

■ A Christian Science perspective on daily life ■

An outstretched hand

THE OUTSTRETCHED hand caught my eye immediately. I'd fallen on the sidewalk, having tripped on a curb. A hand was there, ready to help. Then, a warm smile and, "Are you OK?"

I was OK. I'd fallen on my hands and knees, and I was fine. But I loved seeing that hand reaching toward me. The woman helped me up, made sure I was all right, and we both went on our way.

As I remembered this incident during the next few days, it became a symbol of the significance of helping one another. In the grand scheme of things, such help may often seem small, but at the moment it's needed, it can feel very significant.

One of my most meaningful lessons in how to help others came at the end of a

week-long improvisational music workshop. At that final gathering, we each had the opportunity to perform for the other participants. A woman who was much more experienced and accomplished than I – a piano teacher who attended the workshop in order to learn new teaching techniques – invited me to improvise a piano duet with her. I'd actually been quite happy as part of the audience, watching the other students perform. My piano skills were elementary, and my confidence was low.

When she asked, though, it was almost as if she'd taken me by the hand and led me to the piano. As I plunked out a melody, she played a lovely accompaniment. Hearing that accompaniment to my melody moved me to tears. She was helping my music be beautiful – helping me play my song.

Her gesture spoke to me in a deep and significant way. At that moment she was helping me with music. But the lasting impact of that experience related to much more. I took away with me the lesson that we are each here to help one another "play our songs" – live our lives to the fullest, be the individuals whom God made us to be.

I love to think of God as the ultimate helper. This includes understanding Him as the source of all help, wherever it may come from.

To me this means that the motivation one feels to aid someone is inspired by the divine helper. So the help that's given is, in a sense, God's help – divine Love's provision.

A passage from the Bible sheds light on this idea. It talks about comfort – and since help often includes comfort or has a comforting effect, this message speaks to me of help. It says that God "comforts us in all our troubles, so that we in turn may be able to comfort others in any trouble of theirs and to share with them the consolation we ourselves receive from God" (II Cor. 1:3, 4, New English Bible). So receiving help or comfort from God is what actually enables us to help one another. It all comes from the same source.

My experience at the music workshop has become a touchstone for me over the years, and since that time I've often needed to recommit myself to a life that helps others "play their song." I've realized more recently that the best way I can help is through playing my own song – living in a way that glorifies God and lets my distinct God-created individuality shine. This is what will enable any of us to help others in a meaningful and needful way. And the help we give, whatever form it takes – from extending a hand to a stranger who has fallen to comforting a friend who's feeling down – is evidence of God's care for each one of us.

GOD: THE ULTIMATE HELPER.

*Behold, God is mine helper:
the Lord is with them
that uphold my soul.*

Psalms 54:4



Get a FREE copy of the
Christian Science Sentinel, a
magazine of practical spirituality.

CHRISTIAN SCIENCE
Sentinel

Get a FREE copy!

www.cssentinel.com

A Portuguese translation of today's article on Christian Science

A perspectiva da Ciência Cristã para o seu dia-a-dia

A mão estendida

Aquela mão estendida foi a primeira coisa que imediatamente atraiu meu olhar. Havia caído na calçada, ao tropeçar no meio-fio. Mas, ali estava aquela mão, pronta para ajudar. Em seguida, um sorriso amável e a pergunta: "Você está bem?"

Sim, eu estava bem. Havia caído sobre minhas mãos e joelhos, mas não me machucara. Contudo, gostei de ver aquela mão estendida em minha direção. A mulher ajudou-me a levantar, certificou-se de que tudo estava bem comigo e ambas seguimos nossos caminhos.

Lembrei-me tanto desse incidente nos dias seguintes, que, para mim, acabou se tornando um símbolo da importância de nos ajudarmos uns aos outros. Muitas vezes, no plano geral das coisas, tal ajuda talvez pareça pequena, mas, no momento em que é necessária, pode ser muito significativa.

Uma das lições mais importantes de como ajudar os outros, surgiu no final de um seminário de uma semana de duração, sobre improvisação musical. Ao término do encontro, cada um de nós teve a oportunidade de se apresentar para os outros participantes. Uma mulher, que era muito mais experiente e talentosa do que eu, ou seja, uma professora de piano que participara do seminário a fim de aprender novas técnicas de ensino, convidou-me para improvisar um dueto com ela ao piano. Eu ficara realmente muito feliz por fazer parte do público, assistindo à apresentação dos outros alunos. Entretanto, minha competência técnica ao piano era muito elementar e minha autoconfiança igualmente muito pequena.

Entretanto, quando ela me convidou, foi quase como se me tivesse tomado pela mão e me guiado até ao piano. Quando comecei a tocar a melodia, de forma um tanto estridente, ela improvisou um lindo acompanhamento. Quando ouvi aquele acompanhamento para minha melodia, fiquei comovida até às lágrimas. Ela estava ajudando a transformar minha música em algo belo, ou seja, ajudando-me a tocar minha canção.

Seu gesto calou fundo em mim e de um modo significativo. Naquele momento, ela estava me ajudando com a música. Contudo, o impacto duradouro dessa experiência significou muito mais. Trouxe comigo a lição de que cada um de nós está aqui para nos ajudarmos uns aos outros a "tocar nossas canções", a vivenciar nossa vida ao máximo, a sermos exatamente aquelas pessoas que Deus nos criou para ser.

Gosto muito de pensar em Deus

como o ajudador fundamental. Isso inclui compreendê-Lo como a fonte de toda ajuda, venha de onde vier. Para mim, isso significa que a motivação que sentimos de ajudar alguém é inspirada pelo divino provedor de toda ajuda. Portanto, a ajuda que nos é dada, é, em certo sentido, a ajuda de Deus, a provisão do Amor divino.

Uma passagem da Bíblia lança mais luz sobre essa idéia, pois fala especificamente sobre ajuda. Ela diz que Deus é "o Deus de quem todos recebem ajuda! Ele nos auxilia em todas as nossas aflições para podermos ajudar os que têm as mesmas aflições que nós temos. E nós damos aos outros a mesma ajuda que recebemos de Deus" (2 Coríntios 1:3, 4 Nova Tradução na Linguagem de Hoje). Portanto, receber ajuda de Deus é o que realmente nos capacita a ajudarmos uns aos outros. Tudo provém da mesma fonte.

Ao longo dos anos, minha experiência naquele seminário de música tornou-se uma referência para mim, e, desde aquela época, tenho frequentemente necessitado reconsagrar-me a uma vida dedicada a ajudar os outros a "tocar suas canções". Compreendi também, mais recentemente, que a melhor forma de ajudar é tocando minha própria canção, ou seja, viver de maneira a glorificar a Deus e permitir que minha individualidade específica, criada por Deus, brilhe. Isso é o que capacitará qualquer um de nós a ajudar os outros, de uma maneira significativa e necessária. Conseqüentemente, a ajuda que dermos, qualquer que seja sua forma, desde estender a mão a um estranho que tenha caído, até consolar um amigo que se sinta prostrado, se constitui em evidência do cuidado que Deus tem com cada um de nós.

*Eis que Deus é o meu ajudador,
o Senhor é quem
me sustenta a vida.*

Salmo 54:4

Ciência e Saúde com o Chave das Escrituras de Mary Baker Eddy, é encontrado em inglês e em mais 16 idiomas, inclusive o português. Todas as traduções contêm o texto em inglês ao lado de cada página. Pode-se adquirir *Ciência e Saúde* e demais publicações da Ciência Cristã, nas Salas de Leitura da Ciência Cristã espalhadas pelo mundo todo. Atendemos também pelo correio; escrever para The Christian Science Publishing Society, P.O. Box 1875, Boston, MA 02117-1875 E.U.A.