrações do Amor divino por parte de Cristo Jesus, compreendemos que foram para o bem do gênero humano. A vida e as obras de Jesus provocaram uma mudança de pensamento, trazendo uma perspectiva mais ampla, mais elevada e mais profunda, muito além das crenças limitadas, baseadas na obediência às leis materiais.

Jesus ensinou que Deus é o Espírito, e a Ciência Cristã esclarece o fato de que, por sermos o reflexo de Deus, somos espirituais e sadios e estamos seguros em Deus. Essa promessa é para todos os tempos. Podemos ter a expectativa de sermos espiritualmente elevados ao percebermos a ressurreição como parte da Ciência do Cristo, a qual é possível provar, e que opera na vida de cada um de nós. Deus, a Vida divina, é Tudo-em-tudo. Sendo verdadeira essa declaração, a ideia oposta chamada morte não pode existir. Só existe a Vida, e a expressão da Vida, ou seja, cada um de nós.

Podemos pensar na *ressurreição* como um *despertar*, ou seja, aquilo que acontece cada vez que nos damos conta de que a atividade de Deus, o bem, é tudo o que realmente existe em todos os aspectos de nossa vida.

Talvez estejamos nos sentindo oprimidos pelos cuidados do mundo, como se estivessemos perdendo a esperança. A promessa da ressurreição, com base no fato espiritual de que a Vida, Deus, é Tudo-em-tudo, pode realmente nos elevar, tirando-nos do desespero e da “morte” das esperanças. A lei da Vida e do Amor é eterna e infinita — e governa tudo. A prova apresentada por Cristo Jesus, de que não existe a morte — em todos os sentidos — destrói a crença na morte. Pensamentos de morte, ou seja, de ausência da verdade, de falta de amor e bondade, e de que a paz e a vida sejam impossíveis, podem ser redimidos se despertarmos para uma concepção mais clara desses fatos espirituais. Ao orarmos sobre isso, firmados na realidade de que Deus é toda a Vida, compreendemos que o bem não pode ser destruído.

A Verdade não pode ser destruída porque a Vida e a Verdade são sinônimos de Deus. O mesmo vale para o Amor, que está eternamente conosco. E nós existimos para sempre como a expressão da Vida, da Verdade e do Amor. A bondade e a paz são atributos de Deus, expressos por toda a criação do Amor; estão sempre presentes e ativos, de incontáveis formas.

Ao lembrarmos que a Vida é Tudo, podemos resistir firme e corajosamente frente aos desafios que surgem. Percebemos que a crença na morte não é uma lei e não tem espaço para existir. Somos despertados para a promessa da Vida, e elevados até ver novas

possibilidades do bem. A ressurreição é para nós a promessa da lei infinita, eterna e sempre ativa que podemos gradativamente demonstrar — não temos de esperar o futuro para o bem acontecer.

Sendo nós expressões amadas da Vida e do Amor, somos herdeiros do reino dos céus, que está presente exatamente aqui e agora. Nesse reino existe apenas a Vida abundante e o infinito bem. Podemos sentir gratidão por Cristo Jesus ter dado a prova dessa verdade eterna, que abençoa a todos nós.

Páscoa: Uma mensagem de júbilo eterno

Mar Llorens Barber

Original em espanhol Publicado anteriormente como um original para a Internet em 13 de abril de 2025.

Todos os anos, na Páscoa, eu lembro que o caminho da Vida eterna nos foi indicado por Cristo Jesus, que declarou: “Eu sou o caminho, e a verdade, e a vida” (João 14:6). É por meio do Cristo vivo, a Verdade prática que Jesus ensinou, a qual está para sempre presente na consciência humana, que descobrimos nossa verdadeira identidade imortal. É a ressurreição do pensamento para a compreensão de quem realmente somos, e na qual nos regozijamos.

Segundo a perspectiva dos sentidos materiais, Jesus morreu na cruz e depois retornou à vida. Mas, quando se apresentou aos discípulos após sua ressurreição, Jesus estava demonstrando algo diferente, ou seja, que o Cristo eterno, sua natureza divina, sua identidade espiritual, nunca havia sofrido nem morrido. Em *A Unidade do Bem*, Mary Baker Eddy escreve: “Ao senso material, Jesus apareceu primeiramente como um bebê indefeso; mas à visão imortal e espiritual ele era um com o Pai, a própria ideia eterna de Deus, a qual não foi — e não é — nem jovem nem velha, nem morta nem ressuscitada” (p. 61).

Cristo Jesus ensinou e demonstrou que, assim como ele era um com o Pai, nós também somos um com o Pai. Por sermos a ideia espiritual de Deus, cada um de nós possui uma identidade que está para sempre intacta, imune à pressão, e que não é afetada pelas chamadas leis materiais de doença, pecado e morte.

Ao longo das muitas provações pelas quais Jesus passou, sua vida espiritual não sofreu alteração, permanecendo intocada pela maldade e pela morte. O que morrera na cruz, o que tivera sua irrealidade posta a descoberto, foi a crença de que os filhos de Deus tenham uma mente ou existência material e limitada separada dEle, com um começo e um fim. A ressurreição de Jesus após a crucificação apresentou a prova da identidade espiritual indestrutível do homem e da união e coexistência deste com o Espírito divino, assim como demonstrou o domínio sobre a matéria e sobre a crença da existência material. Nisso podemos nos regozijar com gratidão.

Há vários anos, reconhecer a existência do homem sob essa luz espiritual me capacitou a orar por alguém que pediu minha ajuda, porque sentia muita dor devido a um problema físico. Eu conhecia essa pessoa e senti uma grande responsabilidade por seu bem-estar. Mas, no terceiro dia em que eu vinha orando, o senso de responsabilidade pessoal desapareceu, pois me dei conta de que Deus era quem curava e garantia a saúde do homem. De repente, entendi claramente que a individualidade daquela pessoa era eterna e refletia a natureza divina, o Cristo, a qual não pode ser tocada por doença nem por qualquer desarmonia.

Ponderei sobre as muitas qualidades do Cristo que ele expressava, como pureza, inocência e humildade. Também afirmei que essas qualidades eram eternas, faziam parte permanente de sua identidade. Deixei de vê-lo como um mortal doente. Em vez disso, passei a reconhecer que ele era livre, era a sempre bela expressão da Vida divina. Em decorrência dessa percepção mais elevada, a crença de doença desapareceu de minha consciência — evaporou-se, voltando ao seu nada inicial — e o homem ficou bem. Para mim, esse foi um momento pleno de alegria radiante, um momento em que a gloriosa mensagem da Páscoa aqueceu meu coração.

Podemos nos regozijar todos os dias no fato de que a Vida divina, que é a nossa Vida, triunfa sempre, como diz a letra de um hino:

Exultemos, eis a Páscoa,
Doce luz alvoreceu;
Nova fé o Amor nos trouxe,
Pois a pedra removeu.
Consumou-se a promessa:
Eis o ser que Deus formou,
Coroados com a glória
Que a Páscoa consagrou.

(Frances Thompson Hill, *Hinário da Ciência Cristã*, 171, trad. © CSBD)

As “raposinhas” e o exemplo de Cristo Jesus

Karen Neff

Publicado anteriormente como um original para a Internet em 15 de dezembro de 2025.

Como seguidores de Cristo Jesus, parte de nosso dever consiste em cultivar nossa espiritualidade, a luz da Verdade e do Amor que existe em nós, para que essa luz possa iluminar os outros e abençoá-los. Para cumprir com esse dever é fundamental estarmos atentos aos pequenos aborrecimentos que seriam um bloqueio para essa luz. A Bíblia menciona as “raposinhas, que devastam os vinhedos” quando “as vinhas estão em flor” (ver Cânticos de Salomão 2:15).

Para mim, essa passagem bíblica é um chamado a que ajustemos as pequenas questões do dia a dia que talvez nos levem a reclamar e criticar, bem como a nos aborrecer e ficar ressentidos facilmente. Embora não sejam extremamente graves, essas ocorrências talvez cheguem a prejudicar relacionamentos, influenciar negativamente nossa opinião sobre os outros ou

resultar em uma atitude mental intolerante e muito negativa.

Com o passar do tempo, essas pequenas tentações corroem a boa vontade, a satisfação e a saúde. Mas, acima de tudo, elas parecem esconder a luz do Cristo, que brilha em cada um de nós em benefício de outros. Elas obscurecem o pensamento humano, de modo que as qualidades espirituais de Deus, que curam e abençoam, como a compaixão, o perdão e a generosidade, parecem não fazer parte de nós. Permitir que essas “raposinhas” ocupem nosso pensamento é como jogar lama em uma vidraça e depois se perguntar por que o quarto está escuro.

As vinhas “em flor”, mencionadas no texto bíblico, podem representar o amor puro, saudável e terno existente entre as pessoas. Se os mal-entendidos não forem resolvidos, podem se desenvolver e gradativamente destruir o amor e a confiança. Muitas vezes, são as pequenas questões que estragam o que é verdadeiramente importante em um relacionamento. Por isso, é recomendável adotar medidas preventivas para proteger esse amor mútuo de qualquer coisa que possa prejudicá-lo.

Mary Baker Eddy, a Descobridora da Ciência Cristã, alerta-nos para essa necessidade. Ela escreve: “Considerando o fato de que temos de estar à altura do ministério da retidão em todas as coisas, não podemos ignorar as minúcias do que é bom ou do que é ruim, pois ‘os detalhes fazem a perfeição’ e ‘as raposinhas... devastam os vinhedos’ ” (*A Primeira Igreja de Cristo, Cientista, e Outros Textos*, p. 123).

O Cristo, a santidade que Jesus corporificou, nos capacita a “estar à altura do ministério da retidão”. O Cristo está sempre ativo na consciência humana, incentivando-nos individual e coletivamente no caminho da salvação — nossa liberdade definitiva de toda consciência e condição desarmoniosas.

Lemos em um relato bíblico, referindo-se ao nosso Mestre: “E todos da multidão procuravam tocá-lo, porque dele saía poder; e curava todos” (Lucas 6:19). O bem divino, que Jesus corporificava, era o que curava os outros. O bem, a ternura e o poder de Deus fluíam pela

consciência benévola de Jesus e curavam todos os que estavam no âmbito de seu pensamento.

Em outra ocasião, uma mulher, que havia muito tempo sofria de uma hemorragia, foi curada sem que Jesus soubesse sequer quem o havia tocado em busca de ajuda. Mas ele sentiu a emanção do Amor divino, Deus, fluiu dele e perguntou: “Quem me tocou?” O relato continua: “Como todos negassem, Pedro com seus companheiros disse: Mestre, as multidões te apertam e te oprimem e dizes: Quem me tocou? Contudo, Jesus insistiu: Alguém me tocou, porque senti que de mim saiu poder” (Lucas 8:45, 46).

Esse poder é muito mais do que mera bondade humana. Ele emana do Amor divino, é o poder e a luz de Deus que fazem parte de cada um de nós. É a nossa espiritualidade, que é muito valiosa e vital para nós. Não devemos permitir que ela seja perturbada por minúcias do teatro da experiência humana pois, do contrário, essa luz pareceria ofuscada e a cura seria protelada, como aprendi certa vez.

Eu havia acabado de me comprometer de todo o coração a praticar mais os ensinamentos da Ciência Cristã, quando uma amiga e eu nos desentendemos. Eu estava tomada pela justificação do ego, pois acreditava que havia ajudado essa amiga no esclarecimento de um problema. Ela, no entanto, não ficara agradecida, nem fora receptiva à minha tentativa de ajudar, e o ressentimento e a mágoa tomaram conta de nós duas. Eu também comecei a sentir uma pressão no peito, a qual me incomodava.

No início, fui inflexível, e me recusei a considerar uma reconciliação. Mas, logo percebi que seguir Cristo significava orar para superar qualquer adversidade, fosse ela emocional ou física. Ao orar para superar os sentimentos negativos, voltei-me ao exemplo de nosso Mestre, na ocasião em que dele emanou poder e a mulher foi curada. Dei-me conta de que, como Cientista Cristã, dedicada à prática da cura, eu também precisava ser transparente para que a Verdade pudesse brilhar. Dessa maneira, todos com quem eu entrasse em contato seriam abençoados. Isso significava deixar tudo pelo Cristo — inclusive os ressentimentos.

Enquanto orava em busca de uma solução, pude perceber a influência do magnetismo animal, a crença de que exista um poder maligno capaz de desviar a espiritualidade, a me perturbar e a me manter absorta em uma indignação amarga e na justificação do ego. O mal raramente se manifesta como o que ele é ou como seu possível resultado. Muitas vezes, ele se esconde na forma de pequenos aborrecimentos que nos irritam e abalam nossa compreensão de que Deus é o bem sempre presente.

Assim que percebi que esse mal-entendido entre mim e minha amiga era uma flagrante tentativa, desse erro sem sentido, de nos dividir e conquistar, descartei-o com base no fato de que Deus é bom e é tudo. Logo me senti livre do ressentimento. Desapareceram todos os sentimentos ruins que haviam se interposto entre minha amiga e eu, e nos reconciliamos. A dor no peito também desapareceu. Nada mais restou além do terno afeto que eu e minha amiga sentíamos uma pela outra.

Quando optamos por seguir o exemplo do Mestre e nos recusamos a abrigar a justificação do ego, a sentir pena de nós mesmos ou a ficar melindrados, descobrimos que os mal-entendidos, a mágoa e o ressentimento desaparecem do pensamento e de nossa experiência.

Quando conscientemente vigiamos e nos defendemos todos os dias das “raposinhas”, essas retorcidas sutilezas do erro que obstruem nossa espiritualidade não dão resultado, e descobrimos que nossos pensamentos estão firmemente alicerçados no amor sanador de Deus e são mais aptos a refleti-lo.

O Espírito, Deus, é o ponto de partida

Rocha Mupoyi Mbenza

Publicado anteriormente como um original para a Internet em 8 de dezembro de 2025.

A Ciência Cristã nos ensina a unidade do homem com Deus — ensina que o homem e o universo procedem do Espírito e são espirituais. Isso significa que todos os objetos da criação podem refletir apenas a harmonia e a perfeição de Deus, e que tudo o que não reflita a harmonia divina é errôneo. Nada menos do que a perfeição pode emanar de Deus, o Espírito, a Vida, o Amor, a Verdade. Conforme diz a Bíblia: “Criou Deus, pois, o homem à sua imagem, à imagem de Deus o criou; homem e mulher os criou. ... Viu Deus tudo quanto fizera, e eis que era muito bom” (Gênesis 1:27, 31).

Deus, o Espírito, é o único fundamento. Compreender e estar consciente dessa verdade expulsa o erro, o mal, e traz a cura. Por quê? Porque a compreensão da Verdade é a luz que dissipa as percepções errôneas a nosso respeito e a respeito do mundo.

As aparentes imperfeições humanas são, na realidade, nossa falta de compreensão da verdade espiritual. Quando olhamos o mundo a partir de uma perspectiva material, não podemos ter a expectativa de nada além de decepção e imperfeição. Mas, quando o Espírito é o nosso ponto de partida — quando compreendemos que Deus é a única causa e o único efeito, os resultados são inevitavelmente diferentes.

Tendo o Espírito como nosso ponto de partida, é impossível vermos ou vivenciarmos algo diferente da perfeição, aqui e agora. Foi o que Cristo Jesus ensinou, ao dizer: “...está próximo o reino dos céus” (Mateus 4:17). E ele provou isso por meio de seu trabalho de cura.

No começo, manter conscientemente esse ponto de partida em nosso pensamento, a todo momento, requer grande disciplina mental. Com a prática, porém, torna-se algo fácil e espontâneo. O tempo e o esforço que dedicamos à espiritualização de nosso pensamento determina a medida de harmonia que se reflete em nossa experiência diária.

Mary Baker Eddy, a Descobridora e Fundadora da Ciência Cristã, escreve: “Se a metade da atenção dedicada às leis materiais de saúde fosse dada ao estudo da Ciência Cristã e à espiritualização do pensamento, isso já bastaria para trazer o reino dos mil anos” (*Ciência e Saúde com a Chave das Escrituras*, p. 382). Ela também escreve: “Nem a comiseração nem as convenções sociais

deveriam nos tentar a cultivar alguma forma de erro, e certamente não deveríamos ser o advogado do erro” (*Ciência e Saúde*, pp. 153–154). A Ciência considera erro qualquer coisa diferente da harmonia e perfeição divina. Valorizar ou defender o erro é acreditar na sua realidade, é considerar as aparências materiais como realidades, enquanto a única realidade é Deus, o Espírito.

Tudo é o Espírito e sua criação harmoniosa, aqui e agora. Na Ciência Cristã, o modo de remover ou corrigir os erros mortais é inundar o pensamento com a verdade. Uma destas verdades é: “Só há uma causa primordial. Portanto, não pode haver efeito de nenhuma outra causa, e não pode haver realidade naquilo que não proceda dessa única e grande causa. O pecado, a doença, a enfermidade e a morte não pertencem à Ciência do existir. Eles são os erros que pressupõem a ausência da Verdade, da Vida e do Amor” (*Ciência e Saúde*, p. 207).

Por ser o Espírito a causa, o efeito tem necessariamente de ser espiritual. É essencial, portanto, se confrontados com alguma situação desarmoniosa, identificarmos nosso ponto de partida: é ele o Espírito, ou são as crenças materiais? Por ser Deus o Espírito, nós somos filhos do Espírito. Não no futuro, mas exatamente aqui e agora.

E *Ciência e Saúde* diz: “Os triunfos da Ciência Cristã estão assinalados na destruição do erro e do mal, a partir dos quais se propagam as sombrias crenças do pecado, da doença e da morte” (p. 272).

Isso é a Ciência Cristã! Quando sabemos que o erro é um equívoco, distanciamos-nos dele naturalmente. E, ao fixarmos nosso olhar em Deus, o Espírito, o erro só pode se dissolver. Por quê? Porque ele não tem realidade. Só Deus, o bem, é a realidade. Só Deus é onipresente. Só Deus é onipotente. Qualquer outra aparência de poder ou presença que não seja Deus, o Espírito, e Sua harmonia, é nula e sem efeito.

No início de 2024, no meu trabalho, uma empilhadeira de 2,5 toneladas passou por cima do meu pé direito, esmagando meu tênis e dois dedos do pé. Foi algo assustador de se ver, pois estava sangrando muito. Depois de ser levado ao hospital, percebi que eu havia perdido as unhas. A equipe médica me sugeriu duas semanas de cuidados e descanso. Fiquei grato pelo amor

demonstrado pela enfermeira que tratou os ferimentos. Mas, por ser Cientista Cristão, refutei o prognóstico de que eu deveria permanecer inativo por 21 dias. Mantive-me calmo e tranquilo, enquanto pensava a respeito da minha natureza espiritual e semelhante ao Cristo. Fiquei no hospital por um dia apenas. A meu pedido, não me deram nenhuma medicação enquanto estive lá.

Recusei-me a acreditar que existisse outra coisa senão Deus, o Espírito, e Sua criação espiritual, ou que Deus tivesse criado um colega de trabalho capaz de cometer um erro que resultasse em acidente. Recusei-me a acreditar ter sido vítima de algum tipo de acidente. Com Deus, o Espírito, o Tudo-em-tudo, como meu ponto de partida, qualquer cenário que levasse a um acidente tinha de ser um erro sem nenhuma verdade em que se apoiar.

Orei para não ver nada além da criação perfeita de Deus. Meus amigos e colegas de trabalho ficaram admirados ao me verem, em apenas três dias, poder calçar sapatos e andar corretamente. A cura foi completa, inclusive novas unhas começaram a crescer nesse período de três dias.

Tratamos o erro pela compreensão da Verdade, porque a Verdade é o antídoto do erro. Vigiamos nossos pensamentos, mantendo-os fixos em Deus. Então, temos consciência de que o Espírito é a única substância de toda forma. Somos capazes de ver além das aparências materiais e perceber a criação perfeita, harmoniosa e permanente de Deus, aqui e agora.

Viva na vida eterna agora!

Fujiko Signs

Publicado anteriormente como um original para a Internet em 27 de outubro de 2025.

Você já pensou sobre a vida eterna? A maioria dos credos religiosos ensina que a vida eterna é um dom a ser recebido no céu, no reino de Deus, após a morte.

Mas de acordo com o Novo Testamento, o próprio Cristo Jesus disse: “...se alguém guardar a minha palavra, não verá a morte, eternamente” (João 8:51) e “...o reino de Deus está dentro de vós” (Lucas 17:21). Como podemos compreender o que ele quis dizer e trazer isso para nossa vida?

Um dos pontos distintos que se destacam nos ensinamentos de Jesus, e em sua prática de cura, foi o fato de ele sempre considerar a Deus como “nosso Pai” (ver, por exemplo, a Oração do Senhor, em Mateus 6:9). Está implícito nas Escrituras que, para Jesus, Deus era uma presença tangível, amorosa, onisciente e onipotente. Jesus dava crédito ao Pai em tudo o que dizia e fazia. Sua compreensão fundamental a respeito de Deus e de seu relacionamento com esse Pai foi a base de seu ministério de cura.

Compreender que Deus é nosso Pai sempre foi e continua sendo fundamental. E como a Bíblia diz que Deus é o Espírito, isso significa que os filhos de Deus — os progênitos do Espírito — são espirituais. Percebemos o reino dos céus que está dentro de nós, e a vida eterna se torna a única vida, quando abandonamos a consciência da mortalidade e, em vez disso, assumimos a realidade de um Espírito que abrange tudo. Essa realidade não está distante; está tão próxima quanto nosso coração que anseia por Deus.

Quando vemos nossa identidade em Deus, o Espírito, vemos naturalmente nossa identidade imortal, não como seres mortais que posteriormente se tornarão imortais, nem seres materiais que se tornarão espirituais. Esse fato é essencial no ensinamento da Ciência Cristã.

As ferramentas fundamentais para compreender esse conceito já nos foram dadas, pois Deus já deu a todos grandes dons, inclusive a capacidade de pensar. Esse dom nos permite levar em conta o aspecto espiritual, ou metafísico, que nos liberta das circunstâncias materiais que aprisionam. Essa capacidade de discernir a verdade e o bem espiritual é o que a Descobridora da Ciência Cristã, Mary Baker Eddy, chamou de “senso espiritual” inerente à nossa natureza.

Outra ferramenta que temos para compreender o Espírito e a espiritualidade é a oração. A oração é

possível graças à nossa liberdade de pensar e à conexão natural que temos com o amoroso Pai-Mãe, a fonte de nossa inteligência, saúde, harmonia e vida. Talvez essa fonte seja invisível aos olhos humanos, mas é totalmente perceptível para o senso espiritual.

Quando oramos, aprendemos mais a respeito de nosso verdadeiro relacionamento com Deus, um relacionamento que Jesus demonstrou com tanta perfeição que recebeu o título de Cristo. Ele era um com o Pai-Mãe, Deus.

No livro-texto da Ciência Cristã, a Sra. Eddy descreve a chave para a vida eterna, no seguinte trecho: “À medida que os mortais alcançam perspectivas mais corretas a respeito de Deus e do homem, inumeráveis objetos da criação, que antes eram invisíveis, se tornam visíveis. Quando compreendemos que a Vida é o Espírito e nunca está na matéria nem é constituída de matéria, essa compreensão se expande até ser completa em si mesma, achando tudo em Deus, o bem, sem necessitar de nenhuma outra consciência” (*Ciência e Saúde com a Chave das Escrituras*, p. 264).

Certa vez, um membro de uma sociedade da Ciência Cristã me pediu que eu fosse visitar uma pessoa que estava em coma, no hospital. Após alguns anos de tratamento médico contra o câncer, o paciente estava inconsciente e desenganado pelos médicos. Com a permissão de sua família, sentei-me em silêncio ao lado dele e orei, reconhecendo que Deus é a única vida. Em seguida, outros sinônimos de Deus, como Vida e Amor, me vieram ao pensamento. O senso espiritual me ajudou a ver esse paciente com todas as qualidades da Vida, como vitalidade, atividade, vigor e alegria. Tive a convicção de que Deus via naquele homem um filho adorável, amável, generoso, puro e bom.

Após orar dessa maneira — não mais de quinze minutos — vi o paciente abrir os olhos. Não só isso, mas ele se sentou sozinho e pediu para caminhar pela enfermaria sem ajuda. Fiquei sabendo que ele não caminhava havia meses.

Voltei ao hospital nos cinco dias seguintes, durante os quais ele foi ganhando força e se comunicando amigavelmente com os filhos e os cônjuges destes. Quando esse senhor descobriu que eu não estivera

orando a uma estátua — a um deus corpóreo — ficou intrigado. Expliquei-lhe que minhas orações estavam reconhecendo que Deus é a Vida e o Amor. Ele disse que, para ele, Deus costumava ser um conceito vago ou estranho, mas, com essa nova compreensão, sentia-se próximo a Deus. Ele queria saber mais a respeito de como eu orava e desse novo conceito de que Deus é o Amor. O que havia acontecido fora uma mudança em seu pensamento: o que costumava ser estranho e intangível começou a se tornar familiar e tangível.

Conversamos longamente, inclusive a respeito de seu propósito de vida. Fiquei sabendo de seu sonho de infância de ser artista. Na minha terceira visita, ele estava desenhando em seu quarto, e vi muitas belas pinturas. Seus filhos encontraram um “novo pai” nesse período.

O mais emocionante dessa experiência foi o despertar daquele senhor para sua verdadeira natureza como filho de Deus. A família disse que sua natureza foi transformada, de tirano para um homem amável e doce. Embora eu não saiba se algum membro da família começou a estudar a Ciência Cristã, o que vimos no hospital foi a disposição de uma pessoa de ver que Deus é a Vida eterna, além de um maravilhoso vislumbre do harmonioso reino dos céus.

As verdades espirituais, como o fato de que Deus é o Amor e o Espírito, tornam-se tangíveis por meio da lógica metafísica, e se tornam práticas por meio da cura. Elas nos levam a vislumbrar os céus aqui e agora. Então, as promessas de Cristo Jesus de que, “se alguém guardar a minha palavra, não verá a morte, eternamente” e “o reino de Deus está dentro de vós” começam a ter o mesmo significado.

De fato, as ideias espirituais vindas de Deus, o Espírito, são a única substância de nossa identidade, saúde, força e inteligência. Por meio de suas obras, Cristo Jesus mostrou que a verdadeira natureza do homem é espiritual, e que a preservação do corpo ou da vida não depende da matéria nem de leis materiais. A preservação da vida pode ser encontrada por meio do senso espiritual e da lógica metafísica inspirada pelo Cristo, a Verdade, que revela a realidade de nossa união com Deus.

Na metafísica divina, a vida é definida como infinita, imortal e imorredoura. A oração nos permite ver que Deus nunca está estagnado, mas que sempre é e expressa a Vida. Com o senso espiritual, o conceito de começo e fim se torna estranho e dá lugar aos pensamentos sobre o que é infinito, puro e está em constante expansão. Então, começamos a sentir realização e liberdade duradouras. Esse é o reino dos céus ao nosso alcance.

Em verdade, o reino dos céus é a vida eterna na qual você vive, eu vivo e todos nós vivemos; na qual nos libertamos do medo, da doença, do pecado e da morte. A lógica metafísica sustentará nosso caminho para nos libertarmos da desarmonia, e veremos nossa pureza e inocência, dadas por Deus, mantidas como o reino dos céus. O senso espiritual nos mostra que estamos, de fato, vivendo na Vida eterna, *agora*.

A lei da Verdade é luz para a nossa vida

Sondra Elkins

Publicado anteriormente como um original para a Internet em 19 de janeiro de 2026.

Certa manhã, ao contemplar o cenário sublime que é a luz do sol despontando sobre o oceano, atentei para o brilho dessa luz. Assim como a luz do amanhecer acaba preenchendo o céu, Deus ilumina nossa vida, trazendo liberdade e cura de um modo maravilhoso. Assim como a luz do universo é regulada pela lei divina e é invariável, nossa vida também é regulada pela lei divina, que traz cura.

Na Bíblia, em João 1:5, lemos esta declaração confortadora: “A luz resplandece nas trevas, e as trevas não prevaleceram contra ela”. Eu senti o poder dessa verdadeira luz espiritual e de sua lei de perfeição por meio da cura que tive, depois de ser picada por

uma aranha da espécie viúva-negra, quando limpava a garagem de minha casa.

Lendo a Bíblia, aprendi que todas as coisas foram criadas por Deus. Ao ler o livro-texto da Ciência Cristã, de autoria de Mary Baker Eddy, também entendi que “Deus ‘ontem e hoje, é o mesmo e o será para sempre’; e Aquele que é imutavelmente certo fará o que é certo, sem que seja necessário lembrá-Lo de Seu dever” (*Ciência e Saúde com a Chave das Escrituras*, pp. 2–3). Deus é a luz ininterrupta, imutável, inabalável e contínua.

Senti a convicção de que, pelo fato de eu e todos nós sermos o reflexo de Deus, eu não podia ser tocada por nenhum tipo de escuridão. Não senti medo. Estava claro para mim que a escuridão, representada pelo veneno, não poderia apagar a luz da Verdade, que constitui nossa verdadeira substância.

Contactei uma praticista da Ciência Cristã e pedi apoio em oração. Em pouco tempo, o inchaço e a dor desapareceram totalmente.

Uma vizinha veio à minha casa, e eu contei o que havia acontecido. Ela ficou temerosa por mim, e me aconselhou a procurar um médico para examinar o local da picada. Embora tivesse dito a ela que cuidaria do assunto a meu modo, fiquei realmente assustada com o que ela disse, e os sintomas começaram a reaparecer.

Telefonei novamente para a praticista, e ela me ajudou a perceber que eu só havia me deixado levar pelo medo manifestado pela vizinha. Inspirada pela luz do Cristo, a Verdade, a praticista me lembrou que o medo não tem poder. Senti confiança no fato de que a cura já se havia realizado, e os sintomas cessaram. Também compreendi que a preocupação de minha vizinha era motivada pelo amor, e só tive amor por ela.

Esse foi um exemplo muito claro da afirmação contida em *Ciência e Saúde*: “Quando o medo desaparece, o fundamento da doença já não existe” (p. 368). Ficou comprovado que a cura foi permanente, pois eu nunca tive nenhum outro problema em decorrência daquela picada de aranha.

O medo se dissolve quando reconhecemos a veracidade da realidade espiritual. E que realidade é essa? A de que Deus é o bem e de que Ele criou tudo o que existe, inclusive você e eu. Somos fortalecidos quando reconhecemos que, como diz a Sra. Eddy em seu livro *A Unidade do Bem*: “A Verdade é Deus e está na lei de Deus. Essa lei declara que a Verdade é Tudo, e o erro não existe. Tal lei da Verdade destrói todas as fases do erro” (p. 4).

Descobri que o empenho constante em assimilar somente a verdade me capacita a estar mentalmente preparada para enfrentar corajosamente problemas difíceis. Por meio do Cristo, a Verdade, conseguimos nos libertar de crenças que contradizem a compreensão de que Deus é tudo e é o bem — “...anulando nós sofismas e toda altivez que se levante contra o conhecimento de Deus, e levando cativo todo pensamento à obediência de Cristo...”, conforme lemos em uma carta de Paulo (2 Coríntios 10:4–5). É perfeitamente natural que esse pensamento disciplinado, fundamentado no Cristo, nos capacite a vencer o medo, sempre que parece haver uma ameaça ao nosso bem-estar.

Contudo, levar nosso pensamento à obediência do Cristo pode não ser fácil! Certa vez, quando eu estava preocupada, buscando resolver um problema, ficou evidente que a luz da oração me indicaria a solução perfeita. Com o apoio de um praticista da Ciência Cristã, veio-me a convicção de que “Deus é ao mesmo tempo o centro e a circunferência do existir” (*Ciência e Saúde*, pp. 203–204). O medo de uma ameaça iminente foi silenciado pela calma certeza de que só Deus, a Verdade, era o centro do meu existir — somente a Verdade tinha autoridade sobre mim.

À medida que eu ia reconhecendo a luz da Verdade, o problema se desvaneceu. Percebi que “...quanto mais cedo o erro for reduzido ao seu nada original, tanto mais cedo a grandiosa realidade do homem aparecerá, e seu existir genuíno será compreendido” (*Ciência e Saúde*, p. 91). A única coisa que estava acontecendo era o centro e a circunferência da perfeita criação de Deus. A lei de Deus se iluminou em minha consciência, e a escuridão se dissipou. Só a luz da perfeição de Deus podia estar presente. Em realidade, a escuridão nunca pode apagar a luz do nosso existir.

Fico muito feliz por entender que a luz da Verdade é a única lei da minha vida. Compreendo cada vez melhor o que *Ciência e Saúde* diz: “A Verdade e o Amor iluminam a compreensão, em cuja ‘luz, vemos a luz’; e essa iluminação é refletida espiritualmente por todos os que andam na luz e viram-se em direção oposta ao senso material e errôneo” (p. 510).

O Cristo sanador ilumina nossa compreensão com a certeza de que a perfeição é a verdade permanente a respeito de cada um de nós. Andamos no terno amor de Deus quando afirmamos que a Verdade tem total controle sobre nossa vida, nossa saúde, nossos relacionamentos e nosso suprimento. Então, sentimos a presença constante de Deus, que nos traz paz e domínio.

A Ciência Cristã contém o conhecimento da lei divina que nos capacita a demonstrar a luz sanadora do Cristo. Todos nós podemos alcançar essa demonstração hoje mesmo, e comprovar a eficácia sanadora dessa luz.

A bola na piscina, a imagem refletida e a sombra

Susan Booth Mack Snipes

Publicado anteriormente como um original para a Internet em 22 de setembro de 2025.

Cada trecho de *Ciência e Saúde com a Chave das Escrituras*, de Mary Baker Eddy, traz profunda inspiração e infinita aplicação prática, mas é para mim sempre uma alegria, quando algo que compreendi e de que gostei muito em um determinado nível, adquire novo significado, trazendo poderosa inspiração para meu trabalho de cura.

As lições espirituais contidas em como entendemos o mundo ao nosso redor são incontáveis. Por exemplo, estamos considerando as coisas segundo a aparência, ou estamos nos aprofundando para compreender a

inteligência divina, a Mente que é Deus? *Ciência e Saúde* explica: “O Princípio divino do universo tem de interpretar o universo. Deus é o Princípio divino de tudo o que O representa e de tudo o que realmente existe. A Ciência Cristã, tal como foi demonstrada por Jesus, é a única que revela o Princípio divino e natural da Ciência” (p. 272).

A translação científica da *mente mortal* — da suposta mentalidade que parece atuar separadamente de Deus e em oposição a Ele — nos leva a perceber mais claramente o conhecimento onisciente que a Mente imortal tem de si mesma. No entanto, essa compreensão espiritual ocorre de maneira gradual.

Um desses momentos de clareza a respeito desse tema me ocorreu quando, sentada à beira de uma piscina ao ar livre, eu estava lendo o seguinte trecho das páginas 115–116 de *Ciência e Saúde*:

Translação científica da mente mortal

Primeiro Grau: Depravação.

Físico. Crenças más, emoções descontroladas e vícios, medo, vontade depravada, justificação do ego, orgulho, inveja, fraude, ódio, vingança, pecado, doença, enfermidade, morte. [Título marginal: A irrealidade]

Segundo Grau: Crenças más desaparecendo.

Moral. Senso humanitário, honestidade, afeto, compaixão, esperança, fé, mansidão, temperança. [Título marginal: Qualidades de transição]

Terceiro Grau: Compreensão.

Espiritual. Sabedoria, pureza, compreensão espiritual, poder espiritual, amor, saúde, santidade. [Título marginal: A realidade]

Ao fazer uma pausa para ponderar mais profundamente sobre o que significa fazer cientificamente a “translação” da mente mortal, meus olhos foram atraídos para uma bola de um tom azul-esverdeado brilhante, a qual flutuava suavemente na superfície da piscina. Logo abaixo da bola, seu reflexo na água, também da mesma cor, movia-se no mesmo ritmo. Então notei que, no fundo da piscina, havia sua

sombra que também estava se movendo junto com a bola. Mas a sombra não tocava a bola, nem era uma representação fiel dela, aliás, devido ao ângulo do sol, a sombra estava alongada e distorcida.

Eu sei que metáforas e analogias têm seus limites, mas de repente tive o vislumbre de que a bola era a única coisa real naquele quadro. Para mim, representou o terceiro grau, “compreensão” e “a realidade”. O reflexo da bola na água poderia simbolizar o segundo grau: “crenças más desaparecendo” e “qualidades de transição”. Tinha cor, forma e contorno, mas não a solidez e a luminosidade do original.

E a sombra no fundo da piscina, simbolizando “depravação” e “a irreabilidade”, só podia ser uma indicação de que a bola existia, mas nada mais. A sombra não era algo a ser analisado ou com que se preocupar. Eu não precisava esvaziar a piscina para endireitar a forma da sombra nem colocar máscara de mergulho, ir até o fundo e tentar fazer uma imagem precisa da bola.

Percebi como somos frequentemente tentados a manter o foco na “sombra”, que aparece na forma de algum problema material — seja uma doença, uma fraqueza pessoal, uma falha de comunicação em um relacionamento, um desafio econômico ou uma situação mundial ameaçadora — e então oramos para tentar fazer com que o problema desapareça ou haja uma melhora. No entanto, o que realmente precisamos fazer é transladar do primeiro grau (a irreabilidade) para o terceiro grau (a realidade).

Comecei a ponderar sobre um exemplo da Bíblia a respeito dessa translação científica. Por exemplo, quando o profeta Eliseu está em Dotã, cercado pelo exército sírio, e seu servo só consegue enxergar o perigo e a destruição iminente, Eliseu consegue ver os cavalos e os carros de fogo, a presença de Deus em redor da cidade. Eliseu pôde discernir espiritualmente o terceiro grau do poder e do amor espiritual, exatamente ali onde o primeiro grau do medo, ódio e morte parecia estar. Isso permitiu que o segundo grau, “crenças más desaparecendo”, ficasse evidente, quando Eliseu conduziu o exército sírio para longe de Dotã (podemos dizer que fez isso com compaixão, pois vidas foram

poupadas) e pediu ao rei de Israel que os alimentasse e os enviasse de volta para a Síria.

Ao ponderar sobre isso, compreendi que a única informação dada pela sombra, ou seja, o senso mais distorcido da Vida, é que a realidade — seu oposto — está presente exatamente ali, e que precisamos buscar o Espírito, Deus, o Tudo, e voltar novamente nosso foco para Ele e para o homem, a perfeita manifestação de Deus. Também é muito reconfortante saber que a manifestação exata está necessariamente ali e aparece, quando nos lembramos, sem medo, de que a sombra não tem real substância para lutar contra nós.

Tenho aplicado essas verdades de várias maneiras. Por meio da oração e comunhão com Deus, fiz a translação da evidência do primeiro grau, que apareceu na forma de rejeição humana por parte de uma pessoa em relação a mim, para o terceiro grau na manifestação da alegria do Pai-Mãe Deus em mim e em cada uma de Suas próprias expressões infinitas. Pouco depois, o segundo grau apareceu na forma de um relacionamento cordial e amoroso.

Quando me deparei com a evidência do primeiro grau, de ter perdido um equipamento valioso, minhas orações me levaram a ponderar sobre o terceiro grau, ou seja, a plenitude infinita da Mente, e o segundo grau, na forma da devolução do equipamento, veio rapidamente pela expressão criativa de sabedoria.

E quando enfrentei o que várias testemunhas e um veterinário haviam chamado de casco rachado na pata de um cavalo, orei para ver a natureza íntegra de um só Deus infinito, o bem, correspondente ao terceiro grau. O ajuste no segundo grau foi uma reavaliação pelo veterinário uma hora depois, a qual revelou que não havia nenhuma rachadura no casco.

Embora as expressões da harmonia presentes no segundo grau tenham sido gratificantes, meu maior regozijo foi ver mais claramente como a desarmonia naturalmente desaparece, diante da consciência da realidade espiritual da perfeita harmonia onipresente que está sempre ao nosso alcance.

Essa consciência nos leva a esta translação na página 115 de *Ciência e Saúde*:

Translação científica da Mente imortal

Deus: O divino Princípio, Vida, Verdade, Amor, Alma, Espírito, Mente.

Homem: A ideia espiritual de Deus, individual, perfeita, eterna.

Ideia: Uma imagem na Mente; o objeto imediato da compreensão. — *Webster*.

Lemos na Bíblia: “Porque, agora, vemos como em espelho, obscuramente; então, veremos face a face. Agora, conheço em parte; então, conhecerei como também sou conhecido” (I Coríntios 13:12). Quando aceitamos que a Mente é Tudo em nós, então o que sabemos é o reflexo daquilo que a Mente sabe. Não se trata tanto de fazer um exercício de translação, mas de pensar naturalmente na linguagem do Espírito. Não pode haver incerteza ou confusão na Mente nem no homem. À medida que cedemos à interpretação que a própria Mente faz de si mesma, vivenciamos imediatamente o conhecimento de nós mesmos como somos conhecidos pela Mente, e as dúvidas começam a desaparecer, porque a Mente conhece Sua própria totalidade.

Em uníssono com os pensamentos de Deus

Glenn Williams

Publicado anteriormente como um original para a Internet em 26 de janeiro de 2026.

Imagine que você está em uma grande festa, muito barulhenta, interagindo com outros convidados, e percebe ao fundo, vinda de um aparelho estéreo, uma canção de que você gosta muito. O som está baixo, e você não consegue ouvir com clareza a letra, mas a música é tão conhecida que você consegue acompanhar, cantando perfeitamente em uníssono.

Podemos pensar dessa maneira com relação à voz de Deus vindo a nós. Mesmo em meio ao clamor das opiniões mundanas, essa voz pode vir como uma orientação calma e racional. E essa voz nos é familiar, porque vem do Espírito divino, no qual “...vivemos, e nos movemos, e existimos...” (Atos 17:28). Estamos em perfeita sintonia com os pensamentos de Deus.

Ao orarmos, não estamos tentando trazer a Deus para mais perto de nós, nem tentando nos aproximar de Deus. Nós já somos o reflexo daquilo que nosso Pai-Mãe Deus é. Existimos porque Deus existe. Conforme ensina a Ciência Cristã, a oração implica em mudarmos o modo como vemos a nós mesmos como mortais, e abriremos o pensamento à verdadeira compreensão de quem somos como filhos de Deus. Mary Baker Eddy escreve o seguinte em *Ciência e Saúde com a Chave das Escrituras*: “O efeito dessa Ciência consiste em sacudir a mente humana, levando-a a uma mudança de base, sobre a qual possa ceder à harmonia da Mente divina” (p. 162).

Quando as coisas estão indo bem, nossas orações são muitas vezes expressões de gratidão por tudo o que Deus, o Amor, nos propicia. Ao nos depararmos com desafios, nossas orações podem ser um pedido de ajuda. Quaisquer que sejam as circunstâncias, nossas necessidades já estão sendo atendidas, porque sempre estamos vivendo, nos movendo e existindo em Deus. Junto com esse reconhecimento, vem à luz, e é demonstrada, a completude que já é nossa por sermos a semelhança de Deus.

Somos constantemente presenteados com ideias e orientações divinamente corretas, vindas de Deus. Às vezes essas inspirações, tal qual a música em uma festa, parecem perder-se em meio ao barulho e à confusão da mentalidade mortal. Mas isso não pode realmente impedir que sejam ouvidas as ideias racionais e espirituais que são parte de nós, como uma música que conhecemos bem. Por meio de nossas orações, podemos sempre amplificar o “cicio tranquilo e suave” da Verdade e do Amor.

Ser uma edição viva de Ciência e Saúde

Daniela Völker

Publicado anteriormente como um original para a Internet em 26 de janeiro de 2026.

Quando assisti à Assembleia Anual da Igreja Mãe de 2025, realizada no dia 2 de junho — em que se deu realce aos 150 anos da primeira edição do livro-texto da Ciência Cristã, *Ciência e Saúde com a Chave das Escrituras*, de autoria de Mary Baker Eddy — a seguinte ideia, mencionada por um dos diretores da Igreja Mãe em sua apresentação, calou em meu coração: “Precisamos trabalhar para sermos, nós mesmos, essa edição comemorativa de *Ciência e Saúde*, pela maneira como o estudamos, como o vivemos, como o comprovamos, como o divulgamos e como promovemos suas ideias em nossa vida” (*O Arauto da Ciência Cristã*, setembro de 2025). É maravilhoso pensar que podemos comemorar a publicação ininterrupta de nosso livro-texto, sendo uma edição viva dele! E é exatamente isso que venho me esforçando para fazer desde aquele dia — aplicando mais conscienciosamente, em minha vida, os conceitos apresentados nesse livro.

Sou professora do ensino fundamental e, no país em que moro, o período final do ano letivo corresponde ao fim do mês de maio e início de junho, e costuma ser de muito trabalho para mim, o que pode ser bem desafiador. Em um prazo bastante curto de tempo, preciso elaborar relatórios sobre o desenvolvimento de cada aluno e me reunir individualmente com os pais, para discutir o desempenho de seus filhos.

Este ano, porém, ao preparar os relatórios e refletir sobre as ideias apresentadas na Assembleia Anual, eu me lembrei de algo que está escrito na introdução do Glossário de *Ciência e Saúde*: “Na Ciência Cristã aprendemos que a substituição da definição material de uma palavra bíblica, pela definição espiritual, muitas vezes elucida o significado que o escritor inspirado quer lhe dar” (p. 579). Então, pensei: “Que definição espiritual posso aplicar a meus alunos?”

No Glossário, encontramos a definição de *inteligência*, que afirma que ela não é limitada (ver p. 588). Compreendi que expressar a inteligência de maneira ilimitada é o direito inato de cada um e de todos os filhos de Deus. Essa ideia ajudou a me concentrar nas habilidades dos alunos, e no fato de que tanto eles quanto seus pais expressam as capacidades que se originam em Deus, e que se ampliam eternamente. Com essa mudança no pensamento, a tarefa de elaborar os relatórios, a qual sempre fora exaustiva para mim, tornou-se mais tranquila e agradável.

E, ao pensar nas reuniões que eu teria com as famílias, reuniões essas que muitas vezes podem ser tensas, lembrei-me do capítulo “Respostas a algumas objeções”, de *Ciência e Saúde*. Comecei a folheá-lo, e a seguinte passagem me ajudou muito: “Paulo alude a ‘discutir opiniões’. Soou a hora em que a prova e a demonstração, em vez de opiniões e dogmas, são intimadas a apoiar o Cristianismo, dando ‘sabedoria aos simplices’ ” (p. 342). Compreender que não as opiniões humanas, mas sim o Amor divino — refletido no amor que cada adulto expressa por seu filho — é que estaria no controle dessas reuniões, fez com que eu sentisse muita calma e segurança. Cada frase proferida só poderia ser a expressão da Verdade e do Amor. Com isso, minha ansiedade desapareceu. Todas as reuniões foram harmoniosas, mesmo quando falei sobre aspectos que poderiam ser difíceis para os pais ouvirem.

Nessa época do ano também podem surgir desentendimentos entre colegas de trabalho, devido ao estresse causado pela quantidade de tarefas a serem realizadas em um período muito curto. Nesses momentos, eu me senti confortada pelas ideias do capítulo intitulado “O matrimônio”, no qual lemos: “A união das qualidades masculinas e femininas constitui o homem completo” (p. 57). Reconhecer que todos os filhos de Deus expressam a Deus de maneira completa, trouxe-me muita paz. Compreendi que, pelo fato de a totalidade e plenitude de Deus implicar união, não pode haver conflitos causados por polarização entre opiniões ou perspectivas humanas divergentes. Pensando dessa maneira, quando os conflitos surgiram, em vez de ficar com raiva, consegui manter a calma e, assim, contribuir para que eles fossem resolvidos pacificamente.

Sou muito grata a todos os estudantes da Ciência Cristã que, em uma enorme manifestação de fraternidade, apoiam-se mutuamente, trocam ideias e aprendem novas maneiras de aplicar os ensinamentos dessa Ciência. Convido todos a se empenharem para ser uma edição viva de *Ciência e Saúde*, pois, como lemos em seu Prefácio, “É chegada a hora dos pensadores” (p. vii).

Será que o pesar é o preço que pagamos por amar?

Heathcliff Newman

Publicado anteriormente como um original para a Internet em 30 de outubro de 2025.

Neste ano que passou, houve duas perdas significativas em minha família. Perdi meu avô, que era um herói para nós, seus quatro netos, e meu marido perdeu a avó, que ele adorava.

Comecei a estudar a Ciência Cristã há três anos. Com esse estudo, aprendi que nossos entes queridos nunca morrem de fato, mas simplesmente passam para uma nova experiência de vida. É reconfortante saber que ninguém jamais está fora do cuidado todo abrangente de Deus. Contudo, quando enfrentamos esses momentos de pesar, ainda sofremos.

Uma frase que ouvi meus parentes, que não são Cientistas Cristãos, usar frequentemente nos momentos mais difíceis é: “O pesar é o preço que pagamos por amarmos”. Era um conforto para alguns, mas não para mim. Como o amor poderia ter um preço desses?

No livro *Ciência e Saúde com a Chave das Escrituras*, sua obra principal a respeito da cura pela Ciência Cristã, Mary Baker Eddy define a *Deus* como: “O grandioso Eu Sou; Aquele que tudo sabe, que tudo vê, que é todo-atuante, todo-sábio, todo-amoroso e eterno; o Princípio; a Mente; a Alma; o Espírito; a Vida; a Verdade; o Amor; toda a substância; inteligência” (p.

587). O Amor — com A maiúsculo — significa Deus, ou seja, o Amor é sinônimo de Deus. Por compreender isso, o comentário de meus amigos e familiares faz ainda menos sentido para mim. Como poderia o Amor onipresente e todo-poderoso, que é Deus, exigir em pagamento a perda de um ente querido? Como pode o Amor, que está em toda parte, o tempo todo, ser usado como moeda de troca?

Para encontrar uma mensagem que pudesse aplacar o pesar que eu e minha família estávamos sentindo, recorri à Bíblia e a *Ciência e Saúde*, que constituem o pastor da Igreja de Cristo, Cientista. Nesse estudo, eu me deparei com dois versículos bíblicos que me proporcionaram apoio e conforto em minha oração. O primeiro está no Sermão do Monte, que Jesus proferiu a seus seguidores: “Bem-aventurados os que choram, porque serão consolados” (Mateus 5:4).

Nessa seção, que é conhecida como a das Bem-aventuranças, Jesus revela o cuidado todo abrangente que Deus, o Amor, tem por nós. Ele fala dos atributos, ou qualidades, de Deus, os quais não dependem da emoção humana. Não precisamos nos sentir felizes em vez de tristes para sermos abençoados ou bem-aventurados, nem somos obrigados a tentar ficar felizes por meio da força de vontade pessoal — que não tem nenhuma participação na compreensão espiritualmente científica do existir — porque contamos com o constante conforto espiritual de Deus.

Por exemplo, podemos sentir tristeza pela aparente perda de um ente querido ou de uma oportunidade, ou podemos lamentar um erro cometido. Mas isso não é uma espécie de preço que precisamos pagar, porque a obra de Deus já está feita. O amor de Deus está em toda parte; somos abençoados por esse amor embora estejamos tristes, e somos abençoados por esse amor quando o pesar e suas nuvens começam a se dissipar.

A Sra. Eddy nos diz: “As experiências difíceis comprovam que Deus cuida de nós” (*Ciência e Saúde*, p. 66). É compreensível que nos sintamos tristes por um período de tempo, mas quando elevamos nosso pensamento acima do que parece ser uma perda, e nos conscientizamos espiritualmente de que nada de bom se perde, finalmente nos sentimos reconfortados. Nada

jamais se perdeu de Deus, que é o Amor e a Vida. Ao compreender isso, recebemos não apenas conforto, mas também uma perspectiva espiritual de vida mais elevada e mais alegre.

O segundo versículo que me ajudou muito encontra-se em Salmos, e diz: "...Ao anoitecer, pode vir o choro, mas a alegria vem pela manhã" (30:5). Com essas palavras, o Salmista nos anima a reconhecer a alegria que sentimos quando nos volvemos da alegação de que houve uma perda material e nos voltamos para a verdade espiritual — e sua bênção.

Um dos últimos capítulos de *Ciência e Saúde* consiste em um glossário de termos bíblicos frequentemente usados e sua interpretação metafísica, que nos ajuda a compreender o significado espiritual dessas palavras. Em relação a esse versículo de Salmos, há duas definições importantes: "Manhã. Luz; símbolo da Verdade; revelação e progresso" e "Noite. Escuridão; dúvida; medo" (*Ciência e Saúde*, pp. 591, 592). Ao considerar essas duas definições, ponderei sobre o versículo bíblico de um modo que me inspirou profundamente: "Pode vir o choro [durante um período de dúvida], mas a alegria vem [com a revelação da Verdade, Deus]".

Às vezes, a escuridão do senso material de vida parece tão vasta, tão real, que é difícil enxergar com clareza, especialmente quando alguém que muito amamos parece tão distante. Somente voltando-nos para Deus e reconhecendo que a luz da Verdade está em toda parte, a todo instante, é que podemos perceber que não há noite, nem medo, nem dúvida, e que nossos entes queridos nunca partiram, morreram ou se separaram do Deus que continuam a refletir eternamente.

Jesus nos exorta a elevarmos nossa compreensão a respeito das bênçãos de Deus, as quais fluem continuamente, e o Salmista nos diz que, embora a noite traga dúvidas, a alegria da Verdade vem com a luz da manhã. Mas, como podemos permanecer nessa luz? Quanto mais alto nos elevamos na compreensão espiritual, mais luz vemos. Deus não diz: "Se você fizer isso ou se me der aquilo, Eu o abençoarei". Ele também não diz: "Você deve ser assim ou pensar dessa maneira para que Eu o ame". Em vez disso, cabe a nós, seja por

meio de grandes saltos ou pequenos passos, ir para a luz e ver as bênçãos que o Amor divino está nos outorgando sempre.

Uma das minhas citações favoritas de *Ciência e Saúde* é: " 'Deus é Amor.' Mais do que isso não podemos pedir, mais alto não podemos olhar, mais longe não podemos ir" (p. 6). O pesar não é o preço que pagamos pelo amor, em realidade o pesar é o senso errôneo que se origina nos sombrios conceitos de que a vida e o amor sejam materiais e finitos. Isso fica claro à medida que nosso pensamento progride e alcançamos a consciência espiritual do existir.

Essa plataforma elevada de pensamento espiritual, que o Salmista reconheceu e Jesus demonstrou, é o fundamento no qual todos nós já estamos. O amor que sentimos pelos entes queridos que parecem ter nos deixado é o amor de Deus refletido. Por ser concedido livremente, recebido livremente, sem qualquer dúvida ou medo, o Amor não tem preço e está sempre presente. Nenhum momento de pesar jamais mudará esse fato — nem conseguirá impedir a alegria luminosa da Verdade.

O cuidado de Deus está sempre ao nosso alcance

Ana Carla Paiva Vicencio

Publicado anteriormente como um original para a Internet em 19 de maio de 2025.

Na Bíblia, encontramos muitos relatos que ilustram o quanto é importante ouvir a Deus, quando cuidamos de outras pessoas. Quando ouvimos a Ele, expressamos Suas qualidades e temos amor genuíno por nosso próximo, somos inspirados a ver a melhor forma de ajudar alguém, sempre que surge a oportunidade.

Em sua parábola a respeito do bom samaritano, por exemplo, Jesus pergunta quem agiu como o próximo do homem que fora gravemente ferido, depois de ter caído em mãos de salteadores. Teriam sido o levita ou

o sacerdote, que passaram ao largo? Ou o samaritano que, cheio de compaixão, foi até o homem e cuidou de seus ferimentos? O samaritano aproximou-se dele imbuído de amor fraternal genuíno. Ajudou aquele homem ferido, colocando-o sobre seu próprio animal, cuidando dele em uma hospedaria e recompensando o hospedeiro para que este prosseguisse com os cuidados, durante sua ausência (ver Lucas 10:25-37).

Outro exemplo está na história da ressurreição da filha do chefe da sinagoga, chamado Jairo (ver Marcos 5:21-24, 35-43). No caminho para a casa de Jairo, quando disseram a Jesus que a menina já havia morrido, ele respondeu: “Não temas, crê somente”. No meu entender, isso significa que um estado mental em que não existe medo é proveitoso, ao cuidarmos do nosso próximo. Quando Jesus chegou, ordenou a todos os que choravam e pranteavam que saíssem da casa, e levou consigo apenas Pedro, João e Tiago, assim como o pai e a mãe da menina. Jesus se aproximou dela e tomou-a pela mão, dando apoio à menina, enquanto ela recobrava a consciência e se levantava, e depois pediu que a alimentassem, restaurando-a à vida normal.

A importância desse tipo de cuidado prático, ao curar os doentes, está presente nos escritos de Mary Baker Eddy, a Descobridora e Fundadora da Ciência Cristã. Ela deixou, no *Manual da Igreja*, um artigo que regula o cuidado da enfermagem na Ciência Cristã. Lemos ali: “O membro da Igreja Mãe, que se apresentar como enfermeiro ou enfermeira da Ciência Cristã, precisa possuir conhecimento demonstrável da prática da Ciência Cristã, entender plenamente o que é necessário fazer no quarto do doente, e saber cuidar adequadamente dos enfermos” (p. 49).

Mas o que acontece quando moramos em uma localidade onde não há um enfermeiro da Ciência Cristã disponível para oferecer pessoalmente esses cuidados? Podemos reconhecer que o cuidado constante de Deus está sempre ao nosso alcance. Mary Baker Eddy escreve, em *Ciência e Saúde com a Chave das Escrituras*, talvez referindo-se a todos aqueles que estão envolvidos com a atividade de cuidar dos outros: “Os enfermeiros precisam ser alegres, ordeiros, pontuais, pacientes, cheios de fé — receptivos à Verdade e ao Amor” (p. 395).

Eu gosto especialmente de pensar a respeito da alegria como sendo uma qualidade da Alma, Deus, que não esmorece diante das dificuldades. A alegria nos guia a agir em sintonia com o Princípio divino, que se manifesta em ordem e pontualidade, garantindo que a ideia correta do que fazer, ao cuidar do paciente, se apresente apropriadamente na hora certa. A paciência nos ajuda a expressar excelência. E a expressão dessas qualidades, atrelada à fé, leva-nos para mais perto de Deus, a Mente. Por meio de Suas ideias inspiradas, alcançamos a solução em todas as situações. Nós podemos expressar essas qualidades ao cuidar dos outros ou de nós mesmos, abençoando nosso próximo e sendo abençoados.

Já vivenciei essa bênção, quando torci o pé ao descer um degrau, na saída de um supermercado. Como não conseguia ficar de pé novamente, sentei-me no chão e voltei-me a Deus em oração para descobrir como sair dali. Logo um funcionário do supermercado se aproximou e, sem me fazer nenhuma pergunta, levantou-me e me ajudou a chegar até meu carro.

Uma vez no carro, percebi que poderia dirigir pelo trajeto de 5 minutos até minha casa, apesar da dor que sentia. Eu estava orando sem cessar, reconhecendo a bondade e a supremacia de Deus, que impede qualquer dor. Também estava muito agradecida por ter recebido a ajuda de que precisava naquele momento. Essa foi, para mim, uma prova de que o Amor divino estava satisfazendo a necessidade humana do modo mais apropriado.

Quando cheguei em casa, a aparência do pé era muito ruim. Meu filho ajudou-me a me acomodar em uma poltrona e serviu meu almoço. Eu telefonei para um praticista da Ciência Cristã para receber tratamento pela Ciência Cristã. O praticista recomendou-me a leitura de dois trechos em *Ciência e Saúde*. Na página 397, o título marginal: “Solução para acidentes” chamou minha atenção, e foi muito bom saber de imediato que havia uma solução para aquele problema. Também foi muito útil ler este trecho, na mesma página: “Quando acontece um acidente, pensas ou exclamas: ‘Estou ferido!’ Teu pensamento é mais poderoso do que tuas palavras, mais poderoso do que o próprio acidente, para tornar real o ferimento”.

Uma oração de boa-noite

Westley

Publicado anteriormente como um original para a Internet em 13 de outubro de 2025.

Meu nome é Westley, e tenho nove anos. Vou à Escola Dominical da Ciência Cristã, onde aprendo a respeito de Deus e como orar. Gosto de orar porque me ajuda — e ajuda outras pessoas também.

Podemos orar em qualquer lugar e a qualquer momento. Um momento em que eu gosto de orar é antes de dormir, porque me ajuda a dormir tranquilamente, sem sonhos ruins. Pensei em compartilhar com vocês minha oração da hora de dormir, caso possa ajudar vocês também. É assim:

Eu vou dormir tranquilo, vou dormir em paz.

Deus me dá tudo o que preciso antes de eu pedir.

Confiarei no Senhor de todo o meu coração.

Eu sentirei só a paz, o amor, a segurança, a alegria, a felicidade, a verdade,

e a honestidade, com todos os bons pensamentos que vêm de Deus.

Durma bem!

Deus me guiou a um estágio

Canon Church

Publicado anteriormente como um original para a Internet em 1º de dezembro de 2025.

O terceiro ano da faculdade pode ser difícil. A vida começa a se tornar complicada: vemos alguns dos colegas e amigos mais próximos começarem a ser bem-sucedidos, às vezes em áreas nas quais nós não nos sentimos muito competentes. Nossos pais estão sempre perguntando se estamos procurando algum estágio, e o que pretendemos fazer após terminar o curso.

A ideia de passar as últimas férias da faculdade trabalhando novamente em um restaurante de *fast food*, pelo quarto ano seguido, me causava ansiedade. Era como se minha vida profissional fosse acabar, antes mesmo de ter começado, se eu não conseguisse um estágio para aqueles meses de férias.

No primeiro semestre do terceiro ano, eu fora abençoado com a oportunidade de estudar no exterior, em Madri. Contudo, embora estivesse gostando de estar lá, percorrendo a cidade e conhecendo novas pessoas, eu não parava de me preocupar em conseguir um estágio. Quando ouvi dizer que, em uma única noite, um amigo meu se inscrevera para quatro estágios, comecei a me comparar com ele, e isso não foi nada bom.

Uma das primeiras coisas que me lembro de ter aprendido na Escola Dominical da Ciência Cristã foram os Dez Mandamentos, que se encontram na Bíblia; e a situação que eu estava vivendo me fez lembrar do décimo mandamento: “Não cobiçarás...” (Êxodo 20:17). Cobiçar significa invejar ou desejar o que alguma outra pessoa possui. Apesar de não ter dificuldade em compreender isso intelectualmente, era difícil não sentir inveja, já que meus planos ainda não estavam claros.

Sem saber o que procurar nem onde eu queria chegar, busquei freneticamente um emprego. Depois de me inscrever para incontáveis estágios, recebendo apenas silêncio como resposta, fiquei ainda mais preocupado.

Certa vez, tarde da noite, eu estava me sentindo arrasado, sem saber em que direção seguir. Então, telefonei para pedir conselho à minha mãe.

Depois de escutar por algum tempo o meu desabafo, ela, para me tranquilizar, falou de algumas ideias conhecidas e inspiradoras que aprendemos na Ciência Cristã: que tudo estava bem, e que eu iria encontrar o lugar certo para mim. Ela sugeriu que eu me inscrevesse para um estágio na Primeira Igreja de Cristo, Cientista, em Boston, e considerei essa possibilidade. Antes de desligarmos, ela mencionou também esta ideia do livro *Ciência e Saúde com a Chave das Escrituras*, de Mary Baker Eddy: “Na Ciência não há lugar nem oportunidade para nenhuma espécie de erro” (pp. 232–233).

Inicialmente agradeci-lhe, mas sem dar muita atenção ao que ela dissera. Minha mente ainda estava invadida pela preocupação. Mas depois que encerramos a ligação, andei pela cidade e ponderei sobre a ideia de que não posso estar em nenhum lugar que não seja o certo para mim.

Eu chegara a pensar que havia algo de errado comigo, porque eu ainda não sabia o que devia fazer. Mas me dei conta de que fui criado por Deus, completamente único, individual, e que não preciso ficar envergonhado por demorar a compreender minha identidade espiritual e saber quem eu realmente sou. Lembrei-me também de que na Ciência Cristã aprendemos que nada nem ninguém é imperfeito, já que Deus é perfeito e nos criou à Sua imagem e semelhança. Além disso, Deus está sempre guiando a todos nós, portanto, eu não tinha de me estressar nem ter medo.

Com base nessa nova compreensão, me inscrevi para um estágio em Boston, conforme minha mãe havia sugerido. Depois que recebi a confirmação de que a minha inscrição fora recebida, senti-me envolto por uma onda de serenidade. Desapareceram completamente todas as minhas preocupações anteriores quanto ao lugar em que eu iria estagiar, e, ao término da segunda entrevista, tive a certeza de que

aquele era exatamente o lugar em que eu precisava estar.

A incerteza pode parecer assustadora, mas é superada quando nos apoiamos em Deus, o bem, sabendo que Ele tem as rédeas de tudo. Agora eu realmente reconheço que sempre estou no lugar certo para mim.

RELATOS DE CURA

Cura de amigdalite crônica

Original em espanhol

Gustavo Briñez Quimbayo

Publicado anteriormente como um original para a Internet em 26 de janeiro de 2026.

Antes de conhecer a Ciência Cristã, recebi o diagnóstico de amigdalite crônica e, devido a esse problema, eu tomava analgésicos. No centro da cidade em que moro, a poluição do ar me causava inflamação das amígdalas, além de dores de cabeça e até vômitos, então eu evitava ir ao centro da cidade.

Isso ocorreu até que conheci a Ciência Cristã por meio de um amigo que me convidou a ir à filial da Igreja de Cristo, Cientista, em Bogotá. Passei a frequentar os cultos lá, desde aquele dia. Percebi que a Ciência Cristã oferecia a solução para o meu problema, e comecei a estudar *Ciência e Saúde com a Chave das Escrituras*, de autoria de Mary Baker Eddy, e a ler artigos da edição do *Arauto da Ciência Cristã* em espanhol.

Nos dois anos que se seguiram, a cura aconteceu naturalmente, enquanto eu me empenhava em praticar o que estava aprendendo e buscava manter meu pensamento calmo e voltado a Deus. O problema nas amígdalas desapareceu e, depois disso, consigo ir ao centro da cidade sem me sentir mal.

Sou muito grato por essa igreja e pelos escritos da Sra. Eddy, por me ensinarem a respeito da bondade de Deus e do Seu amoroso cuidado para com todos nós. A Ciência

Cristã tem me ajudado a resolver problemas e tem me dado paz interior e alegria. Essa Ciência clareou meu pensamento, dando-me uma compreensão melhor a respeito de como devo agir e de qual é nosso verdadeiro objetivo na vida — expressar a Deus. Antes, eu estava sem direção. Agora, tenho uma vida nova e encontrei tranquilidade e felicidade.

Gustavo Briñez Quimbayo

Bogotá, Colômbia

Livre das sequelas do abuso

Nome Omitido

Quando nossa experiência de vida inclui uma ou mais formas de abuso, chegar à cura completa dos efeitos desse abuso pode ser um desafio. Quando uma praticista da Ciência Cristã começou a me ajudar por meio da oração, nós conversamos sobre o grande amor de meu Pai-Mãe Deus por mim e sobre minha capacidade de perdoar e seguir em frente. Na época, essa me pareceu ser uma tarefa impossível, contudo, indicou-me a direção certa. Por fim, dediquei-me diligentemente a encarar o perdão do ponto de vista espiritual. Isso me libertou das sequelas do abuso mental e físico, e pude seguir em frente sem rememorar o passado.

No entanto, precisei progredir mais. Quando meu passado veio à baila durante uma conversa com uma amiga, percebi que, durante anos, eu havia me permitido aceitar somente relações de amizade. Estava fechada a um relacionamento mais profundo, de tal maneira que estava genuinamente confusa quanto à possibilidade de um namoro. Percebi que o fato de me isolar havia impedido a cura completa em relação à crença de que eu sofrera um abuso, portanto, eu precisava me libertar disso. Tentei orar sozinha, mas não consegui, então, no dia seguinte, telefonei para outra praticista em busca de ajuda.

Ela me pediu que refletisse sobre este versículo da Bíblia: “Se alguém vem a mim e não aborrece a seu pai, e mãe, e mulher, e filhos, e irmãos, e irmãs e ainda a sua própria vida, não pode ser meu discípulo” (Lucas 14:26). Ela explicou que Jesus não estava pedindo que rejeitássemos aqueles a quem amamos. Ele estava nos pedindo para rejeitar a crença de que sejamos mortais, e aceitar o fato de que somos totalmente espirituais, filhos de Deus, o Espírito. Isso permite que nos libertemos da crença de que sejamos mortais, e nos capacita a perdoar a nós mesmos por termos acreditado em uma natureza mortal. Eu nunca havia considerado esse tipo de perdão.

Depois de conversar com a praticista, comecei a abrir mão da crença de que em meu passado houvera um período em que eu havia vivenciado algo dessemelhante de Deus, o bem, um período em que eu estivera separada do amoroso Pai-Mãe. Reconheci que, se Deus não havia passado por algo, então eu, como Sua imagem e semelhança, também não poderia ter vivido essa experiência. A história humana não é uma realidade espiritual. Somente a existência eterna no reino do Espírito é verdadeira.

Ao compreender isso, percebi que a crença de abuso não podia ficar presa a mim. Não sou um ímã para que a história física grude em mim! Eu sou e sempre fui somente espiritual, porque o Espírito é a causa única e o único Criador. Por meio da oração, pude ver a realidade de minha união com Deus. Recusei-me a continuar pensando que o irreal era real ou que, em algum momento, eu tivesse estado separada de Deus.

Duas palavras que me vieram ao pensamento durante o estudo foram: *debilidade* e *integridade*. De acordo com várias definições que encontrei online, *debilidade* implica fraqueza física ou mental, ao passo que *integridade* é o estado de ser inteiro, sem divisões. Percebi que minha vida procedia de Deus e estava integralmente em Deus, o Espírito, a Verdade e o Amor. Não havia debilidade em Deus e em Seu reino, onde “vivemos, e nos movemos, e existimos” (ver Atos 17:28). Fui criada por Deus, e nada pode ser modificado, acrescentado ou removido daquilo que Deus criou. Por ser a criação de Deus, eu expresso integridade espiritual e minha verdadeira identidade não pode ser corrompida pela crença em uma vida

mortal. Compreendi que estou agora, e sempre estive, na presença de Deus. Não existe a menor possibilidade de eu estar em qualquer outro lugar.

Em minhas orações, no passado, a declaração de Jesus sobre seu jugo ser suave e seu fardo leve (ver Mateus 11:28–30) haviam me ajudado. Vi que minha vida havia sido muito mais fácil do que a dele, e isso me ajudou a parar de achar que eu tivera um passado difícil. Mas agora estava vendo um novo e mais elevado significado espiritual nesse versículo, percebendo por que o jugo do Cristo era suave: Jesus sabia de sua união com Deus, sabia que era um com o Pai celestial. Em vez de ser um fardo, isso libertava Jesus da crença na existência mortal. Ele era totalmente obediente a Deus.

Percebi que, da mesma maneira, eu não poderia estar atrelada a uma história material, fosse ela perturbadora ou não. O jugo de Cristo Jesus também poderia ser o meu jugo. Eu realmente era a filha de Deus, perfeita, amada, completa e sadia. Perceber minha união com Deus me libertou da crença em uma história pessoal mortal. Vi que eu não tinha outra vida, a não ser a minha vida em Deus.

Essa mudança mental trouxe uma paz mais profunda e uma liberdade que eu nunca havia vivenciado. Desde aquele momento, minha atmosfera mental tem estado cada vez mais leve. A alegria que sinto está fundamentada na espiritualidade. Hoje, quando penso no passado, não há mais dor nem angústia. Sou muito grata por finalmente desfrutar não somente das amizades, mas também por estar aberta a um relacionamento mais profundo, o que me deixa admirada!

Tenho profunda gratidão por essa cura. O Amor me libertou. Sei que essa alegria e liberdade duradouras fazem parte de cada um de nós, como filhos amados de Deus.

Nome Omitido

Superados os efeitos de um acidente

Marsha Pecaüt

Publicado anteriormente como um original para a Internet em 19 de janeiro de 2026.

Nenhum grau de escuridão consegue extinguir a luz. Da mesma forma, nada pode nos separar de Deus — nossa fonte de luz, paz, alegria e cura.

Há alguns anos, tive uma prova clara disso. Deitada em um pequeno beliche em nosso barco, eu estava com uma dor terrível, orando por uma mensagem de meu Pai-Mãe Deus. Um acidente recente de ciclismo na montanha me deixara com lesões que afetavam minha capacidade de respirar e de digerir a comida. Tínhamos apenas duas semanas, antes da chegada dos próximos passageiros para uma viagem fretada em nosso barco.

À medida que volvi meu pensamento a Deus, compreendi que a condição física não era determinante, o necessário era a compreensão de minha identidade espiritual. Eu sabia que, assim como a lua não tem luz própria, mas reflete a luz do sol, minha existência é um reflexo, uma expressão de Deus — da Vida, da Verdade e do Amor divinos. Eu tivera numerosas curas aplicando os ensinamentos da Ciência Cristã, aplicando a lei da Verdade, da Vida e do Amor a cada desafio, com confiança e bom êxito. Assim, naquele momento, afirmei que Deus estava bem ali comigo, me envolvendo em Seu amor. Eu nunca poderia estar separada de Seu terno cuidado.

Ao longo das duas semanas seguintes, estive cercada de amor e de apoio. Meu marido cuidou carinhosamente de mim, cantando hinos, cozinhando, orando e conversando comigo sobre a bondade de Deus. Lemos o livro-texto da Ciência Cristã, *Ciência e Saúde com a Chave das Escrituras*, de Mary Baker Eddy, de capa a capa, enquanto ficamos ancorados em uma baía isolada. Um praticista da Ciência Cristã me dava tratamento metafísico diário, afirmando a verdade que eliminava o medo.

Um domingo, participamos do culto na igreja filial da Ciência Cristã em uma ilha próxima. A cordialidade

dos membros e a presença sanadora do Cristo — a mensagem de amor e conforto de Deus — nos envolveram e deram-me confiança na convicção de minha integridade como filha de Deus.

Então, veio-me a ideia de que, quando as nuvens obscurecem a lua, pode parecer que elas estão entre a lua e o sol. Mas essa é apenas nossa perspectiva limitada. As nuvens estão simplesmente dentro da atmosfera da Terra — muito abaixo da lua, que continua a refletir a luz do sol, sem ser afetada pelas nuvens que nós vemos.

Da mesma forma, quando as dificuldades parecem bloquear nossa luz espiritual, temos de lembrar que elas são apenas ilusões, incapazes de alterar a realidade divina. O Cristo está sempre presente, sempre brilhando com a luz divina.

Uma manhã, a luz entrava pela janela do barco, e eu via minha imagem no vidro. Conforme o barco balançava, minha imagem mudava. Às vezes, eu só conseguia ver uma parte de mim, mas sabia que meu rosto ainda estava aí. Não questionei sua existência só porque não o via por inteiro.

Da mesma maneira, o fato de que talvez não estejamos atualmente vendo a filha completa de Deus, ativa e livre das dores, não significa que ela tenha deixado de existir. Não há abismo dentro do qual ela tenha desaparecido, nenhuma escuridão onde o Amor não consiga brilhar. Recusei-me a acreditar que eu estivesse separada do cuidado de Deus.

A Bíblia diz: “...agora, vemos como em espelho, obscuramente; então, veremos face a face. Agora, conheço em parte; então, conhecerei como também sou conhecido” (I Coríntios 13:12).

Quando volvemos nosso olhar, da matéria e suas limitações para a Verdade divina, começamos a ver o que verdadeiramente é real. Esse senso espiritual da Vida revela a presença e o poder de Deus, os quais nós refletimos como Seus filhos.

Durante aquele período de duas semanas, estudei o hino 374 do *Hinário da Ciência Cristã*, o qual me lembrou que eu nunca estivera separada de Deus. A terceira estrofe começa assim:

Pai-Mãe, Te agradecemos

Por bênçãos, paz e luz.

A Tua face vemos,

Seu brilho nos conduz.

(John Randall Dunn, trad. © CSBD)

Um dia, quando estávamos chegando a um porto para reparos no barco e compra de provisões, fomos recepcionados pela melodia desse hino sendo tocado em uma igreja branca, na encosta. Naquele momento, eu soube que havia visto a face de Deus. Havia visto Seu reflexo exatamente onde eu estava.

Ao final das duas semanas, eu estava completamente curada. Quando recepcionamos os passageiros da viagem fretada, eu pude cumprir todos os meus deveres em auxílio ao capitão, inclusive descer e subir no barco e carregar malas, com plena liberdade e sem nenhuma dor.

Marsha Pecaot

Solana Beach, Califórnia, EUA

Nova Redatora-Chefe dos periódicos da Ciência Cristã

Publicado anteriormente como um original para a Internet em 23 de fevereiro de 2026.

Ao final de março deste ano de 2026, Ethel Baker, CSB, deixará o cargo de Redatora-Chefe do *The Christian Science Journal*, *Sentinel* e *Arauto* (JSH) e retornará à sua residência em Buffalo, Nova York, para se dedicar em tempo integral à prática e ao ensino da Ciência Cristã, além de colaborar mais ativamente com sua igreja filial. Temos com Ethel uma dívida de gratidão pelas décadas de serviços prestados à Igreja Mãe. Antes do cargo de Redatora-Chefe, ela desempenhou cargos junto ao Comitê de Publicação, ao setor de Escritos de Mary

Baker Eddy, bem como ao de Comunicação com as Salas de Leitura e ao de Atividades Locais da Igreja Mãe.

Referindo-se aos quase seis anos como Redatora-Chefe dos periódicos da Igreja, Ethel comentou recentemente: “Foi um período valioso de trabalho em prol desses indispensáveis canais, em todas as suas formas — junto a tão dedicados colegas Cientistas Cristãos em Boston — e de contato com tantos colaboradores e leitores ao redor do mundo. Tenho a certeza de que a participação e o alcance dessas publicações só podem se expandir, nos anos à nossa frente. E eu continuarei a colaborar!”

Temos o prazer de anunciar que a nova Redatora-Chefe para o JSH será Lisa Rennie-Sytsma, CSB, que, durante mais de dois anos, tem atuado como Redatora-Adjunta do *Journal*. Quando veio a Boston, em 2023, Lisa já se anunciava no *Journal* havia muito tempo, como praticista da Ciência Cristã em Denver, Colorado, antes de se tornar professora da Ciência Cristã. Também era muito ativa em sua igreja filial. Lisa comentou: “Tem sido uma honra e um privilégio constatar o amor e a dedicação da ótima equipe que trabalha no *Journal*, *Sentinel* e *Arauto*. Estou muito animada para continuar a trabalhar lado a lado com eles, com os colaboradores e com os leitores, para que a luz do Cristo brilhe cada vez mais por meio das publicações de nossa Igreja, a fim de que todos, em todo lugar, possam perceber essa luz sanadora”.

A Diretoria da Ciência Cristã

Convite para a Assembleia Anual de 2026

Publicado anteriormente como um original para a Internet em 2 de fevereiro de 2026.

Prezados membros e amigos,

Certo dia, há muito tempo, uma grande multidão se reuniu para ouvir Cristo Jesus proferir o que veio

a ser conhecido como o Sermão do Monte. Logo no início, as palavras de Jesus lembraram aos ouvintes quais qualidades de pensamento trazem bênçãos e por quê. Durante o sermão, Jesus disse aos discípulos e à congregação que eles eram “o sal da terra” e “a luz do mundo”. Ele pediu que não deixassem que o sal perdesse o sabor nem que a luz ficasse escondida, de maneira que não somente mostrassem suas boas obras, mas principalmente, que estas fossem para glorificar a Deus.

Fazendo eco a isso, Mary Baker Eddy, a Fundadora de nossa Igreja e Descobridora da Ciência que Jesus ensinou e praticou, escreveu no livro-texto da Ciência Cristã: “O Cientista Cristão ocupa nesta época o lugar de que Jesus falou a seus discípulos, quando disse: ‘Vós sois o sal da terra’. ‘Vós sois a luz do mundo. Não se pode esconder a cidade edificada sobre um monte’. Vigiem, trabalhem e orem para que esse sal não perca o sabor e essa luz não fique escondida, mas irradie e resplandeça, até alcançar a plenitude de sua glória” (*Ciência e Saúde com a Chave das Escrituras*, p. 367).

O tema da Assembleia Anual da Igreja Mãe deste ano foi tirado das palavras de Jesus: “Vós sois a luz do mundo. ... Assim brilhe também a vossa luz...” (Mateus 5:14, 16). Nossa prática individual diária da Ciência Cristã e nosso compromisso para com a igreja são cruciais para que essa luz irradie e resplandeça, à medida que vigiamos, trabalhamos e oramos. A Assembleia Anual será na segunda-feira, dia 8 de junho de 2026, em Boston, Massachusetts, EUA, e on-line pela página ciencia-crista.com/assembleiaannual.

Como estabelecido no *Manual da Igreja Mãe*, serão apresentados na assembleia “...os relatórios do Tesoureiro, do Secretário e dos Comitês, e os relatórios gerais provenientes do campo de ação” (Mary Baker Eddy, p. 56). Como membros valiosos da Igreja Mãe, sua presença pessoalmente ou on-line é fundamental para a assembleia, e é grande a nossa expectativa de dar-lhes as boas-vindas. Convidamos a que enviem relatórios do campo à Secretária, mostrando como a luz do Cristo está brilhando em sua prática de cura e experiência de igreja. Envie por e-mail para atendimento@christianscience.com.

Portanto, vamos nos reunir no dia 8 de junho com o mesmo espírito daqueles que se reuniram na Galileia, vindos de muitas regiões, há tantos séculos.

Cordialmente,
A Diretoria da Ciência Cristã

EDITORIAL

Aleluia!

Lisa Rennie Sytsma

Não é que eles não soubessem. O livro de Lucas, na Bíblia, relata que, em pelo menos três ocasiões, Jesus havia revelado aos discípulos que seria preso, ridicularizado, espancado e crucificado — uma forma horrível de execução — mas garantiu-lhes que ressuscitaria ao terceiro dia.

Ele não dissera isso de passagem, em meio a outros assuntos. Em uma dessas ocasiões, ele lhes disse: “Fixai nos vossos ouvidos as seguintes palavras...” (Lucas 9:44). De um modo mais atual, ele estava dizendo: “Ouçam bem, é muito importante”. Outra dessas ocasiões deu-se após um momento grave, em que os discípulos reconheceram que a missão divina de Jesus era a de trazer luz e salvação à humanidade. No entanto, quando tudo o que ele havia predito aconteceu, e exatamente da maneira como, alguns dias antes, ele novamente dissera que aconteceria, ficou claro que os discípulos não haviam fixado em seus ouvidos as palavras de Jesus. Quando ele foi retirado da cruz e sepultado, em vez de os discípulos contarem os dias até a ressurreição, esconderam-se. E riram dos que disseram ter visto Jesus vivo no terceiro dia. Só depois que Jesus lhes apareceu pessoalmente é que finalmente acreditaram.

O fato de não acreditarem no que Jesus lhes havia dito mostra o quanto a mente humana resiste em aceitar o evangelho que Jesus veio ensinar e comprovar. Será que nós teríamos reagido de outra forma se

estivéssemos no lugar dos discípulos? Eles não tinham o Novo Testamento, ou seja, eles não sabiam como a história terminava. A forte reação de Pedro, em uma das ocasiões em que Jesus predisse o que aconteceria, mostra que aquilo que Jesus estava dizendo era muito chocante para eles: “...Tem compaixão de ti, Senhor; isso de modo algum te acontecerá” (Mateus 16:22). Porventura era justo o unguido de Deus passar pela experiência da crucificação? É difícil não sentir o mesmo que Pedro sentiu.

Contudo, de que outra forma a mensagem de Jesus sobre a plena salvação do homem poderia ser transmitida àqueles para quem a matéria parecia tão real quanto o Espírito, Deus? Jesus já vinha demonstrando que os filhos de Deus têm por reflexo a capacidade de demonstrar o poder divino, destruindo todo tipo de mal e vencendo a matéria. Ele havia curado enfermos, ressuscitado mortos, andado sobre as águas e se deslocado instantaneamente de um lugar para outro. Mas, até mesmo seus próprios discípulos ainda acreditavam que havia um limite para o domínio de Jesus sobre o mal e a matéria.

No entanto, não havia nenhuma limitação. Nunca tinha havido. Como Deus não é limitado, Seus filhos também não são. Os seguidores de Jesus, porém, precisavam ser totalmente despertados para esse fato. Para anular a resistência da mente humana, para provar sua irrealdade, Jesus permitiu que a soma total do mal e do ódio, direcionados a ele e à verdade que ele ensinava, fizesse o pior e se lançasse contra ele. E ele venceu tudo isso. Exatamente como havia dito que faria. Exatamente como ele sabia que podia. Essa compreensão provinha de sua convicção de que Deus é o único poder. Jesus afirmou isso até mesmo perante o representante do império romano, o qual estava prestes a condená-lo à crucificação (ver João 19:10, 11).

Foi essa poderosa demonstração que finalmente destruiu o medo dos discípulos de que poderia haver um limite para o poder de Deus e de que, no final, a matéria seria a vencedora. A Descobridora da Ciência Cristã, Mary Baker Eddy, escreve: “A ressurreição dele foi também a ressurreição deles. Ajudou-os a elevarem-se a si mesmos e aos outros da lerdade espiritual e da crença cega em Deus, até a percepção de possibilidades

infinitas” (*Ciência e Saúde com a Chave das Escrituras*, p. 34). Dissipadas as trevas e as dúvidas dos discípulos, estes logo deixaram de se esconder, fortalecidos para levar adiante, ousadamente, a mensagem de Jesus, ensinando, demonstrando e transmitindo essa mensagem para nós.

A mensagem da ressurreição ainda é verdadeira. Não somos mortais enredados em problemas mortais. Somos filhos da luz, filhos do Amor, amados pelo Amor que cuida de nós, que nos guarda e nos guia a todo instante.

Talvez nos sintamos enterrados em dúvidas e medo. Talvez estejamos convencidos de que a Ciência Cristã funciona para algumas coisas ou para algumas pessoas, mas não para outras, nem para nós. Se esse for o caso, podemos deixar que a ressurreição de Jesus seja também a nossa ressurreição, fortalecendo-nos para que elevemos a nós mesmos e a outros, de uma débil fé em Deus até a clara compreensão de que tudo é possível a Deus.

Ao reconhecer o sacrifício de Cristo Jesus, podemos lembrar que ele demonstrou publicamente e de maneira completa o domínio divino sobre a crença em qualquer poder separado de Deus. Não precisamos sofrer como Jesus, no sentido de ter de passar pela mesma experiência. Contudo, para participar de sua glória, precisamos viver como ele nos ensinou a viver, pensar como ele nos ensinou a pensar, agir como ele nos ensinou a agir. Podemos começar nas pequenas coisas, mas, à medida que colocarmos os ensinamentos de Jesus fielmente em prática, perceberemos que nós também podemos curar, podemos irradiar a luz da salvação sobre o mundo.

Aleluia! Nós sabemos as boas-novas!

Lisa Rennie Sytsma

Redatora-Adjunta

O ARAUTO DA CIÊNCIA CRISTÃ

REDATORA-CHEFE

ETHEL A. BAKER

REDADORES-ADJUNTOS

TONY LOBL

LARISSA SNOREK

LISA RENNIE SYTSMA

GERENTE DE OPERAÇÕES

PETER WHITMORE

GERENTE DE PRODUTO

GRAHAM THATCHER, KARINA BUMATAY

REDADORES

NANCY HUMPHREY CASE

SUSAN KERR

NANCY MULLEN

TESSA PARMENTER

CHERYL RANSON

ROYA SABRI

HEIDI KLEINSMITH SALTER

JULIA SCHUCK

JENNY SINATRA

SUZANNE SMEDLEY

LIZ BUTTERFIELD WALLINGFORD

GERENTE DE REDAÇÃO, CONTEÚDO PARA CRIANÇAS E JOVENS

JENNY SAWYER

PLANEJAMENTO E DESENVOLVIMENTO EDITORIAL

ANA PAULA CARRUBBA

COORDENADORA DE PRODUÇÃO EDITORIAL

GILLIAN A. LITCHFIELD

ESPECIALISTA EM PRODUÇÃO, CONTEÚDO ON-LINE

MATTHEW MCLEOD-WARRICK

GERENTE DE DESIGN E PROMOÇÃO

ERIC BASHOR

DESIGNER

CAROLINA VILCAPOMA

GERENTE DE PRODUÇÃO

BRENDUNT SCOTT

O ARAUTO É PUBLICADO PELA SOCIEDADE EDITORA DA CIÊNCIA CRISTÃ.