

Exercitando-se para a piedade

Versículos-chave: “Discipline-se com o propósito de alcançar a piedade, pois o exercício físico traz pouco benefício, mas a piedade é útil para todas as coisas, pois tem promessa para a vida presente e também para a vida futura.”
1 Timóteo 4:7,8

Escritura selecionada:
1 Timóteo 4:7-16

Na primeira carta de Paulo a Timóteo, o apóstolo o chama de “meu filho na fé” (1 Timóteo 1:1,2). Há evidências de que Timóteo não tinha confiança quando Paulo o chamou pela primeira vez para entrar no ministério. O apóstolo posteriormente o lembrou da fé demonstrada por sua mãe e avó, e que ele não se submetesse ao “espírito de temor” (2 Timóteo 1:5-7). Noutra ocasião, Paulo pediu aos coríntios que não intimidassem a Timóteo quando fossem visitados por ele, demonstrando estar ciente da sua possível insegurança (1 Coríntios 16:10). Na nossa passagem bíblica selecionada, o apóstolo exorta Timóteo: “Ninguém despreze a tua mocidade” (1 Timóteo 4:12). Embora de natureza pessoal, o incentivo de Paulo a Timóteo pode ser aplicado a cada membro da igreja.

Em nossos versículos-chave, Paulo incentiva Timóteo a considerar o contraste entre o exercício

físico e a piedade. Uma tradução diz: “O treinamento físico tem algum valor, mas a piedade tem valor para todas as coisas trazendo promessas tanto para a vida presente quanto para a vida futura”. Muitos estudos têm mostrado os benefícios psicológicos do exercício, incluindo a redução dos sintomas de depressão e ansiedade, dos níveis de estresse e o aumento da autoestima e da confiança. Paulo não descarta o exercício físico como uma perda de tempo, mas o elogia como algo que tem valor. Em outra parte, o apóstolo afirma que nosso corpo é o templo do Espírito Santo dado por Deus e comprado com o precioso sangue de Cristo. Devemos, portanto, glorificar a Deus, mantendo-nos em forma para o seu serviço. 1 Coríntios 6:19,20

Tendo reconhecido o valor prático do exercício físico, Paulo imediatamente enfatiza a superioridade do exercício da “piedade”. Ele lembra Timóteo das suas obrigações pastorais, não porque ele as tenha esquecido ou negligenciado, mas para incentivá-lo a continuar assim. Ele diz a Timóteo para instruir a igreja a recusar e rejeitar todos os ensinamentos profanos e míticos e exortá-la ao exercício da verdadeira piedade. Ele deve incentivar os irmãos a reconhecerem a fidelidade de Deus e verem a aceitabilidade da mensagem divina. Timóteo deve lembrar aos crentes o privilégio de trabalhar e sofrer reprovação por causa de Cristo. Ele deve ensiná-los a “confiar no Deus vivo, que é o Salvador de todos os homens”. 1 Timóteo 4:7-10

Paulo diz ao jovem Timóteo para “ser um exemplo para os crentes” (1 Timóteo 4:12). As suas palavras, conduta, amor, espírito, fé e pureza devem ser um exemplo, não somente em discursos públicos, mas

também nos seus afazeres diários. Este exemplo deve começar interiormente, em seu coração e mente. Então, as graças internas de seu caráter cristão devem se manifestar externamente em sua fala, conduta e ações. Paulo conclui sua exortação a Timóteo, dizendo: “Até que eu vá, dedique-se à leitura, ... à doutrina. Não negligencie o dom que há em você, ... Medite nessas coisas; dedique-se totalmente a elas.” 1 Timóteo 4:13-15

O chamado e a fidelidade de todo cristão repousam nos princípios da “justiça e verdadeira santidade” (Efésios 4:24). Os crentes são chamados a refletir o caráter de Deus: “Como aquele que vos chamou é santo, sede também vós santos em toda a vossa maneira de viver.” 1 Pedro 1:15 ■