



Presidente Dieter F. Uchtdorf
Segundo Conselheiro na Primeira Presidência

Gratos em Quaisquer Circunstâncias

Acaso não temos motivo para encher-nos de gratidão, sejam quais forem as circunstâncias em que nos encontrarmos?

Ao longo dos anos, tive a sagrada oportunidade de conhecer muitas pessoas cujo sofrimento parecia penetrar-lhes os recônditos da alma. Nesses momentos, ouvi meus amados irmãos e irmãs e me angustiei com eles por seus fardos. Ponderei o que dizer-lhes e foi-me difícil saber como consolá-los e dar-lhes alento em suas provações.

Com frequência, o sofrimento deles decorria de algo que lhes parecia ser um ponto final. Alguns se veem diante do fim de um terno relacionamento, como a morte de um ente querido ou a alienação de um membro da família. Outros sentem que chegaram ao fim da esperança — a esperança de casar-se, de ter filhos ou de vencer uma doença. Outros podem estar encarando o fim de sua fé, quando vozes conflitantes e desorientadoras do mundo os tentam a questionar, ou até a abandonar o que antes sabiam ser verdade.

Cedo ou tarde, creio que todos vivenciamos momentos em que a própria essência de nosso mundo se desfaz, deixando-nos solitários, frustrados e sem rumo.

Isso pode acontecer com qualquer pessoa. Ninguém está imune.

Podemos Ser Gratos

Cada pessoa passa por uma situação diferente, e os detalhes de cada vida são ímpares. Mesmo assim, descobri que há algo que afasta a amargura que pode vir a surgir em nossa vida. Há uma coisa que podemos fazer para tornar a vida mais agradável, mais alegre e até gloriosa.

Podemos ser gratos!

Pode soar contrário à sabedoria do mundo sugerir que alguém que esteja sobrecarregado de tristeza deva agradecer a Deus. Mas aqueles que põem de lado a jarra de amargura e erguem a taça da gratidão podem encontrar uma bebida purificadora de cura, paz e compreensão.

Como discípulos de Cristo, recebemos o mandamento de “[agradecer] ao Senhor [nosso] Deus em todas as coisas”,¹ “[cantar] ao Senhor em ação de graças”² e “[ter] o [nosso] coração cheio de agradecimento a Deus”.³

Por que Deus ordena que sejamos gratos?

Todos os Seus mandamentos são dados para disponibilizar-nos bênçãos. Os mandamentos são oportunidades de exercer nosso arbítrio e receber bênçãos. Nosso amoroso Pai Celestial sabe que a decisão de desenvolver um espírito de gratidão nos proporciona a verdadeira alegria e grande felicidade.

Ser Gratos por Coisas

Mas alguns podem dizer: “*Pelo que devo ser grato se meu mundo está desmoronando?*”

Talvez o enfoque em coisas *pelas quais* somos gratos seja uma abordagem errada. É difícil desenvolver um espírito de gratidão se essa nossa gratidão for somente proporcional ao número de bênçãos que podemos contar. Sem dúvida, é importante “contar as nossas bênçãos” com frequência — e todos os que tentaram fazer isso sabem que elas são muitas —, mas não creio que o Senhor espera que sejamos menos gratos nos momentos de provação do que nos momentos de abundância e tranquilidade. Na verdade, a maioria das referências das







escrituras não fala de gratidão *por* coisas, mas sugere um espírito ou atitude de gratidão.

É fácil ser grato *por* coisas quando a vida parece estar a nosso favor. Mas, e naqueles momentos em que as coisas que desejamos parecem estar muito fora de nosso alcance?

Sugiro que vejamos a gratidão como uma disposição, um modo de vida que independe de nossa situação atual. Em outras palavras, estou sugerindo que, em vez de sermos “gratos *por* coisas”, devemos concentrar-nos em ser “gratos *em* nossas circunstâncias” — sejam elas quais forem.

Há aquela velha história do garçom que perguntou ao cliente se ele havia gostado da refeição. O cliente respondeu que tudo estava ótimo, mas teria sido ainda melhor se tivesse sido servido mais pão. No dia seguinte, quando o homem voltou, o garçom dobrou a quantidade de pão, dando-lhe quatro fatias em vez de duas, mas ainda assim o homem não ficou contente. No dia seguinte, o garçom dobrou o pão novamente, sem sucesso.

No quarto dia, o garçom estava realmente determinado a deixar o

homem contente. Então, ele pegou um pão de 3 metros de comprimento, partiu-o ao meio e, com um sorriso, serviu-o ao cliente. O garçom mal podia esperar para ver qual seria a reação do homem.

Depois da refeição, o homem ergueu o rosto e disse: “Muito bom, como sempre. Mas você voltou a me servir apenas duas fatias de pão”.

Ser Gratos em Nossas Circunstâncias

Queridos irmãos e irmãs, a escolha é nossa. Podemos decidir limitar nossa gratidão com base nas bênçãos que achamos que nos faltam. Ou podemos decidir ser como Néfi, cujo coração agradecido jamais fraquejou. Quando seus irmãos o amarraram ao navio — que ele havia construído para levá-los à terra da promessa —, seus calcanhares e punhos ficaram bastante feridos, de modo que “estavam muito inchados e doloridos”, e uma violenta tempestade ameaçava tragá-lo para as profundezas do mar. “Não obstante”, disse Néfi, “voltei-me para Deus e louvei-o todo o dia; e não murmurei contra o Senhor por causa de minhas aflições”.⁴

Podemos decidir ser como Jó,

então perdeu tudo. Ainda assim, Jó respondeu, dizendo: “Nu saí do ventre de minha mãe e nu tornarei; (...) o Senhor o deu, e o Senhor o tomou: bendito seja o nome do Senhor”.⁵

Podemos decidir ser como os pioneiros mórmons, que mantiveram um espírito de gratidão em sua lenta e dolorosa jornada até o Grande Lago Salgado, chegando até a cantar, dançar e gloriar-se na bondade de Deus.⁶ Muitos de nós teríamos ficado inclinados a isolar-nos, a reclamar e a angustiar-nos com as dificuldades da jornada.

Podemos decidir ser como o Profeta Joseph Smith que, quando estava preso em condições lastimáveis na Cadeia de Liberty, escreveu estas palavras inspiradas: “Amados irmãos, façamos alegremente todas as coisas que estiverem a nosso alcance; e depois aguardemos, com extrema segurança, para ver a salvação de Deus e a revelação de seu braço”.⁷

Podemos decidir ser gratos, não importa o que aconteça.

Esse tipo de gratidão transcende tudo o que esteja acontecendo a nosso redor. Sobrepuja o desânimo, a frustração e o desespero. Floresce lindamente

tanto na gelada paisagem de inverno quanto no agradável calor do verão.

Se formos gratos a Deus *em* nossas circunstâncias, podemos vivenciar uma doce paz, em meio à tribulação. Mesmo na aflição, podemos elevar nosso coração em louvor. Na dor, podemos gloriar-nos na Expição de Cristo. No frio da amarga tristeza, podemos sentir a proximidade e o calor do abraço do céu.

Às vezes, achamos que ser gratos é algo que fazemos *depois* que nossos problemas forem solucionados, mas que visão terrivelmente limitada é essa! Perdemos muito na vida por esperarmos ver o arco-íris antes de agradecermos a Deus pela chuva.

Ser gratos em momentos de aflição *não* significa que estejamos contentes com nossa situação. Significa, *sim*, que pelos olhos da fé olhamos para além de nossas dificuldades atuais.

Essa não é uma gratidão dos lábios, mas da alma. É uma gratidão que cura o coração e expande a mente.



Raymond, Alberta, Canadá



A Gratidão Como Ato de Fé

Ser gratos *em* nossas circunstâncias é um ato de fé em Deus. Exige que confiemos em Deus e esperemos coisas que talvez não vejamos, mas que são verdadeiras.⁸ Ao sermos gratos, seguimos o exemplo de nosso amado Salvador, que disse: “Não se faça a minha vontade, mas a tua”.⁹

A verdadeira gratidão é uma expressão de esperança e testemunho. Advém do reconhecimento de que nem sempre compreendemos as provações da vida, mas confiamos que um dia compreenderemos.

Em qualquer circunstância, nosso senso de gratidão é nutrido pelas muitas e sagradas verdades que *já* conhecemos: que nosso Pai deu o grande plano de felicidade a Seus filhos; que graças à Expição de Seu Filho Jesus Cristo podemos viver para sempre com nossos entes queridos; que no final teremos um corpo glorioso, perfeito e imortal, livre de enfermidades e deficiências; e que nossas lágrimas de tristeza e perda serão substituídas por uma abundância de felicidade e alegria, “boa medida, recalcada, sacudida e transbordando”.¹⁰

Deve ter sido esse tipo de testemunho que transformou os apóstolos do Salvador, que antes eram homens

cheios de temores e dúvidas, em felizes emissários do Mestre. Nas horas que se seguiram a Sua crucificação, eles estavam consumidos pelo desespero e pela dor, incapazes de compreender o que acabara de acontecer. Mas um evento mudou tudo isso. O Senhor lhes apareceu e declarou: “Vede as minhas mãos e os meus pés, que sou eu mesmo”.¹¹

Quando os apóstolos reconheceram o Cristo ressuscitado — quando vivenciaram a gloriosa Ressurreição de seu amado Salvador —, eles se tornaram homens diferentes. Nada poderia impedi-los de cumprir sua missão. Aceitaram com coragem e determinação a tortura, a humilhação e até a morte que lhes adviria por causa de seu testemunho.¹² Não seriam impedidos de louvar e de servir ao seu Senhor. Mudaram a vida de pessoas de toda parte. Mudaram o mundo.

Não precisamos ver o Salvador, como os apóstolos viram, para vivenciar essa mesma transformação. Nosso testemunho de Cristo, proveniente do Espírito Santo, pode ajudar-nos a ver além dos finais decepcionantes da mortalidade e a enxergar o futuro brilhante que o Redentor do mundo preparou.

Não Fomos Feitos para Finais

À luz do que sabemos sobre nosso destino eterno, é de se admirar que seja onde for que encontremos os amargos finais da vida, eles nos pareçam inaceitáveis? Parece haver algo dentro de nós que resiste aos finais.

Por que isso acontece? Porque somos feitos da matéria da eternidade. Somos seres eternos, filhos do Deus Todo-Poderoso, cujo nome é Infinito¹³ e que nos promete bênçãos eternas. Os finais não são o nosso destino.

Quanto mais aprendemos sobre o evangelho de Jesus Cristo, mais nos damos conta de que os finais aqui da mortalidade não são finais, de modo algum. São meras interrupções — pausas temporárias que um dia parecerão pequenas, em comparação com a alegria eterna reservada para os fiéis.

Sou imensamente grato a meu Pai Celestial porque em Seu plano não há finais verdadeiros, apenas inícios eternos.

Aqueles Que São Gratos Serão Glorificados

Irmãos e irmãs, acaso não temos motivo para encher-nos de gratidão, sejam quais forem as circunstâncias em que nos encontremos?

Acaso precisamos de maior motivo para ter nosso coração “cheio de agradecimento a Deus”?¹⁴

“Não temos, portanto, motivo para regozijar-nos?”¹⁵

Seremos imensamente abençoados se reconhecermos a obra da mão de Deus no maravilhoso tapete da vida! A gratidão a nosso Pai Celestial amplia nossa percepção e clareia nossa visão. Inspira humildade e

promove empatia por nossos semelhantes e por todas as criações de Deus. A gratidão é um grande catalisador de todos os atributos cristãos! Um coração grato é a fonte de todas as virtudes.¹⁶

O Senhor prometeu: “E aquele que receber todas as coisas com gratidão será *glorificado*; e as coisas desta Terra ser-lhe-ão acrescentadas, mesmo centuplicadas, sim, mais”.¹⁷

“Que [vivamos] rendendo graças diariamente”¹⁸ — especialmente nos finais aparentemente inexplicáveis que fazem parte da mortalidade. Façamos com que nossa alma cresça em gratidão por nosso misericordioso Pai Celestial. Ergamos sempre e constantemente a voz e demonstremos por palavras e atos a nossa gratidão a nosso Pai Celestial e a Seu Amado Filho, Jesus Cristo. Oro por isso e deixo-lhes meu testemunho e minha bênção, em nome de nosso Mestre, Jesus Cristo. Amém. ■

NOTAS

1. Doutrina e Convênios 59:7; ver também Efésios 5:20; I Tessalonicenses 5:18; Mosias 26:39; Alma 7:23; Doutrina e Convênios 98:1.
2. Salmos 147:7.
3. Alma 37:37.
4. Ver 1 Néfi 18:10–16.
5. Jó 1:21.
6. Para exemplos de pioneiros que mantiveram uma atitude otimista apesar de intensas dificuldades, ver Andrew D. Olsen, *The Price We Paid: The Extraordinary Story of the Willie and Martin Handcart Pioneers*, 2006, pp. 10, 366–367.
7. Doutrina e Convênios 123:17.
8. Ver Alma 32:21.
9. Lucas 22:42.
10. Lucas 6:38.
11. Lucas 24:39.
12. Ver Romanos 5:3; II Coríntios 4:17; 12:10.
13. Ver Moisés 1:3.
14. Alma 37:37.
15. Alma 26:13.
16. Ver Marcus Tullius Cicero, *Oratio Pro Cnaeo Plancio*, XXXIII, seção 80; citado em “Live in Thanksgiving Daily,” Joseph B. Wirthlin, *Ensign*, setembro de 2001, p. 8.
17. Doutrina e Convênios 78:19; grifo do autor.
18. Alma 34:38.

