

# Imunidade ao contágio



**The Christian Science Publishing Society**

210 Massachusetts Avenue, Boston, Massachusetts 02115 USA

*“Amados Cientistas Cristãos, conservai vossa mente tão cheia da Verdade e do Amor, que o pecado, a doença e a morte nela não possam entrar. É claro que nada se pode acrescentar à mente que já está cheia. Não há porta pela qual o mal possa entrar, nem espaço que o mal possa ocupar na mente repleta do bem. ... E não só vós estais protegidos, mas também todos aqueles sobre os quais repousam vossos pensamentos, são dessa forma beneficiados.”*

*Mary Baker Eddy*

The First Church of Christ, Scientist, and Miscellany  
*[A Primeira Igreja de Cristo, Cientista, e Vários Escritos], p. 210*

## Índice

Nossas orações combatem a ameaça de contágio . . . 2	
<i>Kevin Graunke</i>	
A verdadeira saúde . . . . . 4	
<i>L. Ivimy Gwalter</i>	
Uma previsão não é palavra final . . . . . 7	
<i>Judith Hedrick</i>	
Não há classificação para as doenças . . . . . 9	
<i>Paul Stark Seeley</i>	
Erradicar a doença logo no início . . . . . 11	
<i>Bea Roegge</i>	

A logomarca da The Christian Science Publishing Society está registrada nos Estados Unidos da América e internacionalmente.

**Imunidade ao contágio | Free from Contagion**  
Edição em português | Portuguese Edition

Edição em português © 2020 The Christian Science Publishing Society  
Todos os direitos reservados. Para questões relacionadas a direitos autorais,  
escreva para [permissions@cspcs.com](mailto:permissions@cspcs.com).

A menos que esteja indicado, as passagens bíblicas são tomadas da Bíblia Sagrada,  
João Ferreira de Almeida, Revista e Atualizada, 2ª Edição, Sociedade Bíblica do Brasil.

# Nossas orações combatem a ameaça de contágio

“Só hoje! Vacinação gratuita contra a gripe!”

As coloridas flâmulas esvoaçando à brisa do final de outono pareciam surtir efeito. Muitos carros estavam parando diante de uma grande farmácia perto de nossa casa. Ao passar por ali, eu me dei conta de como é fácil aceitar que é natural, até inevitável, pegar doenças contagiosas, principalmente no inverno.

É importante assumir responsabilidade pela nossa saúde. Para muitas pessoas, tomar vacinas e remédios receitados pelos médicos é uma das maneiras de tratar dessa situação, e certamente eu respeito e apoio aqueles que fazem essa escolha. Mas, na minha própria experiência, constatei que, por meio da Ciência Cristã, é possível desafiar de modo constante o hábito de presumir que todo o mundo vai ter de ficar doente. Constatei também que isso produz saúde mais forte e duradoura. A oração que se apoia na compreensão espiritual a respeito de Deus sempre foi uma maneira confiável e eficaz de cuidar da minha saúde.

Como é que esse tipo de oração pode ajudar? Na minha própria experiência, vejo que essa oração nos torna cientes de uma perspectiva radicalmente diferente sobre nossa vida e sobre o mundo ao nosso redor. Essa perspectiva *espiritual* está fundamentada no reconhecimento de que Deus é a Vida divina, Ele é inteiramente bom e é a fonte de toda a harmonia. A Vida é todo o bem, somente pode causar o bem e manter a harmonia em toda a sua criação e, portanto, é a fonte da saúde, e não da doença, é a fonte da vitalidade, e não da vulnerabilidade. Ao compreender esse fato, temos bons efeitos na vida prática, como o de nos proteger do contágio.

Embora possamos habitualmente pensar na saúde como uma condição variável do corpo, ela é na realidade uma qualidade espiritual imutável, que tem origem em Deus e é permanente. A saúde é sustentada por Deus e mantida em cada um de nós em todas as circunstâncias e estações do ano. Podemos dar provas disso em nosso dia a dia de uma forma que nos permite perceber que a saúde, não a doença, é que é normal.

Podemos enfrentar o medo de “pegar” alguma doença ao nos apoiarmos firmemente não só naquilo que é verdade a respeito de Deus, mas

também em algumas verdades básicas sobre nós mesmos. Por exemplo: Deus, a Vida divina, nos fez à imagem da Vida, somos a própria expressão de tudo o que a Vida divina é. Portanto, como imagem da Vida que é Deus, jamais poderíamos sucumbir a ser menos do que a exata representação dessa perfeita Vida: espirituais e completos, seguros e cheios de vida, em todas as estações do ano.

Esse tipo de defesa, focalizada na oração, é algo que podemos elaborar diariamente, e assim todo o nosso conceito sobre a vida começa a mudar. Começamos a ver a nós mesmos à semelhança dessa Vida divina, ou seja, essencialmente espirituais e invulneráveis. Isso nos capacita a combater o medo de ficar doentes e a lutar contra as muitas alegações amplamente difundidas sobre o contágio. Permite-nos refutar de forma rápida e eficaz todos os detalhes sobre as doenças infecciosas que surgem, seja pelos noticiários, nas conversas no almoço ou pelas redes sociais, e mesmo aqueles que parecem vir dos nossos próprios pensamentos.

Isso é mais do que mero pensamento positivo. É o tipo de oração que Mary Baker Eddy, a Descobridora da Ciência Cristã, atribuiu a Cristo Jesus, dizendo que ele fazia “...profundos e conscienciosos protestos a favor da Verdade — da semelhança do homem com Deus e da unidade do homem com a Verdade e o Amor”.<sup>1</sup> As pessoas me perguntam se esse tipo de oração “profunda e conscienciosa” pode realmente dar resultado, tanto na prevenção quanto em como tratar o contágio. Com gratidão posso responder que sim, dá resultados, e vejo isso em minha própria vida.

Durante anos, muitas vezes eu ficava preocupado com a possibilidade de pegar um resfriado ou uma gripe durante o inverno e, às vezes, eu pegava. Mas, pelo aprofundamento de meus próprios “protestos da Verdade” e da compreensão obtida por meio da oração, consegui enfrentar esse medo e derrotar a sugestão de que o contágio é inevitável, ao ver e aceitar somente a perfeita criação de Deus, ou seja, somente Sua natureza como a Vida divina, expressa em vitalidade, saúde e liberdade. Quando compreendi mais sobre a onipotência de Deus, e sobre a impotência daquilo que é dessemelhante dEle, minhas preocupações sazonais e o surgimento dos sintomas de resfriado e gripe aos poucos se dissiparam, e me sinto animado com o fato de que

já faz alguns anos que não tenho nenhum sintoma de doença sazonal ou contagiosa.

Coincidência? Sorte? A evidência de uma “constituição saudável”? Realmente, vejo essa liberdade renovada como a confirmação e afirmação do fato espiritual de que nossa saúde e inteireza são mantidas por Deus.

O que nos impediria de reconhecer isso? Aprendi que é bom levar em consideração os elementos mentais que podem pesar contra nossa convicção de que a saúde é realmente nosso estado natural do existir. Uma dessas influências é o medo. Por exemplo, estar constantemente ouvindo os noticiários sobre doenças contagiosas pode provocar um frenesi de medo que de fato pode ter um impacto negativo sobre a saúde humana. *Ciência e Saúde* fala claramente sobre essa questão, quando diz: “O medo é a fonte da doença...”<sup>2</sup>

Em vista do fato de que hoje temos noticiários durante as 24 horas do dia, parece claro para mim que podemos ter um impacto positivo ao tomarmos uma “dose” diária da paz e do poder da clareza e da plenitude espirituais de cada pessoa. A oração pode nos elevar acima do redemoinho do medo, como também pode ser uma influência calma e sanadora em nossas comunidades.

Não importa quanto um contágio possa se espalhar, mesmo que esteja circundando o globo, nunca será mais poderoso do que a intacta presença da Vida divina, que a tudo cinge, envolvendo cada um de nós em sua segurança e cuidado. Nosso reconhecimento constante desse fato para todos, em toda parte, faz com que seja possível vermos, aqui e agora, a prova de que somente Deus de fato governa e sustenta nossa saúde.

*Kevin Graunke*

---

Publicado originalmente em inglês no site JSH-Online em 28 de janeiro de 2020, e depois na edição de 9 de março de 2020 do *Christian Science Sentinel*.

<sup>1</sup> Mary Baker Eddy, *Ciência e Saúde com a Chave das Escrituras*, p. 12.

<sup>2</sup> *Ibidem*, p. 391.

# A verdadeira saúde

*Nota da Redação: Este artigo, publicado originalmente em 1953, traz uma perspectiva ainda atual sobre ideias espirituais que continuam a proporcionar inspiração e cura.*

Um Cientista Cristão havia quase sempre gozado de boa saúde, o que ele atribuía à compreensão que tinha, graças à Ciência Cristã, de que Deus é a única Vida. Ele contava com isso, como fato inquestionável. Mas chegou um momento em que ele constatou que precisava estabelecer esse senso de saúde sobre a base segura da demonstração cristã e científica. As sugestões mentais agressivas lhe inundaram o pensamento: você está com a saúde abalada, você perdeu a saúde, talvez você não se recupere, e assim por diante. Ele se sentiu abençoado e reconfortado, quando lhe vieram estas palavras inspiradas de Isaías: “Quando o inimigo se aproximar como uma torrente, o Espírito do Senhor levantará um estandarte contra ele”.<sup>1</sup> E ele teve provas disso.

Mary Baker Eddy, a Descobridora e Fundadora da Ciência Cristã, escreve no livro-texto da Ciência Cristã, *Ciência e Saúde com a Chave das Escrituras*: “É necessário que, tanto a ilusão de saúde, quanto a ilusão de doença, sejam instruídas a sair de si mesmas, rumo à compreensão daquilo que constitui a saúde; pois uma mudança na crença de saúde, ou na crença de doença, afeta as condições físicas”.<sup>2</sup> Uma crença em saúde baseada na ilusão de que a saúde seja uma condição física é tão instável e irreal quanto a crença em doença, pois ambas são construídas nas areias da variabilidade humana e não têm fundamento na Verdade.

O que é então a saúde, e onde pode ser encontrada? A Ciência Cristã revela que a saúde é uma condição da Mente, de Deus, o Espírito, não da matéria. Portanto, a saúde científica é espiritual, uma emanção de Deus, encontrada quando se compreende o que Deus é, e ela existe totalmente à parte das condições hipotéticas da matéria. A saúde se associa com a santidade. As palavras saúde, santo e inteiro, em inglês *health, holy e whole*, provêm da mesma formação etimológica de origem anglo-saxônica.

Cristo Jesus exemplificou a natureza espiritual da saúde. Com natural singeleza, os Evangelhos relatam que multidões foram curadas por meio do terno tratamento dado pelo grande Médico.

A palavra dele rompia o mesmerismo e libertava o cativo. Ao homem que ele curou de paralisia, ele disse: “...Homem, estão perdoados os teus pecados”<sup>3</sup>, mostrando que a verdadeira saúde está associada à santidade, e não é meramente a ausência de algo que escraviza fisicamente. Jesus demonstrou que a lei de Deus é a lei do Amor, não uma lei que castiga. Ele não admitia realidade em nenhuma outra lei que se apresentasse como capaz de desafiar a lei divina. Ele não aceitava nenhuma evidência dos sentidos físicos, mas as refutava fundamentado no fato de que elas são dessemelhantes de Deus, portanto ilegítimas e falsas. Ele sabia que Deus é o único poder, que Ele é o bem e, por isso, incapaz de enviar o mal e de vivenciar o mal. Portanto, Jesus sabia que Deus não é o autor da doença. Àqueles que seguiam estritamente seus ensinamentos e que se tornaram seus discípulos, ele prometeu: “...conhecereis a verdade, e a verdade vos libertará”.<sup>4</sup>

Jesus jamais entrou em acordo com o erro. Ele nunca aplicou remédios materiais. Ele provou que a saúde está sempre presente e para sempre intacta, pronta para ser revelada por meio da compreensão de Deus.

A Sra. Eddy define “saúde” desta maneira, em *Miscellaneous Writings 1883–1896*: “A verdadeira consciência é a verdadeira saúde”.<sup>5</sup> Vamos examinar essa afirmação e ver para onde ela nos leva. Visto que Deus é a Mente, existe apenas uma Mente, portanto só pode existir uma consciência, a saber, a consciência que a Mente tem de Si mesma. A consciência não pode conhecer nem vivenciar aquilo que é dessemelhante de Deus, porque Deus não conhece e não vivencia nada além de Si mesmo. A Sra. Eddy diz em *Ciência e Saúde*: “O homem e seu Criador estão correlacionados na Ciência divina, e a consciência real só tem conhecimento das coisas de Deus”.<sup>6</sup> Nada existe que esteja fora da infinidade. A consciência, portanto, é infinita; é a consciência que a Mente tem de Sua própria existência, como a Vida, a Alma, o Espírito, o Princípio, a Verdade e o Amor. Assim sendo, a verdadeira consciência, a verdadeira saúde, é a consciência que Deus tem de Si mesmo, refletida na harmonia de Sua criação — a consciência de Deus ou Sua vivência da Vida ilimitada, sem começo e sem fim; da beleza transcendente da Alma, que nunca foi desfigurada por nenhum defeito ou mácula; da energia vibrante

do Espírito, da invariabilidade do Princípio, a substância da Verdade, o bem-estar do Amor.

A saúde não pode oscilar. O homem é a manifestação da saúde, tão inseparável da saúde como ele é inseparável de Deus. Não se pode perder a saúde, assim como não se pode perder a Deus. A saúde é incorruptível, inesgotável e completa. Não pode se desfazer, nunca pode se transformar em doença e nunca pode ser contaminada. O existir do homem, o reflexo do existir de Deus, não contém veneno, é sem defeito, sem dor, tem plena força e liberdade de ação. O existir é o ritmo da Alma; portanto, toda função do existir é normal, não inclui dor, não faz esforço, é constante. O existir é incapaz de sofrer devido a uma congestão ou parada, de sofrer alguma inflamação ou de deteriorar. Não há obstrução na saúde porque não há obstrução na consciência. Não há paralisia, porque a Mente, a consciência, é movimento perpétuo. “A verdadeira consciência é a verdadeira saúde.”

A saúde não é inerente a um corpo físico; não é controlada por leis físicas, não é formada pela crença na hereditariedade. A saúde é a expressão da harmonia de Deus. O homem não tem saúde à parte de Deus; portanto, Deus é responsável pela saúde do homem. Além disso, visto que só existe uma consciência, então só existe um tipo de saúde, que é sempre saúde completa, é sempre boa saúde. Não existe saúde parcial, porque não existe consciência parcial, não existe Mente parcial. Não há gradações de saúde; a Mente, a Vida, a cada momento se expressa de maneira completa. Não há deterioração, não há decomposição na Mente. A consciência nunca sofre um lapso que a torna inconsciente; a saúde nunca sofre um lapso que a transforma em doença.

A saúde nunca fica estagnada; nunca envelhece; nunca se desgasta; nunca está localizada em algum ponto; a saúde é infinita. Não há mais saúde em um lugar do que em outro. A saúde não está sujeita às condições atmosféricas, à temperatura, à altitude. O clima não tem nada a ver com a saúde.

Visto que a saúde é infinita, ela é universal. A saúde, sendo também infinita, nunca foi perdida; portanto, ela não precisa ser recuperada. A saúde nunca é incerta. O homem não depende da saúde para ser eficiente; sendo dependente apenas de Deus, o homem manifesta a saúde que Deus expressa. Porque o homem reflete a infinidade, ele

nunca é vítima da exaustão. As capacidades ilimitadas da Vida nunca se desgastam, nunca ficam em frangalhos, nunca ficam lentas. O homem não pode apresentar mau funcionamento, pois isso jamais ocorre com Deus; o homem nunca está prostrado, porque a Mente, sua Mente ou consciência, é perpetuamente ativa, perpetuamente inteligente, perpetuamente livre e expressa perpetuamente a vivacidade da Alma.

A saúde não é algo sobre o que se possa formular teorias; ela é um fato espiritual que exige ser demonstrado. A Sra. Eddy mostra que a base de toda doença é o medo, a ignorância, ou o pecado.<sup>7</sup> Cristo Jesus deu provas disso, o que fica claro quando estudamos suas obras de cura. Todas as condições errôneas são o resultado da educação falsa. Assim, certas doenças são consideradas contagiosas, outras, fatais. Em todos os casos, a mente mortal determina como a doença vai se manifestar e pronuncia a sentença condenatória, enquanto que a Mente única, pura, infinita, é o remédio sempre disponível. O que Deus sabe nada tem a ver com doenças curáveis ou incuráveis. O que Deus sabe a respeito do homem não é que ele precise de cura. Deus se regozija perpetuamente em Sua própria e irrestrita expressão do bem.

Uma menina que era Cientista Cristã estava aprendendo na Escola Dominical da Ciência Cristã sobre a suave naturalidade do bem. Um dia foi visitar uma amiga que não era Cientista Cristã. A mãe da amiguinha abriu a porta e prontamente enviou a visitante de volta para casa, dizendo que ela poderia ficar doente se entrasse, pois sua filhinha estava doente. Com uma lógica simples, a Cientista Cristã depois comentou com a própria mãe: “Mas, mamãe, se a Alice está doente e eu estou bem, por que é que eu vou ficar doente por causa dela? Por que é que ela não pode sarar pelo fato de eu estar bem? Depois de muitos anos, já adulta, constatou que o artigo da Sra. Eddy intitulado “Contágio” em *Miscellaneous Writings* apresenta esse mesmo raciocínio.<sup>8</sup>

O fundamento seguro para a saúde é o fato inquebrantável de que Deus e o homem são um só no existir, assim como a Mente e sua ideia. A Mente sem a ideia seria uma não-entidade; a ideia sem a Mente seria uma impossibilidade. Portanto, uma ideia não tem existência separada da Mente; ela nunca sai da Mente; ela não tem substância que não seja a Mente, não tem entidade nem ego separado da Mente. Seria tão impossível para a

Mente pura dar origem a uma ideia impura, como seria impossível para a Mente pura manter em Si mesma uma ideia capaz de manifestar corrupção ou contaminação. Assim sendo, a saúde é inerente à ideia de Deus, uma ideia que está eternamente emanando a beleza da Alma e a santidade do

Amor. A consciência que Deus tem de Sua própria totalidade é a única consciência verdadeira, e essa consciência verdadeira é a verdadeira saúde, a saúde para sempre intacta.

*L. Ivimy Gwalter*

---

Publicado originalmente na edição de julho de 1953 do *The Christian Science Journal*.

<sup>1</sup> Isaías 59:19, conforme a Bíblia em inglês, versão *King James*

<sup>2</sup> Mary Baker Eddy, *Ciência e Saúde com a Chave das Escrituras*, p. 297

<sup>3</sup> Lucas 5:20

<sup>4</sup> João 8:32

<sup>5</sup> Mary Baker Eddy, *Miscellaneous Writings 1883–1896* [Escritos Diversos 1883–1896], p. 298

<sup>6</sup> *Ciência e Saúde*, p. 276

<sup>7</sup> Ver *Ciência e Saúde*, p. 411

<sup>8</sup> Ver *Miscellaneous Writings*, p. 229

# Uma previsão não é palavra final

Diariamente podemos nos deparar com todo tipo de previsões sobre nossa saúde, carreira e bem-estar em geral, como também previsões sobre o clima, a economia e o governo. Mas aprendi na Ciência Cristã que, em vez de nos sentirmos presos a uma previsão, podemos buscar em Cristo “uma palavra profética mais segura”, como uma luz que brilha nos lugares tenebrosos do medo humano, revelando a amorosa provisão de Deus para todos.

Uma previsão é material tanto em sua origem como em seu alcance, quando baseada no conhecimento obtido a partir de uma perspectiva material, ao invés de ter base em Deus, o Espírito, que é Tudo. A pessoa que faz previsões compara dados físicos atuais com os padrões do passado, determina uma gama de resultados possíveis e escolhe aquele que parece mais provável. Por mais científica que uma previsão possa parecer, a premissa é fundamentalmente imprecisa, visto que a observação e as leis materiais não tocam os fatos espirituais quanto ao existir.

Uma profecia, no entanto, é espiritual tanto na origem como no alcance. Ela surge de um fato que é real, surge de uma revelação da Verdade divina. Na segunda epístola de Pedro, lemos: “Temos, também, uma palavra profética mais segura, à qual fazeis bem em atendê-la, como a uma luz que brilha em lugar tenebroso, até que o dia clareie e a estrela da alva nasça em vosso coração, ... porque nunca qualquer profecia foi dada por vontade humana; entretanto, homens santos falaram da parte de Deus, movidos pelo Espírito Santo”.<sup>1</sup>

Os profetas, tais como Moisés, Elias, Eliseu e Isaías, e o mais importante de todos, Cristo Jesus, o Profeta da Galileia, eram movidos pelo Espírito divino. Não era a crença mortal nem o senso material que inspirava suas percepções. Mary Baker Eddy, a Descobridora e Fundadora da Ciência Cristã, escreveu: “Os antigos profetas obtinham sua antevisão a partir de um ponto de vista incorpóreo, espiritual, e não por pressagiarem o mal e confundirem o fato com a ficção — o que seria predizer o futuro com base na corporalidade e na crença humana”.<sup>2</sup>

Um ponto de vista espiritual nos revela a verdade daquilo que está acontecendo agora e eternamente. É a luz da Verdade divina, mediante

a qual a humanidade se liberta do erro do sentido físico que se manifesta em doença, pecado, sofrimento e morte. A definição da palavra “profeta” em *Ciência e Saúde* é: “Aquele que vê espiritualmente; desaparecimento do senso material ante os fatos conscientes da Verdade espiritual”.<sup>3</sup>

O Evangelho de Marcos, na Bíblia, inclui um relato em que uma previsão apoiada na matéria é apresentada em contraste com uma profecia espiritualmente fundamentada. Certa vez, quando Jesus e seus discípulos estavam atravessando o mar da Galileia, levantou-se um grande temporal. Com a violência das ondas, o barco começou a encher-se de água. Jesus estava dormindo. Os discípulos, assustados, o despertaram, prevendo um desastre, prevendo que eles iam perder o barco e a vida. Eles eram pescadores experientes. Essa previsão se apoiava na experiência que eles tinham. Eles sabiam enfrentar a fúria das tempestades e das condições físicas.

Jesus, no entanto, não aceitou essa previsão: “E ele, despertando, repreendeu o vento e disse ao mar: Acalma-te, emudece! O vento se aquietou, e fez-se grande bonança. Então, lhes disse: Por que sois assim tímidos?! Como é que não tendes fé?”<sup>4</sup> Jesus tinha plena confiança no poder da Verdade, e compreendia que esse poder tinha capacidade para dissolver a fábula material e revelar a harmonia sempre presente. A tempestade se dissipou.

Quando nos deparamos com uma previsão terrível, o que podemos fazer? Podemos nos voltar ao Cristo, a Verdade, e assim discernir a verdade espiritual e agir como profetas espirituais. Podemos “despertar”. Jesus demonstrou que o movimento necessário era o movimento do pensamento individual, que estava despertando da materialidade e discernindo o Espírito. Quando confrontado por uma tempestade, Jesus despertou. Ele elevou o pensamento a Deus. Podemos nos voltar ao Cristo e à Ciência Cristã para discernir os fatos espirituais que revelam a presença e o poder de Deus.

À medida que nos tornamos cientes da realidade espiritual, podemos naturalmente repreender o erro, negá-lo, negar o mal, seguindo o exemplo de Jesus quando ele repreendeu o vento. Deus, o bem, sendo Tudo-em-tudo, o mal não tem lugar, direito, nem poder. Conhecer a verdade reduz o medo ao silêncio e destrói o erro. Quando Jesus falou ao mar,



ele estava em realidade se dirigindo ao pensamento humano assustado. Então o mar se acalmou.

O pensamento profético é transformador, tal como o amanhecer. É a palavra espiritual dada pelo Espírito Santo, ou seja, a Ciência divina, o discernimento do fato espiritual. Sob essa luz, as tempestades materiais são acalmadas. Tal profecia é a provisão de Deus para a cura e a salvação nos dias de hoje.

Uns dois anos depois que terminei a faculdade, fiquei muito doente. Um médico especialista me examinou. Seu diagnóstico foi de que eu estava com hepatite e me colocou em quarentena. Sua previsão foi de que eu precisava ficar em repouso, de dois a seis meses, para me restabelecer.

Meus pais me convidaram a voltar para casa durante a quarentena. Fiquei grata pela ajuda deles nesse momento difícil. No final da primeira semana, eu piorei muito. O pensamento de que eu ficaria assim durante muitas semanas era muito angustiante.

Nesse momento de necessidade, comecei a orar. Eu havia sido criada na Ciência Cristã, mas, durante vários anos, não dera muita atenção a ela. Nessa altura, recorri ativamente a Deus. Uma coisa que lembrei da época em que eu frequentava a Escola Dominical da Ciência Cristã, foi que, quando estamos em dificuldades, podemos deixar de observar o quadro material e aferrar-nos firmemente a Deus, mantendo nosso pensamento na Verdade e no Amor.

Eu sabia que essa orientação vinha de Deus. Eu me dei conta de que, se eu pudesse me aferrar

a uma clara verdade espiritual e compreendê-la mais profundamente, meu pensamento seria elevado acima da imagem agressiva de doença, e assim eu me libertaria. Compreendi então que eu podia ser libertada ao aprender mais a respeito da realidade espiritual que a Ciência Cristã explica.

Parecia que eu não tinha clareza mental e meus pensamentos estavam muito confusos, mas eu sentia o Cristo, que me guiava para o fato de que Deus é a Mente perfeita, a Mente única. Não havia nenhuma mente falsa, mortal, confusa. Mantive essa verdade no pensamento, durante todo aquele dia. Isso me elevou acima da névoa material até a luz da Verdade e do Amor divino. Foi um momento sagrado para mim.

Na manhã seguinte, todos os sintomas haviam desaparecido. Dois dias mais tarde, fui ao hospital local para fazer o exame necessário. O médico disse que eu estava bem e me deu alta da quarentena. A previsão de uma doença longa foi invalidada pela Verdade divina.

Em vez de aceitar automaticamente as previsões, podemos parar um momento e lembrar que uma previsão não é palavra final. É simplesmente uma crença a respeito da nossa saúde, da economia ou, até mesmo, do clima. A fim de obter uma palavra profética mais segura, ou seja, a realidade espiritual, que é o fato real a respeito do que está acontecendo, temos de nos afastar do senso material e volver-nos para o Espírito divino. Podemos buscar em Cristo a luz que brilha nas trevas e revela a presença do bem, da saúde e da harmonia.

*Judith Hedrick*

---

Publicado originalmente na edição de 14 de agosto de 2017 do *Christian Science Sentinel*.

<sup>1</sup> 2 Pedro 1:19, 21, conforme a Bíblia em inglês, versão *King James*

<sup>2</sup> Mary Baker Eddy, *Ciência e Saúde com a Chave das Escrituras*, p. 84

<sup>3</sup> *Ibidem*, p. 593

<sup>4</sup> Marcos 4:39-40

# Não há classificação para as doenças

*Nota da Redação: Este artigo, publicado originalmente em 1946, traz uma perspectiva ainda atual sobre ideias espirituais que continuam a proporcionar inspiração e cura.*

Por que algumas fases do pecado e da doença parecem, às vezes, mais persistentes e difíceis de superar do que outras? Seria o mal realmente capaz de injetar mais poder e tenacidade em um câncer do que em uma cólica? Essa é uma de suas alegações, mas não está apoiada em nenhuma lei da Verdade.

Em um parágrafo do livro-texto da Ciência Cristã, *Ciência e Saúde com a Chave das Escrituras*, sob o título marginal “As doenças não devem ser classificadas”, Mary Baker Eddy diz: “Uma doença não é mais real do que outra”.<sup>1</sup> No homem, um problema de coração não é mais real do que uma urticária, o reumatismo não é mais real do que o raquitismo nem é a artrite mais real do que a asma. A alegação da mesma mente mortal maligna de que ela possa classificar seus próprios conceitos mentirosos, chamando alguns de moderados e pouco temíveis, e outros de graves e muito perigosos, tem de ser vista como uma mentira a respeito de mentiras. Mas a mentira de uma falsa classificação não tem o poder de elevar a mentira de qualquer doença ou pecado acima do nível morto da fictícia mente maligna que a originou.

A publicidade persistente, martelando nos ouvidos das pessoas que determinado produto transformará a velhice em juventude, ou que algum outro produto satisfará todos os desejos dos mortais, tem às vezes enganado temporariamente a muitos e garantido um volume de vendas para o produto anunciado. De forma semelhante, a mente mortal autoassertiva, por meio da sugestão persistente, educa falsamente os mortais a acreditar que alguns de seus produtos são como monstruosos Golias sob a forma de doença, ou são verdadeiras sanguessugas sob a forma de pecado. Se algum mortal consentir em aceitar declarações fraudulentas de anunciantes como se fossem verdades, ele ficará exposto às consequências. Se algum mortal consentir em aceitar a falsa avaliação e classificação da mente mortal de suas próprias crenças, ele abre a porta para o sofrimento que delas provém.

Os mortais passam a ter medo dos nomes dados a algumas doenças porque outros mortais

também os temem. Todos os israelitas, exceto Davi, tiveram medo de Golias. Por quê? Porque aceitaram a avaliação inflada que ele tinha de si mesmo. Acreditaram que ele tinha a força e o poder que alegava ter. Mas Davi não aceitou o mal com sua fictícia avaliação a respeito de si mesmo. Por que não? Porque ele sabia que todo o poder real pertence a Deus, o bem universal, e que aqueles que confiam nele mais do que temem o mal podem destemidamente enfrentar e superar a fanfarronice do mal com as forças de Deus.

A mente mortal, a fonte de todo mau pensamento e conceito material, lança mão de vários meios para inflar seus conceitos maléficos. Procura estabelecer e generalizar entre os mortais uma determinada crença com relação a algumas doenças, crença essa frequentemente iniciada e apoiada pela opinião médica. Chega ao ponto de considerar a doença curável ou incurável, o que significa apenas que, do seu ponto de vista totalmente material, não vê nenhum modo de efetuar a cura.

A Ciência Cristã ajuda enormemente seus estudantes a compreender a simples verdade de que Deus, a Mente infinitamente boa e a única causa real, não cria nem conhece nenhuma doença, nenhum pecado. Uma vez que nada pode ser real exceto o que é causado por Deus, *nenhuma* doença — seja ela classificada pela mente mortal como simples, intermediária ou grave — pode ser real, pois Deus, o bem, não causa nenhuma doença. Quando compreendemos que o mal, em sua totalidade, está inteiramente fora da Mente infinita, Deus, então começamos a ver como é impossível que qualquer um de seus tentáculos rompa a infinitude de Deus e ameace ou aflija o homem, que é o reflexo de Deus.

A mente material talvez engane os mortais, fazendo-os acreditar que é correta sua alegação de que certas doenças sejam mais graves e, portanto, mais temíveis do que outras. Talvez diga ao ouvido que lhe dá atenção: “Lembre-se de que sua tia Eliza e seu tio Horácio sofreram e morreram com essa doença”. Ou talvez venha com o argumento: “As estatísticas médicas mostram que esta doença é uma das piores. Conte quantos amigos seus faleceram devido a essa doença e você verá que há bons motivos para ter medo”. Tal é a propaganda falsa e enganosa do mal.

O Cientista Cristão rebate essas mentiras com perguntas, tais como: O mal, chamado doença ou pecado, alguma vez foi reconhecido ou causado por Deus, a inteligência infinita? Não. Será que algum membro da eterna família de Deus, composta de filhos dEle, ou ideias, alguma vez tenha sido afligido ou tenha morrido? Não. Porventura não é verdade que toda a realidade é Deus, a Mente infinita, com Seu universo de ideias que jamais podem ser afligidas? Sim. O que devo fazer então para me elevar acima do mesmerismo dessas sugestões malignas? Eu devo usar minha capacidade, dada por Deus, de conhecer a Ele, o Tudo-em-tudo, bem como conhecer o fato de que o homem, individual e coletivamente, é unido a Ele, é um com Ele.

É a mente mortal que defende, de forma tão agressiva, o prestígio do pecado e da doença. Seus argumentos são pensamentos e sensações materiais. A quem são eles dirigidos? Somente àquilo que lhe dá crédito e a teme, isto é, a um estado negativo de pensamento que a própria mente mortal concebeu.

Devemos compreender que em Deus e em Seu reino universal, sempre presente, não há

nenhuma mente mortal, nenhuma personalidade mortal que dê atenção, tema, ou seja afetada pela mentira diabólica de que o homem seja um mortal vulnerável. Lembremo-nos daquilo que Deus faz saber eternamente a cada um de Seus filhos: que absolutamente nenhum aspecto do erro pode penetrar na universalidade todo-abrangente de Deus. Ali, a Vida divina e suas manifestações habitam em segurança, agora e eternamente, a salvo e sem ter conhecimento de qualquer fase da crença material, independentemente da classificação dada pelo pensamento que não conhece a Deus nem Sua ideia.

Não há nenhum condicionante, nenhuma exceção, na promessa das Escrituras: “Enviou-lhes a sua palavra, e os sarou, e os livrou do que lhes era mortal”.<sup>2</sup> Não existe realmente nenhuma classificação para a doença ou para o pecado, exceto a linha de demarcação que a compreensão espiritual estabelece eternamente entre a Verdade e todo o erro. Isso revela que para Deus, e para o homem de Sua criação, não há nenhuma doença ou pecado de qualquer tipo ou grau, porque Deus é Tudo-em-tudo.

*Paul Stark Seeley*

---

Publicado originalmente na edição de 5 de outubro de 1946 do *Christian Science Sentinel*.

<sup>1</sup> Mary Baker Eddy, *Ciência e Saúde com a Chave das Escrituras*, p. 176

<sup>2</sup> Salmos 107:20

# Erradicar a doença logo no início

Provavelmente a maioria concorda que a doença é algo anormal, e não o estado natural do corpo. As pessoas também concordarão que a doença pode ser prevenida, embora possamos ter opiniões muito diferentes quanto aos métodos de prevenção.

Aqueles que se apoiam somente na oração, como é ensinada na Ciência Cristã, para impedir que a doença se desenvolva no corpo, sabem que precisam estar alerta ao que permitem entrar na própria consciência. Eles percebem que a doença, ou qualquer tipo de desarmonia, frequentemente se manifesta como uma sugestão mental. Também compreendem que não é preciso muita argumentação para que uma sugestão seja acolhida, pois com frequência ela se infiltra facilmente no pensamento e é aceita sem que a pessoa perceba. Sugestões sobre nosso bem-estar físico são constantemente despejadas no pensamento. Algumas são deliberadamente disseminadas para interferir na salvadora missão de cura da Ciência Cristã. Outras são conclusões de teorias e práticas médicas, ou não passam de superstição. Seja qual for sua origem, essas sugestões ficam à espreita até serem aceitas imperceptivelmente.

É necessário estar mentalmente alerta para não se deixar influenciar por essas sugestões. Muitos têm constatado que é útil seguir a orientação deste artigo do *Manual da Igreja Mãe*, o qual diz, em parte: “Será dever de todo membro desta Igreja defender-se diariamente de sugestões mentais agressivas...”,<sup>1</sup> e continua de modo a ressaltar que tais sugestões podem nos fazer esquecer ou negligenciar as boas obras que a Ciência Cristã nos capacita a fazer em prol dos outros.

Preenchendo diariamente o pensamento com a verdade a respeito do bem e da natureza infinita de Deus, nós nos defendemos de tais intrusões mentais, e isso nos possibilita detectar uma sugestão pelo que ela é. Não importa quão agressiva possa parecer determinada profecia sobre a iminência do mal, ela não é um fato a respeito do qual devemos fazer alguma coisa, nem é sintoma de “algo”. Seja a profecia seja o sintoma nunca passam de um erro mental e precisam ser eliminados do pensamento. Temos de estar alerta para compreender que uma disfunção do corpo com frequência representa simplesmente um pensamento insidioso ou uma imagem mental, talvez

provenientes das notícias do momento, dos anúncios publicitários ou de alguém que nos conta seus problemas de saúde.

Pode ser que o pensamento de doença comece assim: “Sinto dor nas costas”. Reconheça que essa é uma sugestão, e não um estado real do corpo, e então lhe fechará a porta, ao invés de permitir que continue se desenvolvendo no pensamento. Você pode se dar conta de que o desconforto não é natural e pode rechaçá-lo com a convicção de que não há nenhuma verdade sustentando a dor, e que esta não precisa ser aceita como real. Além disso, você pode compreender que o desconforto não tem história e não implica em uma ameaça de doença e sofrimento contínuo ou crescente. Ainda que queiram chamar a atenção, a dor ou o mal-estar realmente não passam de sugestões e não possuem a realidade e o valor duradouro da verdade espiritual.

A Bíblia explica que Deus criou tudo, e que Ele viu tudo o que tinha feito e “...eis que era muito bom”.<sup>2</sup> Essa é a realidade do nosso existir, agora e sempre. Nossa verdadeira identidade, ou corpo, é espiritual e bom. Portanto, tudo o que é dessemelhante do bem não é um fato do existir, mas sim uma sugestão errônea. Deus nos deu a autoridade e a capacidade de eliminá-la de nosso pensamento e de nossa experiência.

Inspirada por suas descobertas espirituais, Mary Baker Eddy escreveu: “A transmissão da doença ou de certas idiossincrasias da mente mortal seria impossível se este grandioso fato a respeito do existir fosse compreendido — isto é, que nada de desarmonioso pode invadir o existir, pois a Vida é Deus”.<sup>3</sup> A necessidade básica é estar alerta para que nada de desarmonioso possa penetrar no corpo (que apenas manifesta nosso estado de pensamento), quer a sugestão venha como uma propensão hereditária a determinada doença, ou como algo que ouvimos em conversas ou no noticiário.

Em minha prática da cura pela Ciência Cristã, pelo menos uma vez por semana alguém me diz: “Sinto uma dor aqui...”, e então indica o local em que sente a dor. A pessoa continua, afirmando: “Devo ter contraído...”, e em seguida menciona uma doença em particular. Nesse momento, considero importante reconhecer que qualquer

condição desarmoniosa a mim relatada é uma sugestão, e não um sintoma. Como *Ciência e Saúde* explica: “O ato de descrever a doença — seus sintomas, sua localização e a probabilidade de ser fatal — não é científico”.<sup>4</sup> Jamais podemos deixar penetrar em nosso raciocínio algo que não seja científico.

Pode ser instrutivo ouvir alguém, que não tem nenhum conhecimento de teorias médicas, descrever o que está sentindo como sintoma de determinada doença. É instrutivo porque me ajuda a perceber que a doença não é científica, não segue um padrão e não precisa ser aceita como um estado da realidade, mesmo que as teorias atuais talvez afirmem isso. Qualquer sinal ou sugestão de desarmonia é uma ilusão, e tratar a desarmonia como uma ilusão capacita o sanador a não permitir que a sugestão assuma o *status* de sintoma. Assim sendo, a Ciência Cristã provou ser tão eficaz para prevenir a doença como para curá-la.

Nem sempre é fácil livrar-se das “crenças de doença”, se elas tiverem penetrado no pensamento e exercido influência sobre o corpo. Obviamente, é muito melhor montar guarda e não admitir tais crenças logo no início. Mas, quer a crença na doença esteja arraigada ou esteja simplesmente batendo à porta do pensamento para ser aceita, ela pode ser, e por fim será, reconhecida pelo que é, ou seja, uma mentira a respeito da criação pura e perfeita de Deus.

Ainda que a crença na doença possa ser fomentada pelo desejo de lucro na venda de remédios ou de alguma outra forma de tratamento, com frequência a motivação é menos egoísta, contudo é igualmente prejudicial. Muitas vezes, avisos amistosos sobre o risco de contrair determinada doença contribui para propagá-la. Em um breve artigo intitulado “Contágio”, a Sra. Eddy fez a seguinte observação: “Flutuando na correnteza popular do pensamento mortal, sem questionar a confiabilidade de suas conclusões, nós fazemos o que os outros fazem, acreditamos no que os outros acreditam e dizemos o que os outros dizem. O consentimento geral é contagioso e torna

contagiosa a doença”. O artigo termina assim: “Um estado mental cristão e calmo é prevenção melhor contra o contágio do que uma droga ou qualquer outro eventual método de cura; e o ‘perfeito Amor’ que ‘lança fora o medo’ é defesa segura”.<sup>5</sup>

Conforme muitos leitores dos periódicos da Ciência Cristã já constataram, a melhor defesa é estar sempre tão consciente da bondade onipresente de Deus que, de maneira instintiva, rechaçamos toda sugestão de desarmonia, reconhecendo-a como a mentira que é, antes de aceitá-la no pensamento.

Reivindicar mentalmente, logo no começo do dia, que não existe nada em nós que responda ou corresponda a alguma sugestão ou argumento do erro desmascara as sugestões antes que se fixem em nosso pensamento. O modo verdadeiro e científico de pensar não acata meras sugestões, sob nenhuma forma, mas as expulsa; e certamente não dá consentimento a sugestões ou argumentos falaciosos, dizendo: “É assim que eu sou”, pois desse modo a pessoa se identificaria com o erro.

É uma alegria saber que podemos deter a doença em qualquer estágio de desenvolvimento; ela não tem de seguir um curso predeterminado. Já tive, e conheço outras pessoas que tiveram, curas instantâneas, quando a doença foi reconhecida pelo que é, ou seja, uma mentira sobre o real estado de saúde, que é normal na verdadeira identidade de cada um. De certa forma, toda cura pela Ciência Cristã é instantânea, visto que ocorre no momento em que a sugestão da doença deixa de ser erroneamente confundida com a verdade.

Toda vez em que compreendemos que a perfeição é a condição real e eterna de toda a criação, estamos imunizando nossa consciência contra todo tipo de sugestão. Ao erradicar a doença logo no início, abrimos o caminho para que a saúde floresça plena e ininterruptamente, para nós e para os outros.

Bea Roegge

---

Publicado originalmente na edição de setembro de 2009 do *The Christian Science Journal*.

<sup>1</sup> Mary Baker Eddy, *Manual da Igreja Mãe*, p. 42

<sup>2</sup> Gênesis 1:31

<sup>3</sup> Mary Baker Eddy, *Ciência e Saúde com a Chave das Escrituras*, p. 228

<sup>4</sup> *Ibidem*, p. 79

<sup>5</sup> Mary Baker Eddy, *Miscellaneous Writings 1883–1896* [Escritos Diversos 1883–1896], pp. 228–229