



Muitas vezes, quando termino de pregar a mensagem “De Onde Vem o Meu Valor?”, espontaneamente, a igreja começa a cantar a música de Armando Filho, *Você Tem Valor*.

Neste livro, cuja origem é anterior a essa música, procuro mostrar, baseado na Bíblia, esse valor que Deus atribui e concede ao ser humano – expressão máxima de sua criação, objeto de seu amor. O valor do homem é destacado pelo preço que Jesus pagou na cruz para nos resgatar – o seu precioso sangue e a sua vida.

À voz do compositor, uno a minha para dizer:  
“Eu venho falar do valor que você tem”.



# Índice

1. Uma Pessoa de Valor ♦ 09
  2. O que Define Nosso Valor? ♦ 17
  3. Deus nos Concede Valor Imensurável! ♦ 29
  4. Buscando a Opinião de Outros ♦ 41
  5. Uma Vida Digna de se Viver ♦ 49
  6. Rejeitados ou Redimidos? ♦ 61
  7. Jesus, Nosso Salvador e Nossa Vida! ♦ 75
  8. Você Aceita Jesus; Jesus Aceita Você! ♦ 85
  9. Livres da Culpa e do Ressentimento ♦ 95
  10. Deus Não Desiste de Você ♦ 107
  11. Deus se Lembra de Nós e nos Toma nas Mãos ♦ 117
  12. Derrotando Pensamentos Negativos ♦ 131
  13. Não Seja Vítima do Roubo de Identidade Espiritual! ♦ 141
  14. Não Desista. Não Reclame. Deus Está Operando ♦ 149
- Notas ♦ 159



## CAPÍTULO 1

# Uma Pessoa de Valor

*O que importa não é a imagem, mas o conteúdo!*

**C**erta vez, o famoso poeta escocês Robert Burns estava assentado na igreja atrás de uma senhora muito bem vestida. Ele estava admirando o chapéu que ela usava, cheio de laços e fitas adornadas. Entretanto, sua opinião sobre aquela mulher mudou repentinamente. O poeta viu um piolho caminhando pelo chapéu e entrando no cabelo dela. Aquela dama orgulhosa não tinha ideia de que ela e o piolho se tornariam protagonistas do poema mais citado de Burns. Esse texto famoso compara nossa opinião sobre nós mesmos com o conceito que supostamente os demais têm a nosso respeito. O trecho mais conhecido da poesia é o seguinte:

*Quem nos dera um Poder Ilimitado nos concedesse  
A capacidade de nos ver como os outros nos veem!<sup>1</sup>*

Como enxergamos a nós mesmos? Por acaso nosso autoconceito é elevado demais? ou baixo demais? Por acaso somos orgulhosos? ou humildes? No que nos baseamos para fazer esse tipo de julgamento? Que escala utilizamos para avaliar a nós mesmos e aos outros?



## O QUE NOS CONCEDE VALOR?

Alguns anos atrás, mandei imprimir uma centena de cartões para distribuir às pessoas com quem me encontrava. A mensagem no cartão dizia: “O que nos concede valor?”, e o texto começava com as seguintes perguntas:

Você já se sentiu desvalorizado, desesperado, impotente, rejeitado, isolado, desprotegido?  
Já cometeu erros, teve maus momentos,  
e ficou se perguntando que diferença sua vida pode fazer?

Recebi respostas bastante surpreendentes da parte de operadores de caixa, garçonetes, estudantes, viajantes, amigos – qualquer um que separasse alguns instantes para ler meu cartão. Na maioria das vezes, a resposta foi “sim”, significando que, até certo ponto, as pessoas admitiam ter uma autoimagem negativa. Muitas vezes ouvi respostas do tipo: “Esse texto descreve minha vida perfeitamente!” Alguém afirmou: “Essa descrição combina com 110% da população mundial!”

Se você carrega uma baixa autoestima – ainda que apenas parte do tempo – tem muito mais em comum com as pessoas ao seu redor do que imagina. Sejamos sinceros. Muitos de nós se sentem culpados e pensam não ter a aparência ideal, um desempenho aceitável ou serem merecedores de aprovação por si mesmos e pelos outros.

Talvez isso não seja tão grave se ocorrer apenas de vez

em quando. Todavia, caso se sinta pouco atraente, indigno ou insignificante a maior parte do tempo, precisa se convencer de que esses sentimentos simplesmente não refletem a verdade! Eles podem ser resultado:

- ◆ de opiniões negativas de outras pessoas;
- ◆ de situações traumáticas da infância;
- ◆ de comparações desfavoráveis com outras pessoas;
- ◆ de um erro do qual se envergonha;
- ◆ da falta de amigos e de familiares que lhe deem apoio.

Contudo, esses sentimentos simplesmente não representam seu verdadeiro valor!

Viver duvidando de sua dignidade pessoal não é saudável. Sentimentos, pensamentos e atitudes negativas podem ser bastante nocivos e autodestrutivos.



## CARACTERÍSTICAS DA BAIXA AUTOESTIMA

### **Sensação de abandono**

- ◆ Sinto-me sozinho e desprotegido.
- ◆ Não acredito que as pessoas realmente se importem comigo.
- ◆ Às vezes, sinto que Deus não me ama.

### **Sensação de vergonha**

- ◆ Há algo muito errado comigo.
- ◆ Eu deveria ter nascido diferente.
- ◆ Ninguém deveria confiar em mim; nem eu confio em mim mesmo.

### **Sensação de dependência**

- ◆ As pessoas deveriam me fazer sentir melhor.
- ◆ Preciso, e mereço, a ajuda de outras pessoas.

### **Sensação de temor**

- ◆ Provavelmente algo muito ruim acontecerá comigo.
- ◆ Não posso revelar às pessoas como sou realmente.
- ◆ Se os outros me conhecessem de verdade, não gostariam de mim.

### **Sensação de inutilidade**

- ◆ Ninguém precisa de mim.
- ◆ Ninguém deseja estar perto de mim.
- ◆ Sinto muito por ter me tornado uma pessoa tão ruim.

### **Sensação de desespero**

- ◆ Não há solução para mim.
- ◆ Meus fracassos sempre se repetirão.
- ◆ Quero morrer.

Certamente, esse tipo de disposição mental não é o que Deus deseja para nós!



## **VOCÊ TEM MAIS VALOR DO QUE IMAGINA**

Permita-me afirmar – com base na maior autoridade existente – que você tem um valor mais elevado do que pode imaginar. Incomparavelmente mais elevado! Você encontrará significado e satisfação na vida quando se der conta de que Deus o criou e tem um propósito especial para sua existência. O Senhor perdoa seus erros, o livra das consequências ruins e o capacita a desfrutar a vida que ele planejou para você. Ele lhe concede um valor especial. Você pode aprender a valorizar isso, tomar posse dessa realidade e seguir adiante com confiança e satisfação.

Algumas pessoas acham que o nível de conhecimento, a prosperidade e as vantagens que desfrutamos atualmente deveriam nos proporcionar uma sensação mais intensa de digni-

dade. No entanto, aparentemente, a era tecnológica tem feito com que as pessoas se sintam cada vez menos importantes.

- ◆ Uma mulher solteira afirma que se sentiria melhor se tivesse um homem que a desejasse – pelos motivos corretos.
- ◆ Uma senhora casada admite que sua incapacidade de ter filhos faz com que se sinta menos mulher.
- ◆ Uma mulher de meia-idade pensa que o trabalho de sua vida consistiu em cuidar dos filhos. Agora que cresceram, ela se pergunta: “Para que eu sirvo?”
- ◆ Um adolescente afirma que gostaria mais de si mesmo se fosse convidado a participar das atividades dos garotos populares da escola.
- ◆ Uma mulher obesa confessa: “Quanto mais eu engordo, mais insignificante me sinto”.
- ◆ Um marido bastante talentoso, porém desempregado, preferiria que sua esposa não fosse a atual responsável por sustentar a família.
- ◆ Um executivo usa as roupas ideais, dirige o carro ideal e mora numa casa ideal, mas vive se perguntando se é apreciado pelas pessoas, se sua vida realmente tem significado para mais alguém.

A maioria das pessoas se sente desvalorizada e rejeitada pelas demais, e eis a ironia: muitos alcançariam a aceitação que desejam se conseguissem valorizar a si próprios! Por que tantas pessoas se sentem indignas? Por que é tão fácil nos tornarmos deprimidos e negativos? Em quais mentiras a nosso respeito temos acreditado? O que devemos ter, fazer ou ser para nos sentirmos mais valorizados e felizes? De onde vem nosso senso de dignidade? Como podemos alcançá-lo? O que fizemos para perdê-lo? E se o perdemos, como agir para recuperá-lo?



## VOCÊ PODE ESTAR SE AVALIANDO COM BASE NOS MODELOS ERRADOS.

Por acaso é um visual atraente ou um corpo atlético que nos concede valor? Todos somos bastante pressionados para termos o visual correto. Ouvimos com frequência a mensagem não tão sutil de que o melhor nesta vida está separado para os belos de aparência. Devemos fazer algumas perguntas a respeito de nosso valor pessoal:

- ◆ Tem origem em nossa aparência?
- ◆ Depende de uma inteligência superior e da capacidade de nos mostrarmos confiantes e capazes?
- ◆ Envolve nossa posição social e a inclusão em determinado grupo?
- ◆ Ele está relacionado com dinheiro e nossa capacidade de adquirir os bens mais cobiçados?
- ◆ A quem ou a que padrão pensamos ter de nos adequar?

A mensagem transmitida pela sociedade afirma que o que mais importa é o estilo e não o conteúdo, ou como diz meu amigo Tony Hedrick: “Eles dizem que o que vale mesmo é o barulho da carne fritando e não o gosto do bife”. O que importa é ter uma aparência interessante e atraente em vez de sermos autênticos. E apesar do estímulo para sermos nós mesmos (como se fosse possível nos transformarmos em outra pessoa), somos bombardeados com ideias massacrantes, que exigem que nos aperfeiçoemos e apresentemos a imagem que a maioria considera a mais desejável e valorosa.

Está na hora de mudarmos o modo como nos avaliamos. Temos dado ouvidos às pessoas e aos conceitos errados com relação ao que nos concede valor.

Permita-me dizer já de início. O objetivo deste livro não é fazer com que você se sinta ou pareça melhor. Sentimentos são bastante volúveis. Eles mudam de acordo com as circunstâncias e com o modo como reagimos a eles. O que desejo compartilhar é o gozo e a satisfação inabaláveis que apenas Deus pode nos conceder quando aprendemos a nos aceitar da maneira como ele nos fez e permitimos que termine a boa obra que começou em nós.

Desejo ajudá-lo a enxergar a si próprio por um novo ponto de vista – a perspectiva divina!

Peço que continue esta leitura e medite numa pergunta bastante importante...