

2022  
LIVRO DE  
RECURSOS



Igreja Adventista  
do Sétimo Dia  
MINISTÉRIO DA FAMÍLIA

**EU VOU** COM MINHA FAMÍLIA:

# **RESILIÊNCIA FAMILIAR**

**WILLIE & ELAINE OLIVER**



Igreja Adventista  
do Sétimo Dia®  
MINISTÉRIO DA FAMÍLIA

*EU VOU COM MINHA FAMÍLIA:*  
**RESILIÊNCIA**  
**FAMILIAR**

*WILLIE & ELAINE OLIVER*

---

ALINA BALTAZAR, STEPHEN BAUER, KATELYN CAMPBELL WEAKLEY,  
CLAUDIO AND PAMELA CONSUEGRA, KAREN HOLFORD, TAMYRA HORST,  
ROBERTO IANNÒ, DAWN JACOBSON-VENN, S. JOSEPH KIDDER,  
GEOFFREY MBWANA, JULIAN MELGOSA, JARED MILLER, KATIE MILLER,  
TANYA MUGANDA, ERICK PENA, INGRID WEISS SLIKKERS



REVIEW AND HERALD® PUBLISHING ASSOCIATION  
Since 1861 | [www.reviewandherald.com](http://www.reviewandherald.com)



# Igreja Adventista do Sétimo Dia®

MINISTÉRIO DA FAMÍLIA

Copyright © 2021 by Review and Herald® Publishing Association

Publicado no Inglês por Review and Herald® Publishing Association  
Impresso nos Estados Unidos da América  
Todos os direitos reservados

Editores: Willie e Elaine Oliver  
Editor chefe: Dawn Jacobson-Venn  
Assistente Editorial: Karen Miranda  
Design e Formatação: Daniel Taípe  
Recurso de design de capa: Franz Wogerer / via Getty Images  
Versão em português: Divisão Sul-Americana | Techne Soluções On-Line (atendimento@techne-solucoes.com)

Os autores assumem total responsabilidade pela exatidão de todos os fatos e citações citados neste livro.

#### Colaboradores:

Alina Baltazar, Stephen Bauer, Katelyn Campbell Weakley, Claudio e Pamela Consuegra, Karen Holford, Tamyra Horst, Roberto Iannò, Dawn Jacobson-Venn, S. Joseph Kidder, Geoffrey Mbwana, Julian Melgosa, Jared Miller, Katie Miller, Tanya Muganda, Erick Pena, Ingrid Weiss Slikkers

#### Outros Livros de Recursos do Ministério da Família nesta série:

Irei com minha família: Unidade na comunidade  
Alcançando Famílias para Jesus: Fazendo Discípulos  
Alcançando Famílias para Jesus: Fortalecendo Discípulos  
Alcançando Famílias para Jesus: Discipulado e Serviço  
Alcançando Famílias para Jesus: Crescendo Discípulos  
Alcançando o Mundo: Famílias Saudáveis para a Eternidade  
Reavivamento e Reforma: Construindo Memórias Familiares  
Reavivamento e Reforma: Famílias Alcançando  
Reavivamento e Reforma: Famílias Alcançando  
Reavivamento e Reforma: Famílias alcançando a todos

Disponível em:  
[family.adventist.org/resources/resource-book/](http://family.adventist.org/resources/resource-book/)

Salvo indicação em contrário, os textos bíblicos são da versão New King James®.  
Copyright © 1982 by Thomas Nelson, Inc. Usado com permissão. Todos os direitos reservados.

Departamento dos Ministérios da Família  
Divisão Sul-Americana da Igreja Adventista do Sétimo  
Av L3 Sul, SGAS, Quadra 611  
Conjunto D, Parte C, Asa Sul  
CEP 70200-710 | Brasil  
+55 (61) 3701-1818  
<https://www.adventistas.org/pt/>

Todos os direitos reservados. As apostilas neste livro podem ser usadas e reproduzidas em impressos da igreja local sem a permissão do editor. No entanto, não pode ser usado ou reproduzido em outros livros ou publicações sem a permissão prévia do detentor dos direitos autorais. A reimpressão do conteúdo como um todo ou para doação ou revenda é expressamente proibida.

ISBN # 978-0-8280-2889-9

SETEMBRO 2021

# ÍNDICE DE CONTEÚDO

|  |            |
|--|------------|
| Prefácio.....  | V          |
| Como Usar Este Livro de Recursos .....   | VII        |
| <b>IDEIAS PARA SERMÕES</b>   |            |
| • <b>Pessoas Resilientes, Relacionamentos Resilientes .....</b>                          | <b>10</b>  |
| Por Willie e Elaine Oliver .....   | 10         |
| • <b>Você Vai se Levantar Novamente .....</b>  | <b>18</b>  |
| Por Geoffrey Mbwana .....  | 18         |
| • <b>Como Uma Bola de Borracha .....</b>   | <b>26</b>  |
| Por Claudio e Pamela Consuegra .....   | 26         |
| • <b>Nós Iremos: Famílias Seguindo o Mandato de Deus.....</b>                            | <b>34</b>  |
| Por Jared Miller .....   | 34         |
| <b>HISTÓRIAS INFANTIS</b>  |            |
| • <b>Em Movimento Com Jesus!.....</b>  | <b>42</b>  |
| Por Dawn Jacobson-Venn .....   | 42         |
| • <b>Nós Iremos.....</b>   | <b>45</b>  |
| Por Katie Miller.....  | 45         |
| • <b>Milagre No Zimbábue.....</b>  | <b>47</b>  |
| Por Tanya Muganda .....  | 47         |
| <b>SEMINÁRIOS</b>  |            |
| • <b>O Casamento Resiliente.....</b>   | <b>50</b>  |
| Por Willie e Elaine Oliver .....   | 50         |
| • <b>Criando Crianças Resilientes.....</b>   | <b>56</b>  |
| Por Willie e Elaine Oliver .....   | 56         |
| • <b>Formando O Caráter Para A Eternidade.....</b>                                       | <b>62</b>  |
| Por Karen Holford .....  | 62         |
| • <b>Resiliência Familiar: Sendo Refinados Pelo Fogo.....</b>                            | <b>82</b>  |
| Por Alina Baltazar .....   | 82         |
| • <b>Meninas Cada Vez Mais Confiantes.....</b>   | <b>93</b>  |
| Por Tamyra Horst.....  | 93         |
| <b>RECURSOS PARA LIDERANÇA</b>   |            |
| • <b>A Fonte da Resiliência .....</b>  | <b>106</b> |
| Por Julian Melgosa.....  | 106        |
| • <b>Ajudando Pais Solteiros na Construção de Resiliência .....</b>                      | <b>110</b> |
| Por Claudio e Pamela Consuegra .....   | 110        |
| • <b>Moldando a Visão de Mundo dos Filhos Através de um Relacionamento Amoroso .....</b> | <b>116</b> |
| Por Joseph Kidder e Katelyn Campbell Weakley.....  | 116        |
| • <b>O Impacto Das Experiências Adversas Na Infância .....</b>                           | <b>124</b> |
| Por Ingrid Weiss Slikkers e Erick Pena.....  | 124        |
| • <b>A Visão Bíblica Da Sexualidade Humana .....</b>                                     | <b>128</b> |
| Por Roberto IANNÒ .....  | 128        |

## ARTIGOS REIMPRESSOS

- **Um Lar Adventista Espiritualmente Vibrante** ..... 134  
Por Willie e Elaine Oliver ..... 134
- **Tenho Vontade de Dar a Ele um Pedaco da Minha Mente!** ..... 143  
Por Willie e Elaine Oliver ..... 143
- **Já Foi Vacinado(A)? E Aí?** ..... 145  
Por Willie e Elaine Oliver ..... 145
- **Não Vamos Desperdiçar a Pandemia**..... 149  
Por Willie e Elaine Oliver ..... 149
- **Diga-Me Como, Diga-Me o Porquê** ..... 151  
Por Stephen Bauer ..... 151
- **Orações no Chão** ..... 154  
Por Stephen Bauer ..... 154

## RECURSOS

- Recursos ..... 156
- Vivendo os Frutos do Amor ..... 157
- Conectado: Leituras Devocionais para um Casamento Íntimo ..... 158
- Bíblia do Casal ..... 159
- Esperança para Famílias Atuais ..... 160
- *Real Family Talk: Respostas a Perguntas Sobre Amor, Casamento e Sexo*..... 161
- Real FamilyTalk..... 162
- Casamento: Aspectos Bíblicos e Teológicos, Vol. 1 ..... 163

## APÊNDICE A IMPLEMENTAÇÃO DO MINISTÉRIO DA FAMÍLIA

- Regulamento do Ministério da Família e Declaração de Propósito ..... 165
- O Líder do Ministério da Família ..... 168
- O Que é uma Família? ..... 170
- Orientação Sobre Comissão e Planejamento ..... 172
- Uma Boa Apresentação Fará Quatro Coisas ..... 174
- Os Dez Mandamentos das Apresentações ..... 175
- Pesquisa do Perfil da Vida Familiar ..... 176
- Perfil da Vida Familiar ..... 178
- Pesquisa Sobre Educação para a Vida Familiar na Comunidade ..... 180
- Avaliação da Amostra ..... 181

## APÊNDICE B DECLARAÇÕES VOTADAS

- Afirmação de Casamento ..... 183
- Declaração Sobre Lar e Família..... 185
- Declaração Sobre Abuso Sexual Infantil ..... 186
- Declaração Sobre Violência Familiar ..... 188
- Declaração Sobre a Visão Bíblica de Uma Vida Não Nascida e suas Implicações para o Aborto..... 191

# PREFÁCIO

Os elefantes são conhecidos por serem resistentes. Embora a principal ameaça aos elefantes africanos seja o crime contra a vida selvagem - principalmente a caça furtiva para o comércio ilegal de marfim - a maior ameaça aos elefantes asiáticos é a perda de habitat, dando origem ao conflito homem-elefante por espaço terrestre. Apesar dessas realidades angustiantes, os elefantes continuam a ser resilientes, com a ajuda de conservacionistas.

Quando as pessoas enfrentam situações difíceis e se recuperam, apesar das adversidades pelas quais passaram, essa realidade também é identificada como resiliência.

O Dictionary.com define resiliência como: “a capacidade de uma pessoa de se ajustar ou se recuperar prontamente de uma doença, adversidade, grandes mudanças na vida etc.” Essencialmente, resiliência é, por definição, fluibilidade; que é definido como "leveza ou resiliência de espírito".

A pandemia global provocada pelo vírus identificado como COVID-19 trouxe enorme estresse e angústia física, emocional e financeira para as pessoas em todo o mundo. Muitos pensaram que agora teríamos deixado a pandemia em nossos retrovisores. No entanto, enquanto escrevemos, o mundo passou por quase dois anos dessa praga que parece não ter diminuído, apesar do desenvolvimento de várias vacinas para controlar sua disseminação.

Desde que o mal apareceu no Jardim do Éden - quando Adão e Eva comeram do fruto que Deus disse a eles para ficarem longe e, por isso, pecaram - os humanos têm sido desafiados por perigos e ameaças constantes.

Confrontado com problemas e contratempos crescentes, o apóstolo Paulo encoraja os membros da igreja em Corinto, dizendo: “Em tudo somos atribulados, porém não angustiados; perplexos, porém não desanimados; perseguidos, porém não desamparados; abatidos, porém não destruídos” (2 Cor 4:8, 9 ARA). Fundamentalmente, uma mensagem sobre ser resiliente.

O tema do Livro de Recursos do Ministério da Família de 2022 é Resiliência da Família. Então, hoje estamos chamando cada pastor, cada líder do Ministério da Família em todos os níveis e cada membro da igreja para tomar nota da mensagem de resiliência de Paulo. Que ao nos concentrarmos na missão principal da igreja por meio da proclamação das Mensagens dos Três Anjos - apesar dos ataques do inimigo - confiaremos em Deus para resiliência em nossas famílias, pois fazemos tudo o que podemos para ajudar a apressar a vinda de Jesus Cristo.

Maranata!

**Willie e Elaine Oliver, Diretores**

Departamento dos Ministérios da Família  
Associação Geral dos Adventistas do Sétimo Dia  
Sede Mundial  
Silver Spring, Maryland, EUA  
[family.adventist.org](http://family.adventist.org)



# COMO USAR ESTE LIVRO DE RECURSOS

O Livro de Recursos dos Ministérios da Família é um material anual organizado pelo departamento dos Ministérios da Família da Associação Geral com contribuições do Campo mundial para fornecer aos líderes dos Ministérios da Família em Divisões, Uniões, Associações e igrejas locais, em todo o mundo, recursos para famílias com ênfase em semanas especiais e Sábados.

## LAR CRISTÃO E SEMANA DA FAMÍLIA: 12-19 DE FEVEREIRO

A semana do lar cristão e da família ocorre em fevereiro, abrangendo dois sábados: o sábado da família, que enfatiza o casamento cristão, e o sábado do lar cristão, que enfatiza a paternidade. A semana do lar cristão e da família começa no segundo sábado e termina no terceiro sábado de fevereiro.

## DIA DO CASAMENTO CRISTÃO (ÊNFASE NO CASAMENTO): 12 DE FEVEREIRO, SÁBADO

Use a ideia do sermão de casamento para o culto de adoração do sábado e o seminário de casamento para qualquer segmento do programa durante essa celebração.

## DIA DO LAR CRISTÃO (ÊNFASE NA PATERNIDADE): 19 DE FEVEREIRO, SÁBADO

Use a ideia do sermão para os pais para o culto de adoração no sábado e o seminário para os pais para qualquer segmento do programa durante essa celebração.

## SEMANA DE ORAÇÃO DA FAMÍLIA UNIDA: DE 4-10 DE SETEMBRO

A Semana de Oração da Família Unida está programada para a primeira semana de setembro, começando no primeiro domingo e terminando no sábado seguinte com o Dia de Oração da Família Unida. A Semana de Oração da Família Unida e o Dia de Oração da Família Unida destacam a celebração da igreja como uma família.

## DIA DE ORAÇÃO DA FAMÍLIA UNIDA: (PARA CASAIS, FAMÍLIAS E RELACIONAMENTOS) 10 DE SEPTEMBER, SÁBADO

Use a ideia do Sermão em Família para o culto de adoração do sábado e o recurso da Semana de Oração que é fornecido.

Neste Livro de Recursos, você encontrará ideias para sermões, seminários, histórias infantis, bem como recursos de liderança, artigos reimpressos e resenhas de livros para ajudar a facilitar esses dias especiais e outros programas que você pode querer implementar durante o ano. No Apêndice A você encontrará informações úteis que o ajudarão a implementar o ministério da família na igreja local.

Este recurso também inclui apresentações de seminários e apostilas em slides no PowerPoint. Os organizadores do seminário poderão personalizar as apresentações do PowerPoint com suas próprias histórias pessoais e imagens que reflitam a diversidade de suas várias comunidades. Para baixar uma apresentação acesse: **[family.adventist.org/2022RB](http://family.adventist.org/2022RB)**

Um recurso suplementar com leituras diárias e atividades familiares também será fornecido para a Semana de Oração da Família Unida. Para baixar esse recurso acesse: [family.adventist.org/2022RB](http://family.adventist.org/2022RB)

Para obter mais materiais sobre uma série de questões da vida familiar, baixe os anos anteriores do Livro de Recursos em: [family.adventist.org/resources/resource-book/](http://family.adventist.org/resources/resource-book/)

# IDEIAS PARA SERMÕES

— Essas *Ideias para Sermões* são destinadas a ser uma inspiração, uma base para seu próprio sermão. Ore para ser guiado pelo Espírito Santo. Que suas palavras sejam uma extensão do amor de Deus para cada coração e família.

# PESSOAS RESILIENTES, RELACIONAMENTOS RESILIENTES

POR WILLIE E ELAINE OLIVER

## TEXTO BASE

MARCOS 7:24-30

### INTRODUÇÃO

O símbolo mais sagrado em Oklahoma City, Oklahoma (nos Estados Unidos da América), é uma árvore: um olmo americano de 80 anos de idade, extenso e sombreado. Os turistas dirigem quilômetros de distância para vê-la. Pessoas posam para fotos abaixo dela. Os arboristas a protegem cuidadosamente. Ela adorna pôsteres e papel timbrado. A cidade valoriza a árvore, não por sua aparência, mas por sua resistência.

Ela suportou o atentado de Oklahoma City (quarta-feira, 19 de abril de 1995).

Timothy McVeigh estacionou sua caminhonete carregada de morte a poucos metros dela. Sua maldade matou 168 pessoas, feriu 850, destruiu o Edifício Federal Alfred P. Murrah e enterrou a árvore em escombros. Ninguém esperava que sobrevivesse. Ninguém, de fato, deu a mínima para a árvore empoeirada e sem galhos.

Mas então ela começou a brotar.

Brotos pressionados através da casca danificada; as folhas verdes afastaram a fuligem cinzenta. A vida ressuscitou de uma zona de morte. As pessoas notaram. A árvore apresentou a resiliência que as vítimas desejavam. Então, eles deram ao olmo um nome: a Árvore Sobrevivente.<sup>1</sup>

Hoje, muitos casamentos e relacionamentos familiares - dentro e fora da igreja - estão passando por um tipo semelhante de agressão, intimidação e violência; ameaçando destruir sua própria existência. No entanto, como a resiliente Árvore do Sobrevivente em Oklahoma City,

---

Willie Oliver, PhD, CFLE e Elaine Oliver, PhD, LCPC, CFLE

são Diretores do Departamento dos Ministérios da Família da Associação Geral da Igreja Adventista do Sétimo Dia em Silver Spring, Maryland, EUA.

devemos encontrá-los, ajudá-los e nutri-los de volta à saúde emocional, física e espiritual, independentemente de quem sejam, sua aparência, de onde vêm e o que ter. Devemos ajudá-los a sobreviver e prosperar e ser aceitos na família de Deus antes que seja tarde demais.

Nosso tópico de hoje é intitulado: ***Pessoas Resilientes, Relacionamentos Resilientes. Vamos Orar.***

## O TEXTO

(MARCOS 7:24-30 NVI - Um Gentil Mostra sua Fé)

“Jesus saiu daquele lugar e foi para os arredores de Tiro e de Sidom. Entrou numa casa e não queria que ninguém o soubesse; contudo, não conseguiu manter em segredo a sua presença. De fato, logo que ouviu falar dele, certa mulher, cuja filha estava com um espírito imundo, veio e lançou-se aos seus pés. A mulher era grega, siro-fenícia de origem, e rogava a Jesus que expulsasse de sua filha o demônio. Ele lhe disse: Deixe que primeiro os filhos comam até se fartar; pois não é correto tirar o pão dos filhos e lançá-lo aos cachorrinhos. Ela respondeu: Sim, Senhor, mas até os cachorrinhos, debaixo da mesa, comem das migalhas das crianças. Então ele lhe disse: Por causa desta resposta, você pode ir; o demônio já saiu da sua filha. Ela foi para casa e encontrou sua filha deitada na cama, e o demônio já a tinha deixado” (NVI).

## EXPLICAÇÃO E APLICAÇÃO

O Dictionary.com oferece as seguintes definições para resiliente: "retornar à forma ou posição original após ser dobrado, comprimido ou esticado." Além disso, “recuperando-se prontamente de doença, depressão, adversidade ou semelhantes; flutuante." Como uma bola de tênis que é atingida em grande velocidade, no entanto, recupera prontamente sua forma e está pronta para enfrentar outra raquete de tênis ameaçadora.

O cenário da história em Marcos 7: 24-30 mostra Jesus vindo de um grande conflito com os líderes religiosos sobre impureza cerimonial quando Ele encontrou a mulher siro-fenícia. Como regra, os judeus não tinham contato com os gentios porque isso os tornava cerimonialmente impuros de acordo com sua tradição. E mesmo que Jesus não estivesse de forma alguma desconsiderando a importância do tipo de comida que era boa para comer, Ele mostra por Seu exemplo que o que está no coração de uma pessoa - o que resulta em suas ações para com os outros - é o que realmente importa. Portanto, Jesus ilustra como a tradição dos anciãos era ridícula quando Ele reservou um tempo para falar com essa mulher gentia - a siro-fenícia - que estava em grande necessidade.

Ao usar essa história, Marcos deixa claro que a missão de salvação de Deus inclui os gentios. Que o evangelho do amor e reino de Deus não se limita a Israel, embora Jesus tenha indicado que Israel deve ter a primeira oportunidade. O verdadeiro motivo de Marcos para usar o exemplo da mulher siro-fenícia nessa passagem é porque ele queria que seus leitores romanos (gentios) entendessem que as boas novas da salvação eram para todos, incluindo eles. Essa mensagem ainda é

verdadeira para nós hoje.

Ler as narrativas dos Evangelhos com muito cuidado nos levará a reconhecer que apenas uma vez antes Jesus cruzou o território dos gentios - em Marcos 5: 1-20, quando Ele encontrou um homem possesso por demônios no país dos gadarenos, no lado oriental do Mar da Galileia. Porém, desta vez, Jesus parece ficar na região por algum tempo. Ele tinha viajado para a Fenícia - que hoje é o Líbano - onde ficava a cidade de Tiro, sem uma agenda óbvia de ministério público em mente. O relato bíblico parece indicar que Jesus estava procurando um lugar para descansar com Seus discípulos e escapar da perseguição dos líderes religiosos que sempre O seguiam. Ele sabia que os escribas e fariseus não queriam se contaminar entrando em território gentio. No entanto, apesar de seus esforços para descansar um pouco, Jesus não conseguiu manter sua presença na região em segredo.<sup>2</sup>

É importante observar como a providência de Deus atua em Sua missão de "buscar e salvar os perdidos" (Lucas 19:10), apesar das barreiras erguidas pelos costumes sociais de Sua época. Embora, de fato, Jesus estava tentando descansar um pouco com Seus discípulos depois de um momento difícil com líderes da igreja que haviam distorcido os planos de Deus para atender às suas preferências; não deve escapar à nossa atenção que o foco principal de Jesus foi sempre aliviar a dor das pessoas e dar-lhes acesso à Sua presença vivificante. Ellen White descreve essa cena em O Desejado de Todas as Nações declarando: “Ao vir para esta região, Ele esperava encontrar o descanso que não havia conseguido em Betsaida. No entanto, esse não era o seu único propósito ao fazer essa jornada.”<sup>3</sup>

Matthew Henry - o grande expositor da Bíblia em inglês do século 17 - descreve o que está acontecendo com Jesus na região de Tiro e Sidom, quando sugere:

“Quão *graciosamente* Ele *se manifestou*, apesar disso. Embora ele não trouxesse uma colheita de curas milagrosas para aquelas partes, ainda assim, ao que parece, ele veio com o propósito de semear algo ali pelo que se pode ver no relato. *Ele não podia ser escondido*; pois, embora uma vela possa ser colocada sob o alqueire, o sol não pode. Cristo era muito conhecido para ficar *escondido* por muito tempo incógnito, em qualquer lugar; o óleo de alegria com que foi ungido, como unguento para a mão direita, transbordaria e encheria a casa com seus odores. Aqueles que apenas ouviram sua fama mesmo sem ter conversado alguma vez com ele, logo diriam: 'Deve ser Jesus'.<sup>4</sup>

Curiosamente, as regras que os líderes religiosos estabeleceram para se separarem das outras pessoas, ao invés de permitir que Deus os use como instrumentos de Sua graça para aqueles em grande necessidade, inquestionavelmente, torna essa história provocativa nos Evangelhos.

Divisões étnicas, preconceito e separação social, parece ser mais importante para esses líderes da igreja do que cumprir a vontade de Deus, cujo propósito era chamar Israel como Seu povo especial. Devemos admitir, porém, que o encontro da mulher siro-fenícia com Jesus rompe todos os tipos de fronteiras sociais e costumes, vistos através da perspectiva dos líderes judeus. “No pensamento da Palestina do primeiro século, essa mulher tinha várias limitações. Ela era gentia, uma mulher e talvez uma mãe solteira. Mas nenhum desses fatores a impediu de se aproximar de Jesus em busca de ajuda, ou de se envolver em uma conversa desafiadora com ele.”<sup>5</sup> A mulher siro-fenícia demonstra notável resiliência diante de adversidades esmagadoras.

Dando uma descrição mais completa do contexto do personagem central que se desdobra na história, Ellen White compartilha:

“As pessoas desse distrito eram da velha raça Cananéia. Eles eram idólatras, desprezados e odiados pelos judeus. A essa classe pertencia a mulher que agora veio a Jesus. Ela era uma pagã e, portanto, foi excluída das vantagens que os judeus desfrutavam diariamente. Havia muitos judeus vivendo entre os fenícios, e as novas da obra de Cristo haviam penetrado essa região. Algumas pessoas ouviram Suas palavras e testemunharam Suas obras maravilhosas. Essa mulher tinha ouvido falar do profeta, que, segundo consta, curava todos os tipos de doenças. Ao ouvir sobre Seu poder, a esperança cresceu em seu coração. Inspirada pelo amor de uma mãe, ela decidiu apresentar o caso de sua filha a Ele. Era seu propósito resolutivo levar sua aflição a Jesus. Ele podia curar sua filha. Ela procurou a ajuda dos deuses pagãos, mas não obteve alívio. E às vezes ela ficava tentada a pensar: o que esse mestre judeu pode fazer por mim? Mas a palavra veio, Ele cura todos os tipos de doenças, sejam ricos ou pobres, todos aqueles que vêm a Ele em busca de ajuda. Ela decidiu não perder sua única esperança.”<sup>6</sup>

O que se torna bastante claro no texto - para o leitor da Bíblia perspicaz - é que "a necessidade desesperada de sua filha e sua fé radical na bondade de Deus a fizeram se humilhar diante de Jesus - caindo a Seus pés - e arriscando cruzar todos os tipos de barreiras sociais".<sup>7</sup> A mulher siro-fenícia, sem dúvida, conhecia Jesus e acreditava que Ele era um profeta enviado por Deus. Em Marcos, capítulo 3, Jesus curou um homem, com a mão atrofiada, no sábado. Os fariseus ficaram zangados com o que Jesus fez e saíram imediatamente para conspirar com os herodianos para destruí-lo. Marcos 3:7, 8 nos dá pistas sobre como a mulher pode ter sabido sobre Jesus. O texto compartilha: “Mas Jesus retirou-se com os seus discípulos para o mar. E seguia-O uma grande multidão da Galileia, da Judéia, de Jerusalém, da Idumeia e além do Jordão; e os de Tiro e de Sidom, uma grande multidão, quando ouviram quantas coisas Ele estava fazendo, vieram a Ele.” Aqui está uma pista tangível de como a mulher pode ter descoberto sobre Jesus. Talvez um primo ou amigo da mulher siro-fenícia tenha estado na

multidão que testemunhou o poder de Deus em Jesus e voltou para Tiro e Sidom com notícias sobre o rabino da Galileia.

No v. 26, encontramos a conversa entre Jesus e a mulher siro-fenícia - mais provavelmente em grego, em vez de aramaico - de acordo com vários comentaristas.<sup>8 9 10</sup> Embora não seja Grega de nascimento (já que era siro-fenícia), ela evidentemente havia sido helenizada em sua cultura e língua, razão pela qual o texto se refere a ela como sendo grega. “Que os filhos se fartem primeiro”, diz Jesus a ela no v. 27, “pois não é bom pegar o pão dos filhos e jogá-lo aos cachorrinhos”. A linguagem que Jesus usa em Sua conversa com a mulher soa como palavras de luta. Essas palavras são realmente humilhantes, degradantes e nocivas. Mas a mulher siro-fenícia demonstra incrível resiliência, enquanto permanece focada no objetivo de sua missão - a libertação de sua filha de um espírito impuro.

Os judeus costumavam usar a palavra "cães" para se referir aos gentios. E embora pareça estranho que Jesus faça isso, Ele quase certamente usou o termo da mesma maneira. O significado óbvio era apontar que os judeus tinham precedência sobre os gentios durante o tempo do ministério de Jesus. No entanto, Jesus suaviza um pouco a aspereza usando a forma diminuta de cães, que pode ser traduzida como "cachorrinhos", com referência a animais de estimação em vez de carneiros nas ruas. A aparente aspereza das palavras de Jesus poderia ter servido para testar a fé da mulher.<sup>11</sup> Ainda assim, ela se apegou à sua motivação para ir.

Comentando sobre a resposta atípica de Jesus a uma mulher em dor e tormento, Ellen White diz em *O Desejado de Todas as Nações* (p. 401): “Embora essa resposta parecesse estar de acordo com o preconceito dos judeus, foi uma repreensão implícita aos discípulos, que eles mais tarde entenderam como lembrando-os do que Ele sempre lhes disse - que Ele veio ao mundo para salvar a todos os que O aceitassem”.<sup>12</sup>

Apesar da resposta aparentemente sarcástica, cínica e mordaz de Jesus ao pedido da siro-fenícia para expulsar o demônio de sua filha (v. 26); sua fé não seria detida. Na verdade, sua resiliência - recuperando-se prontamente da adversidade - ela permanece firme, no que pode ser dramatizado pelas palavras do *negro spiritual* cantado por James Cleveland, que diz: “Não me sinto cansada, vim de tão longe de onde eu comecei. Ninguém me disse que o caminho seria fácil, não acredito que Ele me trouxe até aqui para me deixar.”

Jesus deixou uma brecha ao afirmar que os gentios teriam sua vez de ouvir o evangelho e ganhar com seu ministério. Para a siro-fenícia, aquele tempo era agora. Na verdade, era hora de aproveitar o momento - *carpe diem*. Ela concordou com Jesus que Israel foi o primeiro. Mas sua fé radical se recusou a acreditar que ela foi excluída. Na verdade, ela responde no v. 28: "Sim, Senhor, mesmo os cachorrinhos debaixo da mesa comem das migalhas das crianças." Ao responder dessa

forma, ela expressou fé perseverante e crença na bondade de Deus. Ela vê as barreiras de raça, cultura e gênero como questões superficiais em face de sua grande necessidade. O requisito genuíno é a cura autêntica no interior, e somente o evangelho pode superar essas barreiras para criar tal cura para essa alma desesperada pela cura de sua filha.<sup>13</sup>

Demonstrando a profundidade de sua fé em Deus, apesar das barreiras sociais entre judeus e gentios; Jesus honra sua resiliência conforme lemos no v. 29: “Por causa dessa palavra, segue o teu caminho”; Ele diz a ela: "o demônio saiu de sua filha".

Comparando a resiliência e a fé profunda da mulher siro-fenícia com a espiritualidade superficial demonstrada pelos escribas e fariseus, Ellen White compartilha:

“Jesus tinha acabado de sair de Seu campo de trabalho porque os escribas e fariseus estavam tentando tirar Sua vida. Eles murmuraram e reclamaram. Eles manifestaram incredulidade e amargura, e recusaram a salvação tão livremente oferecida a eles. Aqui Cristo encontra alguém de uma raça marginalizada e desprezada, que não foi favorecida com a luz da palavra de Deus; no entanto, ela cede imediatamente à influência divina de Cristo, e tem fé implícita em Sua capacidade de conceder o favor que ela pede. Ela implora pelas migalhas que caem da mesa do Mestre. Se ela pode ter o privilégio de um cachorro, ela está disposta a ser considerada um cachorro. Ela não tem preconceito xenofóbico ou religioso, ou orgulho para influenciar seu curso, e ela imediatamente reconhece Jesus como o Redentor, e como sendo capaz de fazer tudo o que ela pede dele.”<sup>14</sup>

O ponto alto dessa história é encontrado no v. 30 que diz: “Ela foi para casa e encontrou sua filha deitada na cama, e o demônio já a tinha deixado.” Aleluia! Louvado seja Deus, de Quem todas as bênçãos fluem!

A fé resiliente dessa modesta, mas intransigente mulher siro-fenícia, permitiu que o poder de Deus trabalhasse em favor de sua família; livrando sua filha do espírito impuro que a atormentava. A mulher siro-fenícia exemplificou de forma clara o que significa lutar com Deus e não O deixar ir até que Ele abençoe você. Ela deve ter sabido algo sobre a história de Jacó em Gênesis 32:26, onde ele grita enquanto luta com o anjo de Deus: "Não te deixarei ir, a menos que me abençoes!"

## CONCLUSÃO

O oposto de depressão não é felicidade, escreve Peter D. Kramer em seu livro *Contra a Depressão*. O oposto da depressão é a resiliência. Não é a ausência de culpa e tristeza, mas é a capacidade de encontrar um caminho para longe desses sentimentos. Jesus nos liberta para sermos resilientes e encontrarmos o caminho para uma vida abundante.<sup>15</sup>

O desafio diante de nós hoje, como pessoas que foram favorecidas com o conhecimento

da salvação e da graça de Deus, é fazer algo que represente o verdadeiro propósito de nossa fé. Como podemos ser pessoas resilientes com relacionamentos resilientes? Devemos decidir não ser como os escribas e fariseus – preocupados com picuinhas - quando as pessoas estão morrendo de COVID-19, e tantas famílias estão em profundo e perigoso desespero. Não devemos nos permitir ser retidos por questões de menor importância, como preconceitos culturais, étnicos e raciais que tendem a nos separar das pessoas que precisam de nossos cuidados e consideração.

Povo de Deus, já é quase meia-noite na história do nosso mundo. Devemos levar a sério o aproveitamento das oportunidades que Deus nos oferece para apresentar Jesus aos nossos vizinhos, parentes e amigos. Em vez de desperdiçar as oportunidades que surgem em nosso caminho, devemos intencionalmente determinar ser sal e luz para os siro-fenícios que se debatem na escuridão e no desespero todos os dias em nossos círculos de influência.

Existem mulheres e homens, maridos e esposas, mães e pais, pais e filhos, viúvas e divorciadas, avós e adultos solteiros que precisam de nosso apoio e interesse em sua fraqueza e dor. Comportar-se como os escribas e fariseus - discutindo sobre dogmas inúteis, teorias da conspiração e ideologias políticas - nos tornará ineficazes, infrutíferos e improdutivos, como o sal que perdeu o sabor (Lucas 14:34). Então, é hora de acordar de nosso sono e agir. É hora de nos decidirmos e dizermos a nós mesmos na força do Senhor: “Irei com minha família” para o “Tiro e Sidom” do meu contexto específico, confiando na providência, poder e graça de Deus para atender uma resiliente Siro-fenícia que está procurando por um milagre para livrar sua família das garras do maligno e encontrar libertação no Cristo que afirmamos conhecer, por meio da ajuda de nosso amor e preocupação.

Que nós, como a mulher siro-fenícia, encontremos o caminho para Jesus e, com inabalável resiliência, imploremos pelas migalhas de Suas bênçãos. Que possamos também estar ansiosos para compartilhar as bênçãos que recebemos com alegria e deleite com todos aqueles que precisam do amor e da graça salvadora de Deus. Então seremos capazes de cantar aquele hino poderoso da igreja:

Ouvi da bela história que Jesus desceu da glória.  
E no Gólgota enfim morreu por quantos como eu.  
Ouvi dos Seus gemidos de Seu sangue e dos remidos.  
E ao fim, contrito me prostrei, vitória nEle achei.

Vitória em Cristo. Eterna vitória!  
Buscou-me, salvou-me, na cruz por mim morreu.  
Que paz e alegria! Raiou um novo dia!  
Vitória Jesus me deu no sangue que verteu!

Ouvi que Ele cura, sim, a todo que O procura.  
Que o coxo fez andar, então, e ao cego deu visão.  
Orei, clamei: Meu Mestre: vem restaura minha vida.  
E logo Cristo me atendeu e a mim vitória deu.

Ouvi falar da glória que virá após vitória.  
Para os redimidos por Jesus na resplendente luz.  
De anjos lá cantando e mansões já me aguardando.  
Será glorioso ali chegar e então poder cantar.<sup>16</sup>

Quando Jesus voltar, é nosso desejo que, como a resiliente Árvore do Sobrevivente em Oklahoma City, Oklahoma, apesar dos ataques e assaltos de Satanás, nós também sejamos pessoas resilientes com relacionamentos resilientes e capazes de permanecer firmes pela graça de Deus. Que Deus nos abençoe hoje e sempre enquanto confiamos nEle com nossos relacionamentos familiares e todos os outros relacionamentos para serem sal e luz até que Jesus volte.

## REFERÊNCIAS

- <sup>1</sup> Lucado, M. (2006). *Facing your giants: God still does the impossible*. pp. 43-44. Loveland, CO: W Publishing Group.
- <sup>2</sup> Cooper, R. L. (2000). *Mark* (Vol. 2, pp. 120–121). Nashville, TN: Broadman & Holman Publishers.
- <sup>3</sup> White, E. G. (1940). *The Desire of Ages*. p. 399. Mountain View, CA: Pacific Press Publishing Association.
- <sup>4</sup> Henry, M. (1994). *Matthew Henry's commentary on the whole Bible: complete and unabridged in one volume* (p. 1793). Peabody: Hendrickson.
- <sup>5</sup> Dybdahl, J. L. (Ed.). (2010). *Andrews Study Bible Notes* (pp. 1306–1307). Berrien Springs, MI: Andrews University Press.
- <sup>6</sup> White, E. G. (1940). *The Desire of Ages*. pp. 399-400. Mountain View, CA: Pacific Press Publishing Association.
- <sup>7</sup> Cooper, R. L. (2000). *Mark* (Vol. 2, pp. 120–121). Nashville, TN: Broadman & Holman Publishers.
- <sup>8</sup> Brooks, J. A. (1991). *Mark* (Vol. 23, p. 121). Nashville: Broadman & Holman Publishers.
- <sup>9</sup> Cooper, R. L. (2000). *Mark* (Vol. 2, p. 120). Nashville, TN: Broadman & Holman Publishers.
- <sup>10</sup> Wuest, K. S. (1997). *Wuest's word studies from the Greek New Testament: for the English reader* (Vol. 1, p. 152). Grand Rapids: Eerdmans.
- <sup>11</sup> Brooks, J. A. (1991). *Mark* (Vol. 23, p. 121). Nashville: Broadman & Holman Publishers.
- <sup>12</sup> White, E. G. (1940). *The Desire of Ages*. p. 401. Mountain View, CA: Pacific Press Publishing Association.
- <sup>13</sup> Cooper, R. L. (2000). *Mark* (Vol. 2, p. 121). Nashville, TN: Broadman & Holman Publishers.
- <sup>14</sup> White, E. G. (1940). *The Desire of Ages*. p. 401. Mountain View, CA: Pacific Press Publishing Association.
- <sup>15</sup> The Great Lion of the Lord (December 11, 2005). *Homiletics Online*. Retrieved September 22, 2021, from <https://www.homileticsonline.com/members/installment/93000107>
- <sup>16</sup> Hankey, A.K., Fischer, W.G. (1866) I love to tell the story. In *The Seventh-day Adventist hymnal*. (1985). Washington D.C. review and Herald.

# VOCÊ VAI SE LEVANTAR NOVAMENTE

POR GEOFFREY MBWANA

## TEXTOS

João 16:33

Mateus 20:19

1 Cor 15:22

2 Cor 4:8-10; 16-18

Lucas 12:8

Gênesis 37-41

A pandemia causada pelo vírus COVID-19 perturbou nossas vidas de maneiras que nunca imaginamos. Os efeitos da doença têm causado grande sofrimento a muitos, não apenas por causa das doenças, mas porque milhões de vidas preciosas - muitas delas nossos entes queridos - morreram. O vírus trouxe muita dor e sofrimento. Ainda estamos nos curando das feridas, ao mesmo tempo em que carregamos cicatrizes enormes por causa das consequências. Nossa resistência foi esticada. As relações familiares foram testadas. Ainda estamos clamando - quem vai curar nossas feridas?

Podemos olhar para o passado, em tempos como estes, e reunir instruções sobre como navegar da melhor forma em nossa realidade presente. Mais de dois mil anos atrás, Jesus advertiu Seus discípulos em João 16:33: “No mundo tereis aflições; mas tende bom ânimo, eu venci o mundo”. Mesmo que as provações que experimentamos devido à pandemia de COVID-19 tenham sido severas, podemos nos consolar na palavra de Deus. Jesus não só nos avisou que passaríamos por dificuldades enquanto vivemos nesta Terra. Ele nos anima

---

**Geoffrey Mbwana, M.A.** é vice-presidente geral da Sede Mundial da Associação Geral dos Adventistas do Sétimo Dia em Silver Spring, Maryland, EUA.

encorajando-nos a contemplar Sua vitória. Porque Ele venceu, nós também podemos vencer no poder de Seu nome, se assim escolhermos.

Quando os discípulos de Cristo estavam prestes a enfrentar os desafios extremos em torno da morte de Jesus, Ele também lhes garantiu que "no terceiro dia Ele ressuscitará". (Mateus 20:19) Essa era uma informação doce e amarga que os discípulos não puderam compreender totalmente, nem mesmo aceitar, até que viram seu Mestre crucificado. Uma grande tempestade de dúvida e descrença, sobre se Ele era o Messias, os envolveu. Então, na manhã do terceiro dia, assim como Ele disse a eles, Ele se levantou novamente. Ellen G. White descreve desta forma: "Ele irrompeu da tumba e ressuscitou triunfante sobre a morte e a sepultura".<sup>1</sup> Essa notável vitória está totalmente completa em Jesus; no entanto, não foi restrito apenas a Ele. O apóstolo Paulo repete a mensagem para assegurar a toda a humanidade hoje: "Porque, assim como todos morrem em Adão, assim também todos serão vivificados em Cristo". (1 Coríntios 15:22) **Sim, nos levantaremos novamente!** Que garantia tremenda! Nós vamos voltar à vida depois de sermos mortos pelo pior dos inimigos da vida, a morte! Mesmo antes de experimentarmos a morte, encontramos várias situações de vida que nos derrubam. Jesus, que experimentou a humanidade vivendo em nosso meio, nos ajuda repetidamente a nos levantarmos vitoriosamente - sendo resilientes - depois que tragédias nos atingem nesta vida.

A borracha tem características admiráveis quando aplicada a situações de vida. Se dobrado, comprimido, esticado ou saltado, ele finalmente retorna à sua forma ou posição original após a liberação. Essas qualidades de elasticidade, fluabilidade, flexibilidade, flexibilidade e recuo tornam sua usabilidade preferida em várias situações e circunstâncias por causa de como eles se adaptam a essas situações. A resiliência, como a borracha, é essencial para a vida.

Quando as adversidades acontecem, sentimos a dor, choramos e lamentamos. Buscamos uma fuga, cura e esperança. Naqueles tempos, somos esticados como borracha. Quando isso tiver passado, podemos permanecer para nos demorar nos efeitos posteriores da catástrofe. Essa demora pode ser curta com alguns, mais longa com outros, e outros ainda não conseguem se livrar disso. Como podemos lidar com esses golpes duros da vida que temos certeza de encontrar neste mundo? A boa notícia é que recebemos muitas orientações e conselhos dAquele que venceu. O Advogado que passou pelo fogo da provação e venceu. Temos exemplos sólidos que foram escritos para nos instruir. Se pararmos para ouvir ao lermos o conselho, nós também seremos levados à vitória. O apóstolo Paulo, quando escreveu aos coríntios, ilustrou a resiliência no seguinte conselho: "Somos pressionados de todos os lados, mas não esmagados; estamos perplexos, mas não em desespero; perseguidos, mas não abandonados; abatidos, mas não destruídos - sempre carregando no corpo a

morte do Senhor Jesus, para que também a vida de Jesus se manifeste em nosso corpo” (2 Coríntios 4:8-10). Como uma doce música em nossos ouvidos, no meio das aflições, podemos escolher ouvir o som mais doce de nosso Senhor Jesus Cristo dizendo: '**você vai se levantar novamente**'. Depois de cada situação de esmagamento, pode haver um ressurgimento. Se não no domínio físico, certamente no domínio espiritual. Quando isso se repete, hábitos são formados e o caráter é construído. Estamos sendo recriados na imagem original de Deus. Vejamos um exemplo que ilustra a resiliência na vida cristã.

## O JOVEM RESILIENTE JOSÉ

Aos 17 anos, José, o filho mais amado de Jacó, teve um sonho desconcertante que provavelmente não reconheceu ser de seu Deus Criador. No sonho, ele viu feixes amarrados: “Então eis que meu feixe se levantou e também ficou em pé; e, de fato, seus feixes ficaram ao redor e curvaram-se diante do meu feixe”. (Gênesis 37:7) Na tentativa de buscar ajuda para entender o sonho, José foi mal interpretado por seus irmãos mais velhos, sugerindo a terrível realidade de que um jovem membro da família governaria sobre eles. Nesse ponto, o que ele pensava ser um sonho excitante acabou azedando com seus irmãos. Um testemunho repetido de outro sonho de "o sol, a lua e as onze estrelas se curvaram a mim" (Gênesis 37:9) só serviu para agravar o ciúme e o ódio prevalecente que existia por causa do tratamento preferencial que ele recebeu de seu pai. Embora seu pai, Jacó, ficasse surpreso ao ouvir os sonhos, ele guardou o assunto em seu coração. Essa segunda tentativa de compartilhar o sonho foi provavelmente um reflexo da inocência juvenil de José ou possivelmente de sua coragem, ousadia e curiosidade.

A primeira grande repressão experimentada por Joseph foi quando seu pai o enviou para visitar seus irmãos, que no auge de seu ódio conspiraram para matá-lo. Rubem, seu irmão mais velho, interveio para preservar sua vida. O infeliz momento doloroso de separação cruel dos entes queridos veio quando eles o jogaram impiedosamente em um buraco e o venderam como escravo aos comerciantes ismaelitas. Os irmãos mentiram para o pai que um animal selvagem havia matado José. Se você perguntar como José lidou com a série de dificuldades traumáticas que encontrou durante essa parte de sua vida, parece que ele escolheu se conectar.

## CONEXÃO COM DEUS PELA CONFIANÇA

José desembarcou no Egito como escravo na casa de Potifar, o capitão da guarda do Faraó. O filho mais amado de seu pai era agora um escravo em uma terra estrangeira, sem esperança de ver sua família novamente. Sem ninguém a quem recorrer, José escolheu confiar em Deus e decidiu permanecer fiel a ele. José determinou que tudo o que lhe fosse dado fazer, ele o faria como para o Senhor. José serviu com excelência e integridade, permanecendo fiel a

seu Deus. Ele não queria desapontar a Deus. Quando ele foi seduzido pela esposa de Potifar a cometer pecado, ele respondeu: "Como então posso fazer tamanha maldade e pecar contra Deus" (Gênesis 39:9)? Porque José nunca desistiu de Deus, Deus nunca desistiu dele. Como resultado, "O Senhor estava com José, e ele era um homem de sucesso" (Gênesis 39:2). Embora tenha sido jogado fora por seus próprios irmãos de sangue, obrigado a sofrer uma longa separação da família, ele se apegou a Deus. Aqui está o segredo da verdadeira resiliência duradoura. Confiar em Deus de todo o coração ajudará qualquer um a se levantar novamente. José pode ser visto se recuperando triunfantemente, literalmente prosperando em favor de seu mestre terreno do então mais poderoso reino da Terra. José teve sucesso porque ele se conectou e confiou em Jesus Cristo, o Rei do universo.

## CONEXÃO ATRAVÉS DA EXCELÊNCIA E INTEGRIDADE

No momento em que José começou a desfrutar dos favores que recebeu, outro golpe terrível foi desferido. A dona da casa que tentou induzi-lo ao pecado voltou-se contra ele e o acusou de querer estuprá-la. Isso não caiu bem com seu marido, o capitão, então José foi jogado na prisão. José deixou de ser o supervisor da casa de Potifar, abençoado por Deus, para ser um prisioneiro egípcio. Podemos imaginar como esse golpe foi devastador para José. Já era ruim o suficiente estar separado da família pelo ato maligno de seus irmãos. Já era ruim o suficiente estar longe de seu país de origem e ser feito escravo, mas agora, estar em uma prisão no Egito por causa de falsas acusações era quase insuportável! Seria compreensível se ele se afundasse em desespero por essa terrível situação. Ele não estava apenas no fosso da prisão, mas também no fosso da desesperança e do desânimo. Seria esse o golpe mortal final que derrubaria José? Não! Não com José. Ele escolheu um caminho diferente.

José não resistiu à prisão. Não há registro de que ele travou uma intensa batalha legal para defender sua inocência. Apesar das circunstâncias injustas em que se encontrava, José não permitiu que o que estava além de seu poder o enterrasse em desespero. Durante a difícil realidade da vida na prisão, José continuou a confiar em Deus e propôs em seu coração ser a melhor pessoa que poderia ser. "Mas o Senhor estava com José e mostrou-lhe misericórdia e concedeu-lhe graça aos olhos do guarda da prisão" (Gênesis 39:21). José se destacou com a mesma integridade que o levou à prisão, tornando-se um líder de prisioneiros. José não precisava da supervisão do guarda da prisão porque "o Senhor estava com ele; e tudo o que ele fez, o Senhor o fez prosperar" (Gênesis 39:23). É importante notar que Deus honrou a confiança de José e sua determinação de ser o melhor, independente das circunstâncias. Como honrar e confiar em Deus continuaram sendo as prioridades da vida de José na prisão; Deus mostrou-lhe favor por meio do carcereiro da prisão e dos próprios prisioneiros; outro ponto alto na jornada de José com Deus.

## CONECTE-SE COM AS PESSOAS ATRAVÉS DO CUIDADO

Enquanto ainda estavam na prisão, o mordomo-chefe e o padeiro-chefe, dois dos oficiais do Faraó que foram injustiçados pelo rei, foram enviados para essa mesma prisão e mantidos sob os cuidados de José. Depois de algum tempo na prisão, os dois oficiais tiveram um sonho preocupante. José, que sofreu a separação de sua família, escolheu se conectar com outras pessoas na prisão. Ele percebeu a preocupação dos dois oficiais e procurou ajudá-los na interpretação de seu sonho. Dentro de três dias, assim como José havia previsto, o mordomo foi reintegrado em sua posição no palácio, e o padeiro foi decapitado, de acordo com a interpretação de José do sonho do padeiro. José não ficou excessivamente preocupado ou arrasado por ser falsamente acusado e preso. Ele genuinamente se preocupava com o bem-estar dos que estavam sob seus cuidados e não se esquivava de usar os dons que Deus lhe havia dado para abençoar a outros. Os dons dados por Deus são ferramentas poderosas que, quando colocadas em uso altruísta, amando e servindo generosamente aos outros, podem elevar qualquer pessoa do abismo do desespero para uma vida feliz de serviço aos outros, mesmo em circunstâncias difíceis. Sempre que se sentir derrotado, considere o que Deus colocou em suas mãos e escolha usar isso para o bem daqueles dentro de sua esfera de influência. Ame as pessoas e sirva-as com humildade.

## CONECTE-SE RECONHECENDO A DEUS EM TUDO

Na jornada de José de adversidades e repetidos saltos, chegou um momento em que o Faraó teve um sonho. O mordomo que estivera na prisão com José se lembrou de um jovem hebreu talentoso que interpretou seus sonhos e contou sua história ao rei. O rei mandou trazer José para ajudá-lo a interpretar seu sonho. Quando o rei perguntou se José entendia e interpretava sonhos, José não assumiu o crédito pelo dom, mas o direcionou para onde era devido. Ele disse: “Não está em mim; Deus dará a Faraó uma resposta de paz” (Gênesis 41:16). Então Faraó repetiu seu sonho, e José interpretou o sonho que os mágicos e todos os outros no Egito não puderam interpretar. José também aconselhou Faraó sobre o que ele deveria fazer para evitar a perda de vidas entre as pessoas do maior reino da Terra durante os sete anos de fome severa que viriam após sete anos de colheitas abundantes. Nessa situação, José se recuperou levantando o nome de seu Deus como o único capaz. Essa foi a coisa perfeita a se fazer quando todos os deuses do Egito e os mágicos falharam em interpretar a visão para o rei. Momentos de desespero são os momentos mais apropriados para reconhecer a Deus, que é a esperança do mundo.

A resposta imediata do Faraó foi: "Podemos encontrar alguém como este, um homem em quem é o Espírito de Deus" (Gênesis 41:38)? Surpreendentemente, ele respondeu à sua pergunta afirmando a José que “não há ninguém tão perspicaz e sábio como você. Você estará sobre a minha casa e todo o meu povo será governado de acordo com a sua palavra; só em

relação ao trono serei maior do que você”. E Faraó disse a José: “Vê, eu te hei posto sobre toda a terra do Egito” (Gênesis 41:39-41).

Que grande momento para José! Uma incrível ascensão ao poder em uma terra estrangeira. Esse foi um salto que José nunca imaginou que aconteceria com um jovem escravo hebreu em uma terra estrangeira sem qualquer apoio da família. O registro dessa história nas escrituras é para nos assegurar que “todo aquele que Me confessar diante dos homens, também o Filho do Homem o confessará perante os anjos de Deus” (Lucas 12:8). Lembre-se de que Deus nos ajudará a nos levantarmos de todas as dificuldades que enfrentamos, pelo poder do Espírito Santo! Dessa vez, José se recuperou reconhecendo a bondade e a grandeza do Deus no Céu diante de um povo que não conhecia esse Deus.

Na vida, não adianta ficar remoendo nossas decepções, dores, frustrações e injustiças. Em vez disso, vale a pena nos concentrarmos em fazer todo o possível para libertar os outros em tais apuros usando nossas habilidades, nossos talentos, conhecimento e experiência dados por Deus. Ao fazermos isso, somos gradualmente elevados de nossas próprias circunstâncias patéticas para sermos colocados em um pedestal que Deus escolheu para nós. José confiou em Deus e continuou a ser a melhor pessoa que poderia ser, mesmo nas piores circunstâncias. Ao usar os próprios dons que Deus lhe deu, ele se preocupou mais com o bem-estar dos outros do que com o seu. Ele exerceu e manteve a consistência levando uma vida de integridade testada através da adversidade e comprovada para funcionar. Por tudo isso, José manteve estritamente sua identidade como um jovem hebreu temente a Deus que confiava em Deus e esperava que Ele o trouxesse de volta à proeminência repetidas vezes. Nessa parceria, ele não tinha vergonha de reconhecer tal Deus, mesmo para estranhos.

## CONEXÃO ATRAVÉS DO AMOR E DA COMPAIXÃO

O maior teste para José veio quando Deus levou seus irmãos a se encontrarem cara a cara pela primeira vez desde o dia em que o baniram para a destruição. José estava agora no auge do sucesso. Seus algozes estavam bem diante dele, embora não o reconhecessem. Os sonhos de José agora se tornaram realidade. José permaneceria na plataforma elevada da maturidade piedosa ou cairia em um poço de ódio e vingança contra seus irmãos? Era hora de ver o impacto dos altos e baixos que a vida teve sobre o caráter de José.

Humanamente, essa teria sido a melhor oportunidade de vingança. Mas José demonstrou o que acontece com alguém que se apegue ao Senhor em altos e baixos. O caráter se desenvolve nesses momentos, ajudando-nos a aproximar-nos de Deus. Por meio de uma experiência difícil, nosso caráter é formado e cimentado.

*“Um caráter justo vale mais do que o ouro de Ofir. Sem ele, ninguém pode ascender a uma eminência honrosa. Mas o caráter não é herdado. Não pode ser comprado.*

Excelência moral e excelentes qualidades mentais não são o resultado de um acidente. Os presentes mais preciosos não têm valor, a menos que sejam melhorados. A formação de um caráter nobre é obra para toda a vida e deve ser o resultado de esforço diligente e perseverante. Deus dá oportunidades; o sucesso depende do uso que é feito delas.”<sup>22</sup>

José provou do que era feito transformando a oportunidade de vingança em um momento de perdão, restauração e cura. Ele fez com que fosse o que Deus pretendia para cada indivíduo ou família em relacionamentos tensos, um momento de unidade e união. Quando acontecerem coisas que perturbem a família, lembre-se, você pode se levantar novamente. E quando esse momento chega, também se torna um momento EU VOU para construir relacionamentos, para reconciliar, trazer estabilidade, perdoar, curar e trazer união. Sim, VOCÊ VAI SE LEVANTAR NOVAMENTE! E ao fazer isso, ajude os outros a se levantarem também.

## CONCLUSÃO

Como José, Deus nos deu uma visão para nossas vidas. Pode não ser tão dramático quanto a de José, mas Deus tem uma obra para nós, individual e coletivamente. A visão pode parecer turva às vezes. Dependendo de onde estamos, podemos não compreender totalmente o plano de Deus. Na verdade, pode parecer impossível, e podemos ser tentados a descartá-lo como se fosse apenas mais um sonho. Vamos escolher cooperar com Deus:

1. Através de constante oração e estudo da palavra de Deus;
2. Confiando em Deus completamente;
3. Submetendo-nos em obediência à liderança de Deus em nossas vidas;
4. Ao escolher amar e servir aos outros incondicionalmente;
5. Ao reconhecer os dons que Deus nos deu e escolher usá-los para abençoar outros.

Deus fará com que o sonho que Ele nos deu se torne realidade. Ele nos dará coragem, força e um espírito de perseverança. E lembre-se sempre, se você escolher, você se levantará novamente. Paulo deu aos Coríntios esta garantia que é nossa hoje:

“Portanto, não desanimamos. Mesmo que nosso homem exterior esteja perecendo, o homem interior está sendo renovado dia a dia. Pois a nossa leve e momentânea aflição, está produzindo para nós um peso de glória muito maior e eterno, porque não fixamos os olhos naquilo que se pode ver, mas no que não se pode ver. Porque o que se vê é passageiro, mas o que não se vê é eterno” (2 Coríntios 4:16-18).

Como José, as coisas podem ser difíceis e acidentadas, escolha se conectar como José fez - confiar em Deus, levar uma vida de integridade e excelência, servir aos outros, reconhecer a Deus em tudo e amar os outros enquanto exerce compaixão. Foi assim que José se recuperou de cada

buraco em que foi jogado. Através do poder do Espírito Santo, nós também nos levantaremos novamente e proclamaremos com alegria: EU VOU.

## REFERÊNCIAS

- 1 Ellen G White, *The Truth About Angels*, 209. (*The Signs of the Times*, May 30, 1895).
- 2 Ellen G White (1958). *Patriarchs and Prophets*, pg. 223. Mountain View, CA: Pacific Press Publishing Association.

# COMO UMA BOLA DE BORRACHA

POR CLAUDIO E PAMELA CONSUEGRA

## TEXTO

“De todos os lados somos pressionados, mas não desanimados; ficamos perplexos, mas não desesperados; somos perseguidos, mas não abandonados; abatidos, mas não destruídos”. (2 Coríntios 4:8-9 NVI)

## INTRODUÇÃO

Você deve se lembrar, há muitos anos, quando os fabricantes de brinquedos lançaram uma *Super Bola*. Essa bola, que se parecia muito com qualquer outra bola de borracha, foi inventada por Norman Stingley em 1964 e era feita de materiais extremamente elásticos, o que a fazia saltar muito mais alto do que qualquer outra bola até então. Lembro-me de jogá-la contra o chão com toda a força que meu jovem braço podia e observá-la saltar sobre o telhado da minha casa e continuar a quicar no chão muitas mais vezes depois. Na verdade, de acordo com a Wikipédia, “ela pode saltar sobre um prédio de três andares.”

A *Super Bola* possui a propriedade de ser incrivelmente resistente. Ela tem a capacidade de se recuperar, resistir e se recuperar rapidamente de condições muito difíceis - como ser jogada com força contra o pavimento. Essa bola é resiliente porque é capaz de recuar ou voltar à forma após dobrar, esticar ou ser comprimida. É incrível brincar com essa bola, desde que seu braço possa continuar jogando-a contra o chão. Mas a *Super Bola* não é

---

**Claudio Consuegra**, DMin, é o Diretor do Departamento dos Ministérios da Família na Divisão Norte-americana da Igreja Adventista do 7º Dia, Columbia, Maryland, EUA.

**Pamela Consuegra**, PhD, é Diretora Associada do Departamento dos Ministério da Família na Divisão Norte-americana da Igreja Adventista do 7º Dia, Columbia, Maryland, EUA.

a única bola de borracha que quica. Outras bolas de borracha também são resilientes, cada uma de acordo com os materiais com que é feita.

As pessoas também são resilientes. Resiliência é a capacidade de gerenciar suas reações a situações estressantes, recuperar-se de eventos dolorosos e funcionar bem mesmo quando coisas ruins acontecem. A boa notícia é que resiliência não é algo que você tem ou não tem. Todo mundo nasce com uma certa resiliência que pode ser estimulada para que cresça e se fortaleça. Ao mesmo tempo, a resiliência não é algo que usamos e perdemos. Em vez disso, construímos resiliência ao longo de nossas vidas - especialmente quando encontramos maneiras de superar um desafio. É como um músculo - quanto mais o usamos, mais forte ele fica.

Embora a Bíblia não use as palavras resiliência ou resiliente, ela descreve o que é. Em nosso texto de hoje, o apóstolo Paulo escreveu: “De todos os lados somos pressionados, mas não desanimados; ficamos perplexos, mas não desesperados; somos perseguidos, mas não abandonados; abatidos, mas não destruídos” (2 Coríntios 4:8-9 NVI). Paulo era muito resistente. Ele lembrou aos membros da igreja em Corinto de todas as coisas que ele experimentou como um crente e missionário de Cristo:

“São eles servos de Cristo? — estou fora de mim para falar desta forma — eu ainda mais: trabalhei muito mais, fui encarcerado mais vezes, fui açoitado mais severamente e exposto à morte repetidas vezes. Cinco vezes recebi dos judeus trinta e nove açoites. Três vezes fui golpeado com varas, uma vez apedrejado, três vezes sofri naufrágio, passei uma noite e um dia exposto à fúria do mar. Estive continuamente viajando de uma parte a outra, enfrentei perigos nos rios, perigos de assaltantes, perigos dos meus compatriotas, perigos dos gentios; perigos na cidade, perigos no deserto, perigos no mar, e perigos dos falsos irmãos. Trabalhei arduamente; muitas vezes fiquei sem dormir, passei fome e sede, e muitas vezes fiquei em jejum; suportei frio e nudez. Além disso, enfrento diariamente uma pressão interior, a saber, a minha preocupação com todas as igrejas” (2 Coríntios 11:23-28 NVI).

Mas, apesar de todas as dificuldades, Paulo se recuperou e continuou a seguir em frente. Como ele disse aos membros da igreja em Filipos:

“Não que eu já tenha obtido tudo isso ou tenha sido aperfeiçoado, mas prossigo para alcançá-lo, pois para isso também fui alcançado por Cristo Jesus. Irmãos, não penso que eu mesmo já o tenha alcançado, mas uma coisa faço: esquecendo-me das coisas que ficaram para trás e avançando para as que estão adiante, prossigo para o alvo, a fim de ganhar o prêmio do chamado celestial de Deus em Cristo Jesus. Todos nós que alcançamos a maturidade devemos ver as coisas dessa forma, e se em algum aspecto vocês pensam de modo diferente, isso também Deus lhes esclarecerá” (Filipenses 3:12-15 NVI).

A Bíblia nos incentiva a prosseguir (Filipenses 3: 13-15), a superar as adversidades e tentações (Romanos 12:21) e a perseverar em face das provações (Tiago 1:12). Mas a palavra de Deus também fornece muitos exemplos de pessoas que sofreram muito, mas continuaram a seguir Seu plano para suas vidas.

Talvez pudéssemos até escolher Provérbios 24:16 como uma espécie de música tema para uma vida cheia de adversidades. “Pois o justo cai sete vezes e se levanta, mas os ímpios tropeçam em tempos de calamidade”. (Provérbios 24:16)

Deus sabe que às vezes precisamos de um encorajamento especial, por isso Ele fica ao nosso lado e sussurra em nossos ouvidos as palavras de Paulo: “Em todas essas coisas somos mais do que vencedores, por aquele que nos amou”. (Romanos 8:37)

Se alguém precisa de resiliência mais do que nunca, são as famílias de hoje. Pense por um momento em tudo o que as famílias tiveram de suportar apenas nos últimos doze meses. Mas mesmo se tirarmos o COVID-19, a pandemia e a quarentena da equação, as famílias são constantemente jogadas com força contra o asfalto da vida.

## ESPOSAS RESILIENTES

[OBSERVAÇÃO: POR FAVOR, COLOQUE AQUI SUA PRÓPRIA ILUSTRAÇÃO]

Ainda hoje, enquanto preparávamos esta mensagem, recebemos um apelo urgente de uma mulher que não conhecemos. Nesse e-mail, ela implorou por ajuda porque seu casamento está desmoronando. Seu marido disse que quer seguir em frente porque não a ama. Ele teve um relacionamento adúltero há algum tempo. Ele disse a ela que era porque ela não tinha mostrado nenhum interesse sexual por ele, que ela não parecia interessada em ter relações sexuais com ele, então ele procurou outra pessoa para atender sua necessidade.

Ela disse que o perdoou e queria ter um casamento bom, saudável, feliz e duradouro, mas ele não queria. Uma das muitas tragédias dessa história é que há uma criança presa nessa teia, uma criança que testemunhará o fim do casamento de seus pais, a destruição de sua família.

Mas isso não precisa acontecer. Também conhecemos e trabalhamos com casais que tiveram sérios problemas conjugais, incluindo vários casos amorosos. No entanto, eles foram capazes de reconstruir seu relacionamento com Deus e um com o outro. Um casal está junto, forte em sua fé e fiel aos seus votos matrimoniais, há mais de vinte anos, desde que se entregaram e se casaram com Deus. Eles, como Paulo, reivindicaram a promessa, “Tudo posso naquele que me fortalece” (Filipenses 4:13 NVI).

Casais resilientes descobriram que se eles vão se recuperar de tudo o que o mundo e o diabo jogarem em seu caminho, eles não jogam o jogo da culpa. Ao contrário de nossos antepassados, Adão e Eva, os casais resilientes enfrentam seus problemas juntos em vez de apontar o dedo um para o outro. Aceite a responsabilidade por seus problemas e coisas que você fez, em vez de se esconder atrás de acusações de culpa dirigidas ao outro. Apontar o dedo desinfla você e, eventualmente, você pode não ser capaz de se recuperar novamente.

Outra coisa que aprendemos sobre casais resilientes é que eles são capazes de encontrar humor mesmo em situações difíceis. Isso não significa que você não leve suas preocupações ou problemas a sério. Um casal percebeu que se suas brigas estavam começando a ficar fora de controle, muitas vezes ajudava se alguém estivesse disposto a quebrar a tensão sorrindo, abrindo os braços e exclamando: 'Vamos nos abraçar!' Por favor, certifique-se de encontrar humor durante os momentos difíceis. Isso não significa que você esteja zombando da outra pessoa, porque isso não seria apenas desrespeitoso, mas também não ajudaria em nada a questão já problemática que você está enfrentando.

Casais resilientes não querem simplesmente sobreviver, eles querem prosperar. Por isso, quando se veem começando a afundar, pedem ajuda. Eles não esperam até que já estejam se afogando; eles pedem ajuda mais cedo do que tarde demais. É preciso coragem para pedir ajuda, mas os casais resilientes sabem que todos os casais enfrentam dificuldades em um momento ou outro. Isso é parte da vida. O segredo é saber quando você pode cuidar da situação sozinho ou quando precisa de ajuda externa. E por ajuda de fora, não queremos dizer um parente ou um amigo, mas um profissional qualificado.

Você pode pensar que casais resilientes são fortes o tempo todo. A verdade é que esses casais aprenderam a ser vulneráveis um com o outro e não têm medo de confidenciar ao cônjuge seus medos e esperanças. Ao mesmo tempo, eles respondem com compaixão ao que seu cônjuge revela.

Uma comunicação boa e saudável é um ingrediente-chave na vida de casais bem-sucedidos. Casais resilientes não esperam que seu cônjuge leia suas mentes, mas expresse de forma aberta, clara e assertiva o que pensam e sentem, o que gostam ou não gostam e o que querem ou desejam. Ao mesmo tempo, casais resilientes não encobrem ou ignoram os problemas, mas se comprometem a resolvê-los. Eles têm um desejo genuíno de seguir em frente e continuar sua jornada de casamento até que a morte os separe.

Cônjuges resilientes gostam de estar juntos. Durante a pandemia, muitos casais ficaram em casa por dias, semanas e até meses e realmente gostaram de passar o tempo um com o outro, mesmo enquanto trabalhavam em frente à tela do computador. Penso em um casal mais velho que tinha alguns problemas conjugais, emocionais e talvez até espirituais. Duas vezes ele mentiu sobre ela para salvar sua própria pele. Ela o forçou a ter um filho com outra mulher e então o incitou a se livrar da mulher e de seu filho. Eles envelheceram sem a alegria de ter seu próprio filho. Mas, apesar de seus conflitos, desafios e complicações, eles gostavam da companhia um do outro. Na velhice, Abraão e Sara ainda gostavam de estar juntos, e até mesmo de ter intimidade um com o outro.

Casais resilientes são gratos um ao outro, um pelo outro e a Deus. Casais resilientes estabelecem metas juntos, em vez de tomar decisões individuais separados um do outro. Acima de tudo, casais resilientes aprenderam que não podem viver sem a ajuda de Deus. Eles aprenderam a acreditar e amar as palavras do livro de Provérbios: “Confie no Senhor de todo o seu coração e não se apoie em seu próprio entendimento; reconheça o Senhor em todos os seus caminhos, e ele endireitará as suas veredas” (Provérbios 3:5-6 NVI).

## PAIS RESILIENTES

Se há algo que todo pai teme, é a morte de seu filho. Eles oram para que nunca tenham que provar aquela pílula amarga. Muitos casais não sobrevivem a tal tragédia e a perda de seus filhos muitas vezes resulta no fim do casamento.

Casais resilientes superaram o vale da sombra da morte e mantêm um equilíbrio entre o luto normal e o retorno a um novo normal sem seus filhos em suas vidas. Penso em casais como Adão e Eva e como eles devem ter lamentado a morte de seu segundo filho, Abel, nas mãos de seu irmão mais velho. Mas eles encontraram consolo e paz no nascimento de seu terceiro filho, Seth. Maria, a mãe de Jesus, não se sentou para chorar sozinha em sua casa. O livro de Atos nos diz que ela se reuniu com os discípulos de Jesus no cenáculo, e lá Jesus se encontrou com eles após Sua ressurreição (Atos 1:2-14).

Jó, aquele santo do Antigo Testamento, demonstrou incrível resiliência, e Deus o honrou por isso. Lembre-se de que ele havia perdido literalmente tudo o que possuía. Tudo o que lhe restou foi a saúde, mas então a calamidade o atingiu novamente e ele ficou doente. Jó estava em grande agonia física e emocional, mas se recusou a amaldiçoar o Senhor ou desistir. A Bíblia nos diz: “Em tudo isso Jó não pecou nem de nada culpou a Deus” (Jó 1:22 NVI).

Sua companheira de vida até o desafiou: “Então sua mulher lhe disse: “Você ainda mantém a sua integridade? Amaldiçoe a Deus, e morra!” (Jó 2:9 NVI). Mas para Jó isso estava fora de questão. Quando mais precisava de um amigo, recebeu a visita de três de seus companheiros mais próximos e um visitante extra, um homem mais jovem do que eles. Enquanto eles ficaram quietos, e fizeram isso por sete dias, eles deram a Jó exatamente o que ele precisava. Eles se sentaram em silêncio com ele por sete dias e sete noites (Jó 2:13). Mas então eles tentaram convencê-lo de que seu sofrimento e suas perdas eram culpa sua. Ele não tinha filhos, nem trabalhadores, nem renda, nem o apoio de sua esposa ou de seus amigos mais próximos, mas, apesar de seu sofrimento, Jó sabia que Deus estava no controle e esse conhecimento o ajudou a manter a resiliência em vez de ceder à derrota. Sua fé resultou em resiliência.

Frequentemente, como pais, nos perguntamos se fizemos o melhor para criar nossos filhos. Tenho sido paciente o suficiente? Eu orei o suficiente? Tenho sido um bom exemplo? Como pai, resiliência significa encontrar uma maneira de ser o pai que você deseja, não importa o que mais esteja acontecendo ao seu redor. E quando nossos filhos desobedecem, se rebelam ou se afastam de tudo que lhes ensinamos, é fácil culpar a nós mesmos por suas escolhas e decisões.

Durante esses momentos difíceis, veja o que o ajuda a se acalmar, use sua força interior, mas também a força que vem de cima. Pais resilientes aprenderam a encontrar algo que possam fazer para cuidar de si mesmos a cada dia, para que possam, por sua vez, cuidar melhor de seus filhos. Certifique-se de reservar algum tempo para fazer algo que seja relaxante ou revigorante. Pode ser algum exercício, beber sua bebida quente favorita pela manhã, ler um livro ou pegar o telefone e falar com um amigo de confiança.

Quando estamos no meio de uma situação desafiadora, sentimos que nunca vai acabar, mas você precisa se lembrar que isso também vai passar. Mantenha a esperança de um futuro melhor e mantenha a promessa de um amanhã melhor. Quando você sente que está afundando na areia movediça, é fácil pensar apenas em si mesmo, mas você deve verificar com cada um dos membros da sua família para descobrir como eles estão se sentindo, o que estão perdendo ou o que os fez rir hoje.

Mesmo nos momentos mais tristes, procure momentos de alegria e encorajamento, por

menores que sejam. Não se isole. Mesmo que sua igreja esteja temporariamente fechada, mantenha-se conectado à sua comunidade religiosa on-line, por telefone ou por cartas manuscritas. Nossa fé pode ser um poderoso lembrete para você ser grato pelas coisas boas em sua vida e ter esperança para o futuro.

## FILHOS RESILIENTES

Já ouvimos muitas vezes: “as crianças são muito resistentes”. E isso é verdade, até certo ponto. Quando são pequenos e estão aprendendo a andar, costumam cair e chorar. Como novos pais, sofremos por eles e nosso coração se parte ao vê-los sofrer. Mas aqueles pequenos humanos se levantam e continuam tentando até que estejam se movendo e correndo pela casa mais rápido do que podemos acompanhá-los. Um joelho arranhado, um corte de um dedo ou até mesmo um osso quebrado cicatriza, e muitas vezes eles mostram suas cicatrizes como uma espécie de medalha de honra.

Ao mesmo tempo, os filhos são profundamente afetados pelo trauma, abuso e divórcio dos pais. Mesmo os filhos adultos, no divórcio são feridos pelas ações e decisões de seus pais.

Por que algumas crianças parecem se sair melhor do que outras? O fato é que todos nascem com uma certa resiliência que pode ser nutrida ou prejudicada pelas situações da vida. Algumas crianças parecem naturalmente mais resistentes, enquanto outras parecem desenvolver essa característica com o tempo e administrando suas próprias provações. De certa forma, resiliência significa apenas “superar as dificuldades e, da próxima vez, não parecerá tão difícil.”

Um dos componentes vitais da resiliência é a capacidade de olhar para um problema e encontrar uma solução. O que é surpreendente é que nós, como pais, podemos ajudar a desenvolver essa característica em nossos filhos, incentivando-os a participar da solução dos pequenos dilemas que acontecem ao longo do dia. Provavelmente seria mais fácil para nós simplesmente fazer as coisas para eles, mas então eles nunca aprenderiam. É por isso que tentar “consertar” seus problemas, em vez de encorajá-los a encontrar uma solução por conta própria, pode ser mais prejudicial do que útil. O que você está fazendo por seus filhos que eles próprios poderiam fazer? Peça-lhes que considerem o que seria necessário para resolver o problema. Se eles estão com sede, o que podem fazer a respeito? Se o brinquedo quebrou, o que eles precisam para consertar? Ou o que eles aprenderam para serem mais cuidadosos na próxima vez? E se eles não conseguirem encontrar seus tênis? Faça a pergunta: “o que você acha que devemos fazer sobre isso?” Ou, “como você o encontraria?”

Não espere que todos os seus filhos façam as mesmas coisas ao mesmo tempo e da mesma maneira. Seus filhos mais velhos podem ser responsáveis por sair da cama na hora certa e estudar para a prova de matemática, enquanto os mais novos podem precisar de ajuda e incentivo mais diretos. Talvez os filhos mais velhos possam ajudar os mais novos em suas lutas.

Todos nós achamos mais fácil aprender quando recebemos encorajamento, então elogie seus filhos com propósito. Até mesmo Deus, nosso Pai, expressou encorajamento e louvor por Seu Filho. Duas vezes o Pai disse estas palavras: “Este é o meu Filho amado, em quem me comprazo” (Mateus 3:17, 17: 5). Seus filhos precisam receber esse reforço positivo por suas boas ações. “Bom garoto!”, “Uau, você é tão inteligente!” “Esta imagem deveria estar pendurada em um museu!” “Estou tão orgulhoso de você!” Diga essas palavras assim que os vir fazer coisas boas. E certifique-se de que seu elogio se concentre nas estratégias que seus filhos usam (“É incrível como você resolveu esse problema”), trabalhos específicos que eles fizeram bem (“Seu quarto parece tão bom e limpo!”) E, especialmente, seu esforço ao longo dos desafios que enfrentou (“Vejo que seu trabalho árduo está aparecendo neste projeto”).

Paulo lembrou ao jovem pastor Timóteo: “Pois Deus não nos deu espírito de covardia, mas de poder, de amor e de equilíbrio” (2 Timóteo 1:7 NVI). Como pais, estabelecemos o padrão para nossos filhos. Eles aprendem nos observando. Eles aprendem conosco como interagir com as pessoas e com o mundo ao nosso redor, o que é aceitável e o que é um comportamento inadequado. Quando enfrentamos nossos próprios desafios, desmoronamos, gritamos e jogamos coisas contra as paredes ou machucamos outras pessoas? Nós modelamos o comportamento para nossos filhos imitarem. Ou podemos mostrar a eles por meio de nosso exemplo como tomar boas decisões, quais escolhas são as melhores e o que fazer, mesmo quando as pessoas nos tratam de maneira indelicada e injusta. “Não se alegre a minha inimiga com a minha desgraça. Embora eu tenha caído, eu me levantarei. Embora eu esteja morando nas trevas, o Senhor será a minha luz” (Miquéias 7:8 NVI).

## FAMÍLIAS RESILIENTES

Por que estamos falando sobre resiliência na mensagem de hoje? A menos que você tenha vivido em uma caverna durante os últimos dois anos, você sabe que estamos passando por alguns dos dias mais difíceis e desafiadores de nossas vidas. Milhões foram infectados por um vírus mortal e muitos morreram. Todos nós provavelmente conhecemos pelo menos uma pessoa que morreu em consequência desse vírus mortal.

Mas também houve outros efeitos colaterais da pandemia, e muitos deles serão sentidos por muito tempo. Os cônjuges e pais perderam o emprego, os rendimentos e não têm podido manter a casa. Seus filhos perderam seus amigos.

E, no entanto, apesar do ambiente desolador, muitas famílias não apenas sobreviveram, mas também prosperaram. Com o apóstolo Paulo, podemos dizer: “Considero que os nossos sofrimentos atuais não podem ser comparados com a glória que em nós será revelada” (Romanos 8:18 NVI).

Ao considerarmos as promessas de um mundo melhor, podemos aceitar as palavras de Paulo como uma entrada do tesouro que nos espera. Mas e quanto ao aqui e agora? O que dizer dos dias em que ainda não podemos ver nossos entes queridos? Nós encorajamos você a permanecer conectado mesmo quando não puderem ficar juntos.

Como pais, é mais fácil lidar com nossos desafios quando permanecemos conectados com nossa família, amigos e vizinhos com quem temos relacionamentos positivos. Ter pessoas atenciosas em nossa vida nos ajuda a nos sentirmos seguros, confiantes e fortalecidos.

Mantenha contato próximo, mesmo que à distância, pelo menos uma vez por dia, com pessoas de quem você gosta e que se importam com você. Uma mensagem de texto, um e-mail ou, de preferência, uma curta ligação ou um bate-papo por vídeo pode ser significativo para ambos. Pelo menos uma vez por semana, tente ter conversas mais longas.

## CONCLUSÃO

Uma das muitas bênçãos de ser cristão é que Deus nos dá aquele espírito resiliente para continuar se recuperando. A chave para a resiliência é a fé no Senhor:

“O Senhor firma os passos de um homem, quando a conduta deste o agrada;  
ainda que tropece, não cairá, pois o Senhor o toma pela mão” (Salmo 37:23-24 NVI).

E Tiago, irmão do Senhor, nos garante, “Feliz é o homem que persevera na provação, porque

depois de aprovado receberá a coroa da vida que Deus prometeu aos que o amam” (Tiago 1:12 NVI).

## **REFERÊNCIAS**

Super Ball. (2021, September 29). In Wikipedia. [https://en.wikipedia.org/wiki/Super\\_Ball](https://en.wikipedia.org/wiki/Super_Ball)

# NÓS IREMOS: FAMÍLIAS SEGUINDO O MANDATO DE DEUS

POR JARED MILLER

## TEXTOS

Josué 1:9  
Lucas 10:2  
Êxodo 4:19-20  
Êxodo 12:1-3  
Gênesis 12:1-3  
Atos 18:24-26

## INTRODUÇÃO: NOSSA HISTÓRIA

O desejo inicial de minha esposa e eu de servir ao Senhor em um país estrangeiro ocorreu durante nossos estudos do seminário na Universidade Andrews, há mais de uma década. Achamos que o momento era perfeito. Ainda não tínhamos filhos, o que permitia que ambos trabalhássemos em tempo integral no serviço missionário. O Senhor parecia estar abrindo todas as portas para nós. Mas depois de receber um único telefonema, as portas foram fechadas. Nosso sonho de serviço missionário foi despedaçado. Ficamos extremamente desapontados.

O Senhor começou a ressuscitar esse sonho seis anos depois. Participamos da Sessão da Conferência Geral de 2015 em San Antonio, Texas, e Homer Trecartin, naquela época, presidente da União Missão Oriente Médio e Norte da África (MENA), fez um relatório convincente sobre a vasta área não alcançada em MENA.<sup>1</sup> Mais tarde naquele mesmo ano, levamos alguns jovens de nosso distrito para a conferência Geração de Jovens para Cristo em Louisville, Kentucky, e Homer Trecartin falou novamente. Ele disse que a colheita era abundante, como Jesus disse, mas os trabalhadores eram poucos - especialmente no MENA.<sup>2</sup> Ele fez um apelo do púlpito, convidando os jovens a se apresentarem e servirem a Deus como missionários, mesmo que isso significasse que eles poderiam morrer no campo missionário,

---

**Jared Miller**, DMin é o pastor da Igreja Adventista do Sétimo Dia da Universidade do Oriente Médio em Beirute, Líbano.

nunca mais voltando para suas famílias novamente. Muitos jovens avançaram, mas nós permanecemos sentados. Mais tarde, quando conversamos, Katie disse que sentia que Deus estava nos chamando para trabalhar no Oriente Médio, mas eu não vi nenhuma possibilidade de isso acontecer.

Para minha surpresa, cerca de dois meses depois, um colega ligou e perguntou se teríamos algum interesse em pastorear em Beirute, no Líbano. Esse telefonema inesperado deu início ao processo emocionante e um tanto assustador do Senhor nos conduzindo ao Oriente Médio. Ao pedirmos seriamente a Deus que revelasse Sua vontade para o nosso ministério, Ele rapidamente abriu as portas e tornou Sua vontade conhecida. Quando nossa casa foi vendida depois de ser oferecida por apenas três semanas e meu programa de doutorado me permitiu continuar a implementação do meu projeto conforme planejado, sabíamos que Ele estava nos chamando para além-mar.

Foi nessa época que lemos esta declaração: “Se os seguidores de Cristo estivessem despertados para o dever, haveria milhares onde hoje há apenas poucos que proclamam o evangelho em terras pagãs. E todos os que não puderam pessoalmente empenhar-se na obra, ainda a sustentariam com seus recursos, sua simpatia e suas orações. E haveria muito mais trabalho zeloso pelas almas nos países cristãos”.<sup>3</sup> Deus nos convenceu de que precisávamos deixar nosso distrito, nosso papel departamental no ministério da família e nossa vida confortável nos Estados Unidos, a fim de compartilhar o evangelho em uma terra estrangeira - Líbano.<sup>4</sup>

Visto que Deus abriu todas as portas e deixou claro que estava nos chamando para o exterior, nossa família de quatro pessoas se mudou para a Universidade do Oriente Médio em Beirute em 2016. Em cinco meses, nossa terceira filha nasceu em um hospital local. Servir ao Senhor no Líbano como uma família tem sido uma experiência incrível e gratificante. Ao mesmo tempo, o trabalho missionário não é fácil para as famílias.

## EXPLOSÃO NO PORTO DE BEIRUTE

No dia 4 de agosto de 2020, Beirute foi abalada por uma grande explosão no porto. Foi uma das maiores explosões não nucleares de todos os tempos, matou mais de 200 pessoas, feriu 6.000 e causou bilhões de dólares em danos em toda a cidade.

Nossa família mora a cerca de 8km do porto. Sentimos a explosão em nossa casa naquela noite. A terra tremeu, e inicialmente pensamos que poderia ter sido um terremoto. Nós imediatamente corremos para fora, olhamos para a cidade e nos perguntamos o que teria acontecido. Beirute tinha sido bombardeada? O país estava sob ataque? Foi uma época assustadora para mim, minha esposa e nossas três filhas.

A devastação, a incerteza e o medo causados pela enorme explosão levaram algumas pessoas no Líbano a imediatamente fazer planos para partir. A explosão trouxe memórias dolorosas dos 15 anos de guerra civil. Algumas pessoas fugiram por medo de a história se repetir.

Em situações difíceis como essa, Deus incentiva as famílias com essas palavras, “Não fui eu que lhe ordenei? Seja forte e corajoso! Não se apavore, nem se desanime, pois o Senhor, o seu Deus, estará com você por onde você andar”(Josué 1:9).

Visto que Deus está conosco, nossas famílias podem ser resilientes em face dos muitos desafios que enfrentamos ao fazer a obra de Deus.

Aqui está como a resiliência é definida: “a habilidade de uma pessoa de se ajustar ou se recuperar prontamente de doenças, adversidades, grandes mudanças na vida etc.; flutuabilidade”.<sup>5</sup>

Às vezes, Deus chama famílias para servir em lugares difíceis. E se Ele chamar, Ele também dará força e resiliência às famílias para suportar e perseverar nos muitos desafios que surgem quando seguimos o chamado de Deus para servir.

## ESTUDO BÍBLICO

Hoje vamos olhar para várias histórias de como Deus chamou várias famílias para deixarem de onde estavam para viver e servi-lo em outra área.

### MOISÉS & FAMÍLIA

Moisés recebeu um chamado especial para servir quando Deus falou com ele desde a sarça ardente. Deus o chamou para voltar ao Egito, o mesmo lugar de onde ele havia fugido 40 anos antes. Mas quando Deus chamou Moisés, sua vida foi muito diferente de quando ele fugiu solteiro. Agora ele era casado, com dois filhos pequenos.

Êxodo 4:19-20 diz:

“Ora, o Senhor tinha dito a Moisés, em Midiã: ‘Volte ao Egito, pois já morreram todos os que procuravam matá-lo. Então Moisés levou sua mulher e seus filhos montados num jumento e partiu de volta ao Egito. Levava na mão a vara de Deus’.

Os dois filhos de Moisés provavelmente eram muito jovens - talvez uma criança e o segundo "uma criança".<sup>6</sup> Com sua jovem família, ele obediamente seguiu o chamado de Deus para ir ao Egito. No entanto, no caminho, ele teve dúvidas sobre como trazer sua jovem família para esta missão potencialmente perigosa de confrontar o rei do Egito. Ellen White fornece esses detalhes importantes:

Com sua esposa e filhos, Moisés iniciou a viagem. Ele não ousou divulgar o objetivo de sua missão [ao sogro], para que não fossem autorizados a acompanhá-lo. Antes de chegar ao Egito, no entanto, ele mesmo achou que seria melhor para sua própria segurança mandá-los de volta para a casa em Midiã.<sup>7</sup>

Para Moisés e sua família, ele decidiu que a separação temporária de sua esposa e filhos seria a opção mais segura, e a melhor opção para sua esposa Zípora. Mais uma vez, Ellen White revela:

[Zípora] ficou... muito angustiada com a visão do sofrimento; e foi por essa razão que Moisés, quando a caminho do Egito, consentiu em seu retorno a Midiã. Ele desejava poupá-la da dor de testemunhar os julgamentos que cairiam sobre os egípcios.

Participar em família nas designações missionárias que Deus dá não é fácil. Às vezes, sacrifícios difíceis precisam ser feitos pelo bem da família. Certamente a reunião da família de Moisés com sua esposa e dois filhos registrada em Êxodo 18 deve ter sido alegre.

## ABRAÃO & FAMÍLIA

Abraão e sua família também foram chamados por Deus para ir. Deixar sua família e ir para uma nova terra que Deus havia escolhido para eles. Gênesis 12:1-3 diz:

“Então o Senhor disse a Abrão:  
 ‘Saia da sua terra, do meio dos seus parentes  
 e da casa de seu pai,  
 e vá para a terra que eu lhe mostrarei.  
 Farei de você um grande povo, e o abençoarei.  
 Tornarei famoso o seu nome,  
 e você será uma bênção.  
 Abençoarei os que o abençoarem,  
 e amaldiçoarei os que o amaldiçoarem;  
 e por meio de você todos os povos da terra serão abençoados”.

Essa mudança não foi apenas de Abrão e sua esposa, Sarai. Seu sobrinho Ló e sua família se mudaram com eles e todas as posses e servos de Abrão. Abraão e sua esposa obedeceram ao chamado de Deus para ir, e sua obediência impactou a vida de muitas outras pessoas. Afinal, Deus prometeu que todas as famílias da terra seriam abençoadas por meio dele - em última análise, por meio de seu descendente Jesus Cristo. O Evangelho de Mateus começa com estas palavras, *“Registro da genealogia de Jesus Cristo, filho de Davi, filho de Abraão:”* (Mateus 1:1). Abraão tinha uma escolha a fazer - obedecer a Deus e ir ou não obedecer e permanecer com sua família. Ele obedeceu e, por meio de sua família, todas as famílias foram abençoadas. Da mesma forma, se obedecermos ao chamado de Deus, nossas famílias serão uma bênção para muitas outras famílias.

Deixar sua família e ir para um lugar desconhecido exigiu muita fé em Deus, como diz Ellen White:

A obediência inquestionável de Abraão foi um dos exemplos mais marcantes de fé e confiança em Deus a ser encontrado no Registro Sagrado. (...) O patriarca ia aonde Deus indicava seu dever; ele passou por regiões selvagens sem terror; ele andou entre nações idólatras, com o único pensamento: “Deus falou; Estou obedecendo à Sua voz; Ele vai me guiar, vai me proteger”. Tal fé e confiança que Abraão tinha, os mensageiros de Deus precisam hoje.<sup>8</sup>

Ir em família onde quer que Deus o chame requer fé e confiança em Deus.

## UM CASAL

No Novo Testamento, encontramos outro casal que está comprometido em obedecer ao chamado do Senhor para ir e servi-Lo. Priscila e Aquila eram colegas de trabalho de Paulo como evangelista fazedor de tendas. Depois de serem expulsos de Roma, eles serviram com Paulo primeiro em Corinto e depois viajaram juntos para Éfeso.

Esse casal ministerial influenciou muitas pessoas para o Senhor Jesus Cristo. Um exemplo de seu ministério depois de viajar para Éfeso está registrado em Atos 18:24-26 quando eles amorosamente ajudam outro obreiro do evangelho a entender a verdade mais plenamente:

Enquanto isso, um judeu chamado Apolo, natural de Alexandria, chegou a Éfeso. Ele era homem culto e tinha grande conhecimento das Escrituras. Fora instruído no caminho do Senhor e com grande fervor falava e ensinava com exatidão acerca de Jesus, embora conhecesse apenas o batismo de João. Logo começou a falar corajosamente na sinagoga. Quando Priscila e Aquila o ouviram, convidaram-no para ir à sua casa e lhe explicaram com mais exatidão o caminho de Deus.

Que grande exemplo de marido e mulher trabalhando juntos para o Senhor, onde quer que Ele os chame. Deus tem uma obra para homens e mulheres, maridos e esposas. Ellen White escreve:

O Senhor tem uma obra para as mulheres e também para os homens. (...) O Salvador refletirá sobre essas abnegadas mulheres a luz de Seu semblante e lhes dará um poder que excede o dos homens. Elas podem fazer nas famílias um trabalho que os homens não podem fazer, um trabalho que atinge a vida interior. Elas podem chegar perto do coração daqueles que os homens não podem alcançar. Seu trabalho é necessário.<sup>9</sup>

Como Jesus disse: “A colheita é grande, mas os trabalhadores são poucos. Peça ao Senhor da colheita, portanto, que envie trabalhadores para o seu campo de colheita” (Lucas 10:2). Deus usou trabalhadores no passado, como Priscila e seu marido, Aquila. Deus está procurando casais assim hoje também - maridos e esposas que estão dispostos a servir ao Senhor como uma família.

### UM VIÚVO E SEUS DOIS JOVENS FILHOS

A família de John Nevins (J.N.) Andrews, um de nossos pioneiros da igreja muito influentes, respondeu ao chamado de Deus para servi-Lo também. A família serviu ao Senhor e à igreja em vários lugares dos Estados Unidos. Infelizmente, a esposa de John, Angeline, morreu em 1872 após sofrer um segundo derrame grave. John ficou viúvo. A responsabilidade de criar seus dois filhos, Charles e Mary, recaiu somente sobre ele.

Cerca de um ano depois, James White sugeriu que J.N. Andrews será enviado ao exterior para a Europa como missionário. Demorou para que todos os detalhes fossem resolvidos. Em 1874, a Associação Geral votou para enviar Andrews para a Europa como nosso primeiro missionário adventista do sétimo dia oficial. Poucos meses após a votação, Andrews embarcou em um navio com seus filhos Charles e Mary. Charles tinha 16 anos na época e Mary quase 13.

JN. Andrews obedeceu ao chamado de Deus para ir para a Suíça, mesmo sendo viúvo e com dois filhos adolescentes. Veja como Mervyn Maxwell descreve o que aconteceu:

Andrews, ainda sofrendo com a morte de sua esposa Angeline, dois anos antes, partiu como pai solteiro de 45 anos, acompanhado por Charles, 16, e Mary, 12. Os filhos provaram ser jovens pioneiros extraordinários, editando, traduzindo e trabalhando na tipografia, ajudando incansavelmente a estabelecer o jornal missionário internacional, *Les Signes des Temps (Sinais dos Tempos)*.<sup>10</sup>

Andrews foi um pai corajoso - indo para um novo campo missionário com seus filhos adolescentes. Sua experiência em missões no exterior teve suas provações e tribulações. Certamente, a experiência mais desafiadora para ele foi quando sua filha Mary adoeceu com tuberculose em 1878. Andrews e sua família haviam viajado de volta aos Estados Unidos para a Sessão da Conferência Geral. Mary recebeu o melhor atendimento possível, mas infelizmente ela faleceu em novembro.

Mary havia se desenvolvido como uma inestimável assistente editorial e revisora da revista e como um apoio emocional para seu pai. Ele ficou arrasado com a perda, permanecendo nos Estados Unidos por mais cinco meses tentando recuperar a própria saúde.<sup>11</sup>

Quando vamos servir a Deus com nossa família, até nossos filhos podem ser ativos no serviço. Mesmo quando jovem, Mary deu uma contribuição importante para o trabalho que sua família foi chamada a fazer.

Andrews finalmente voltou para a Europa e continuou a obra de Deus. Seu sacrifício e compromisso de servir ao Senhor onde quer que Ele chame são notáveis. Andrews continuou serviu na Europa até contrair tuberculose e morrer em 1883, aos 54 anos. Está enterrado na Suíça.

## ENVOLVIMENTO DE CRIANÇAS

Há vários anos, minha família e eu desfrutamos de uma caminhada à tarde de domingo perto do Mar Mediterrâneo em uma rua movimentada cheia de caminhantes, corredores, ciclistas e outras famílias aproveitando o tempo juntos. Minha esposa e eu estávamos conversando e eu empurrando nossa filha mais nova no carrinho. Nossa filha mais velha viu um menino da idade dela chutando uma bola de futebol enquanto caminhávamos. Ela tomou a iniciativa e começou a brincar com ele.

Katie e eu pensamos que isso iria acabar rapidamente e que nossa família continuaria caminhando. No entanto, após 10-15 minutos deles brincando, acabamos voltando para onde eles estavam e conhecendo o menino e seu pai. Os dois também estavam aproveitando o dia. Nossos filhos fizeram amigos rapidamente e, depois disso, os adultos conversaram e uma amizade se desenvolveu.

Mantivemos contato com o pai e seu filho nos últimos anos, incluindo encontros para jogos, a matrícula do menino no clube de aventureiros de nossa igreja. Agora, seu pai tem feito estudos bíblicos comigo há vários meses.

Sem nossa filha Ângela fazendo amizade com Adam, provavelmente nunca teríamos conhecido seu pai. Por sua vez, a amizade e os estudos bíblicos subsequentes nunca teriam acontecido.

Quando vamos servir a Deus como família, devemos esperar, encorajar e pedir a Deus que use nossos filhos, seja qual for sua idade, para alcançar outros para Ele também.

## ALGUMAS LIÇÕES (CONCLUSÃO)

O que podemos tirar de todas essas histórias de famílias que seguiram o chamado de Deus para ir? Aqui estão várias lições:

1. Deus chama nossas famílias para serem fortes e corajosas porque Ele está conosco onde quer que nos envie.
2. Deus dará às famílias a força e a resiliência para suportar e perseverar através dos muitos desafios que surgem quando seguimos o chamado de Deus para servir.
3. Ir como uma família nas designações missionárias que Deus dá não é fácil.
4. Temos uma escolha a fazer. Se obedecermos ao chamado de Deus, nossas famílias serão uma

bênção para muitas outras famílias.

5. Deus tem uma obra para homens e mulheres, maridos e esposas.

6. Não importa a composição de sua família, Deus o chama para ir servi-Lo. Quer você seja um pai solteiro com adolescentes ou uma jovem família com bebês e crianças pequenas, Deus pode chamá-lo para servi-lo.

7. Quando vamos servir a Deus como famílias, devemos esperar, encorajar e pedir a Deus que use nossos filhos, seja qual for sua idade, para alcançar outros para Ele também.

Que todas as nossas famílias digam "Sim" ao chamado de Deus para ir. Isso pode significar ir para a casa ao lado, ir para seu bairro, ir para uma nova cidade ou vila dentro de seu país, ou pode significar ir para um país estrangeiro. Vamos com nossas famílias e sigamos aonde Jesus levar.

## REFERÊNCIAS

- <sup>1</sup> The population of Lebanon is over 6 million, with approximately 300-400 Seventh-day Adventists.
- <sup>2</sup> See Matthew 9:37.
- <sup>3</sup> White, E. G. (1892). *Steps to Christ* (p. 81). Pacific Press Publishing Association.
- <sup>4</sup> First published in *Ministry Magazine*, October 2019, 22.
- <sup>5</sup> Resilience (n.d.). *Dictionary*. Retrieved March 21, 2021. <https://www.dictionary.com/browse/resilience?s=t>.
- <sup>6</sup> Nichol, F. D. (Ed.). (1978). *The Seventh-day Adventist Bible Commentary* (Vol. 1, p. 515). Review and Herald Publishing Association.
- <sup>7</sup> White, E. G. (1890), *Patriarchs and Prophets* (p. 255). Review and Herald Publishing Association
- <sup>8</sup> White, E. G. (1985), *Reflecting Christ* (p. 324). Review and Herald Publishing Association.
- <sup>9</sup> White, E. G. (1946), *Evangelism* (pp. 464-465). Review and Herald Publishing Association.
- <sup>10</sup> Maxwell, M. (n.d.). *J.N. Andrews Life Sketch*. Retrieved March 23, 2021: [https://www.andrews.edu/about/jna\\_sketch.html](https://www.andrews.edu/about/jna_sketch.html)
- <sup>11</sup> Valentine, G. M. (2021). *Andrews, John Nevins (1829-1883)*. Encyclopedia of Seventh-day Adventists. Retrieved March 18, 2021, <https://encyclopedia.adventist.org/article?id=C8VX>.

# HISTÓRIAS INFANTIS

— Use *Histórias Infantis* como parte de Semanas com ênfase especial nos Ministérios da Família. Ajuste o uso de acessórios e materiais de acordo com o que você tem em mãos. A chave é se envolver com as crianças da família da sua igreja.

# EM MOVIMENTO COM JESUS!

POR DAWN JACOBSON-VENN

## TEXTOS:

Gênesis 28:15, Josué 1:9,  
Isaías 41:10, Mateus 28:20

## ACESSÓRIOS

Movendo caixas e uma mala. Você pode fazer com que várias crianças tragam caixas, quando vierem ouvir a história, e as empilhem ao seu redor. Isso vai despertar curiosidade e interesse em crianças e adultos.

## MÚSICA

“Em qualquer lugar com Jesus, posso ir com segurança” (*esse hino pode ser cantado durante o culto ou tocado quando as crianças sobem para a história*).

Você já se mudou? É emocionante pensar em mudar para um novo lugar e fazer novos amigos. Mas também pode ser um pouco triste e até assustador porque você estará deixando sua casa, seus amigos, sua escola e lugares familiares. Eu me mudei várias vezes, então você sabe do que estou falando se você se mudou.

---

**Dawn Jacobson-Venn, MA** é assistente administrativa do Departamento de Ministérios da Família na Sede Mundial da Associação Geral dos Adventistas do Sétimo Dia em Silver Spring, Maryland, EUA.

Quais são alguns dos motivos pelos quais nos mudamos? (deixe as crianças responderem) Bem, às vezes nos mudamos porque nossos pais conseguem um emprego em outra cidade ou estado. Às vezes, mudamos para ficar mais perto da família ou de uma escola. E às vezes nos mudamos porque Deus chama nossa família para ser missionária em outro país. O que quer que façamos ou onde quer que vamos, Deus chama cada um de nós para sermos missionários em nossa casa, nosso bairro, nossa escola, nossos parques infantis e as lojas onde fazemos compras.

Isso foi o que aconteceu com nossa família há vários anos, quando morávamos em uma pequena universidade e comunidade agrícola. Estávamos cercados por hectares e hectares de colinas de trigo, lentilhas, ervilhas e grãos-de-bico. Então, quando nossos filhos tinham 6 e 8 anos, Deus chamou nossa família para se mudar para Bangkok, Tailândia. Bangkok é uma cidade enorme onde moravam mais de 12 milhões de pessoas, o que era muito diferente da pequena cidade de Pullman, Washington, EUA. Essa foi a maior mudança que já fizemos, e haveria oceanos entre nossa família e nós.

Às vezes, nos perguntávamos por que tínhamos que nos mudar, porque gostávamos de onde morávamos e dos amigos que tínhamos, e morávamos a apenas algumas horas de carro do vovô, da vovó e de outros membros da família. Então, conversamos com Deus sobre isso e dissemos a Ele que Ele teria que nos ajudar a descobrir cada detalhe e nos dar a confirmação de que Ele realmente queria que nos mudássemos. E sabe de uma coisa? Ele fez! Deus nos deu paz em nossos corações, respondeu a tantas orações e enviou familiares e amigos para afirmar nosso chamado para ir à Tailândia e nos ajudar de maneira prática, exatamente quando precisávamos. Apegamo-nos às promessas da Bíblia que nos garantem que Deus estará sempre conosco! Quando perguntamos a Deus por que Ele queria nos enviar para tão longe, fomos tranquilizados com Sua promessa em Gênesis 28:15, “Estou com você e cuidarei de você, aonde quer que vá; e eu o trarei de volta a esta terra. Não o deixarei enquanto não fizer o que lhe prometi”. Quando ficamos com medo de nos mudar, lemos Josué 1:9, onde Deus diz, “Não fui eu que lhe ordenei? Seja forte e corajoso! Não se apavore, nem se desanime, pois o Senhor, o seu Deus, estará com você por onde você andar”. E Isaías 41:10, onde Deus diz: “Por isso não tema, pois estou com você; não tenha medo, pois sou o seu Deus. Eu o fortalecerei e o ajudarei; eu o segurarei com a minha mão direita vitoriosa”.

É fácil mover-se? Não, mover nunca é fácil. Mas reivindicando as promessas de Deus e conversando com Ele e sua família sobre seus sentimentos realmente ajudam. Então, enquanto você se prepara para embalar e se mover, aqui estão algumas coisas práticas que você pode fazer para ajudar a tornar o movimento um pouco mais fácil.

- Livre-se de coisas que você não precisa mais. Doe itens que podem ser uma bênção para outras pessoas ou venda coisas para uma oferta especial do 13º sábado.
- Ajude sua família a embalar as caixas (verifique as caixas ao seu redor), certificando-se de embalar coisas que lhe tragam alegria e conforto (pense em dois ou três itens para empacotar). Então, quando você desempacotar esses tesouros especiais em sua nova casa, isso o ajudará a se sentir como se estivesse em casa novamente.

- Em sua bolsa ou mala, (abra a mala e retire itens especiais) coloque um brinquedo favorito, um livro, um cobertor especial e um álbum de fotos de seus amigos e familiares, para que você tenha com você durante sua mudança.
- Escreva cartões de agradecimento para seus professores, vizinhos e amigos. Tirem fotos juntos e façam planos para manter contato e visitar-se virtualmente.
- Aprenda sobre o lugar para onde você se mudará. Descubra lugares divertidos para visitar assim que chegar, como está o tempo, que comida é popular lá e que idioma eles falam.
- Depois de se mudar, comemore plantando uma árvore e veja como ela cresce durante seu tempo lá.
- E lembre-se de orar ao longo do caminho. Ore para que Deus o abençoe com novos amigos e vizinhos e ore para que você possa abençoá-los e compartilhar Jesus com eles.

Tenho certeza de que você e sua família podem pensar em outras coisas para adicionar a essa lista. Mas lembre-se de que quando você é um seguidor de Jesus, você está na palma da sua mão forte e carinhosa. E um dia, você poderá olhar para trás e ver como Jesus o guiou a cada passo do caminho e por que foi tão importante que você se movesse. Quando você está em movimento com Jesus, você pode ser forte e corajoso porque o Senhor promete em Mateus 28:20 que Ele está sempre com você, até o fim dos tempos.

# NÓS IREMOS

POR KATIE MILLER

## TEXTO

“Sejam fortes e corajosos. Não tenham medo nem fiquem apavorados por causa deles, pois o Senhor, o seu Deus, vai com vocês; nunca os deixará, nunca os abandonará” (Deuteronômio 31:6, NVI).

Deus está procurando famílias corajosas dispostas a compartilhar Seu amor com um mundo agonizante. Em 2016, Deus pediu à família Miller para ir e compartilhar Seu amor longe de sua família e amigos. Além disso, Ele os enviou a um lugar que exigiria que todos eles fossem bravos e corajosos. Deus estava pedindo que todos na família estivessem dispostos a compartilhar Seu amor.

*(Contador de história: Peça três voluntários, de preferência um com cerca de 4-6 anos, um com 2 anos e um com 5 anos. As meninas mais velhas podem fingir que estão distribuindo comida, enquanto a criança mais nova fica perto de você.)*

Logo depois de chegarem, as meninas mais velhas, de 4 e 5 anos, ajudaram a dar comida às famílias que haviam fugido de seu país porque as pessoas não eram gentis umas com as outras. Uma jovem foi mantida como escrava. Durante seu cativeiro, ela teve uma filha; chamaremos Ester\*. A doce Ester tinha 2 anos quando os Miller a conheceram e ela tinha medo de adultos. Quando a Sra. Miller sorria gentilmente para ela, a pobre Ester estremeceu porque tinha medo dos adultos. A Sra. Miller tentou brincar de esconde-esconde (*demonstração com a criança de dois anos*), mas ela balançava e escondia a cabeça. A Sra. Miller orou: “Bom Pai Celestial, por favor, ajude essa garotinha a sentir o Seu amor. Mostre-nos como compartilhar Seu amor.”

---

**Katie Miller**, MA atualmente dá aulas em casa para seus filhos e é professora na Middle East University em Beirute, no Líbano.

Ela se sentiu impressionada ao ligar para sua filha mais nova, Andrea, que tinha quatro anos na época (*que as de 4-6 anos se aproximem*), “Andrea, você tem quatro anos, e esta é minha nova amiga Ester, ela está ansiosa. Você ajudaria Jesus? Você iria e compartilharia Seu amor? Talvez ela responda a você”. Andrea correu até a menina e perguntou se ela poderia dar um abraço. Ester, agarrou Andrea e deu-lhe o maior abraço e sorriso. Deus quer usar toda a família para alcançar outras pessoas.

*(Contador de histórias: peça que duas meninas e um menino sejam voluntários. Peça ao menino para fingir que está jogando futebol na extrema esquerda, duas meninas caminhando em sua direção. Conte a seguinte história):*

Alguns anos depois, a mesma família, ainda no Oriente Médio, caminhava pela costa aproveitando o dia de folga do papai. O Mar Mediterrâneo a oeste e as montanhas libanesas cobertas de neve ao norte. A mãe e o pai conversavam enquanto empurravam o filho mais novo no carrinho, enquanto as filhas mais velhas, Ângela e Andrea, pulavam e giravam em volta deles.

Ângela notou um menino, Samuel\*, jogando futebol sozinho e, quando ele chutou a bola para longe de si, ela chutou de volta para ele. Logo Ângela, Andrea e Samuel acabaram chutando a bola para a frente e para trás por algumas horas enquanto Jared e Katie conversavam com Sérgio\* o pai dos meninos. (*Peça às crianças que voltem a sentar-se*) A família tornou-se amiga e fazia coisas divertidas juntos, como ir ao parque aquático e passear perto do mar. Ângela e Andrea convidaram Adam para se juntar ao Aventureiros. Além disso, Sérgio e Samuel se juntariam à família nas reuniões sociais da igreja. O pai daquele menino acabou pedindo para começar estudos bíblicos.

Deus quer usar meninos e meninas como você para compartilhar Seu amor. O que quer que você tenha, Deus quer usar. Levante a mão se você responder sim às seguintes perguntas:

- Você tem um sorriso? Deus usará esse sorriso para compartilhar Seu amor.
- Você gosta de desenhar? Deus deseja usar essa habilidade para compartilhar Seu amor.
- Você gosta de ser um bom ajudante na cozinha? Deus deseja usar essa habilidade para compartilhar Seu amor.
- Você tem mãos que podem arrancar ervas daninhas? Deus quer usar essas mãos para arrancar ervas daninhas do quintal de seus vizinhos.
- Você tem mãos para ajudar a fazer cestas de alimento para quem precisa? Deus quer alimentar pessoas famintas com as cestas de alimento que você faz.

Deus quer que você esteja disposto a ir e ser Seu ajudador! Levante a mão se estiver disposto a ir com sua família e compartilhar Seu amor?

\*Os nomes foram trocados.

# MILAGRE NO ZIMBÁBUE

POR TANYA MUGANDA

## TEXTO

“Senhor meu Deus, a ti clamei por socorro, e tu me curaste” (Salmo 30:2).

## ACESSÓRIOS

Termômetro clínico, cobertor, água e Bíblia.

“Oh não, não estou me sentindo bem. Eu sinto que vou desmaiar!” De repente, senti meu corpo perder energia e não conseguia ficar de pé. Meu corpo começou a ficar fraco. Tive um fim de semana divertido brincando com meus amigos da vizinhança. Na época, eu não sabia como as coisas iriam ficar ruins e como Deus cuidaria de minha família e eu em meio a essa doença que contraí.

Eu me lembro como se fosse ontem. Eu tinha 9 anos e morava em Harare, no Zimbábue, com minha família, que consistia em meus pais e irmãs. Tínhamos 3 cães, um gato e um papagaio. Eu era uma criança muito ativa, sempre brincando no quintal, nadando na piscina nos dias de calor e frequentando Desbravadores. Durante esse tempo, havia uma bactéria circulando que deixava as pessoas muito doentes por muito tempo. Se alguém a contraísse, ficava dias de cama e a recuperação não era fácil. Não se sabia muito sobre essa bactéria.

Eu estava brincando com alguns amigos, então, alguns dias depois, comecei a me sentir mal. No início, meus pais pensaram que eu só precisava descansar e me sentiria melhor no dia seguinte. Mas no dia seguinte, estava pior. Eu não conseguia comer e precisava de ajuda para levantar da cama.

---

**Tanya Muganda**, MA CFM é assistente administrativa do Departamento de Ministérios da Criança na Sede Mundial da Associação Geral dos Adventistas do Sétimo Dia em Silver Spring, Maryland, EUA.

Eu também não pude ir à escola, o que foi difícil para mim. Meu pai me levou imediatamente ao consultório médico e me disseram que estava com "Shigella". Era uma bactéria que se espalha rapidamente e geralmente por meio do contato, especialmente se a pessoa não lavou as mãos. Como uma criança de 9 anos, eu estava muito confusa e nunca tinha ouvido falar de uma doença como essa. O que iria acontecer comigo? Eu seria a mesma? Foi um erro brincar com os meus amigos, sem saber que iria me contaminar?

As semanas seguintes foram difíceis. Quando você é uma criança pequena, pode ser difícil entender o que está acontecendo quando você se sente mal, e isso não ajuda muito. Meus pais ficaram muito preocupados e me levaram de volta ao médico. O médico receitou outro antibiótico que é um medicamento para ajudar a retardar a propagação da bactéria e ajudar a curar o meu corpo. Foram muitas semanas ficando na cama e não sabendo se um dia seria a mesma. Eu mal conseguia comer alimentos sólidos e dependia de líquidos na maior parte do tempo. Embora meus pais parecessem tristes, eles continuaram a orar por mim todos os dias. Eles colocaram sua confiança em Deus de que eu seria totalmente curada da bactéria.

Lembro-me de como minha mãe se certificava de que eu comesse alguma coisa para ajudar a curar meu corpo, e ela continuou a orar para que Deus me desse forças. Foi uma época assustadora e as semanas mais desafiadoras da minha infância. Amigos e parentes estavam preocupados se eu sobreviveria, mas todos eles continuaram orando por um milagre.

Lentamente, mas com segurança, depois de um mês inteiro, recuperei minhas forças. Todos nós louvamos a Deus por me curar milagrosamente. Pude comer todas as minhas comidas favoritas novamente, voltar para a escola e para a igreja. É um dos muitos milagres que nunca esquecerei. Meus pais mostraram sua resiliência durante esse momento difícil e mantiveram-se firmes nas promessas de Deus.

Você já esteve tão doente ou se sentiu tão sozinho que não sabia como iria sobreviver? Vivemos em um mundo onde as coisas nem sempre fazem sentido. Não estamos imunes às coisas ruins. Na Bíblia, Salmo 30:2 diz: "Senhor meu Deus, eu clamei por ajuda, e tu me curaste." A boa notícia é que Deus o ama tanto que irá curá-lo e ajudá-lo a superar qualquer desafio que enfrente. Você não fica animado para ir para o céu um dia, onde não ficará doente e terá que ficar na cama, mas terá um novo corpo celebrando e desfrutando do paraíso? Somos lembrados de que Deus ouve nossos clamores e orações. Ele também nos dará força para superar os problemas que enfrentamos.

# SEMINÁRIOS

Os *Seminários* são projetados para serem usados durante Semanas de ênfase do Ministério da Família. Leia-os atentamente para se familiarizar com o conteúdo e o vocabulário. Para baixar um arquivo de apresentação do PowerPoint®, visite: **[family.adventist.org/2022RB](http://family.adventist.org/2022RB)**

# O CASAMENTO RESILIENTE

POR WILLIE E ELAINE OLIVER

**O CASAMENTO RESILIENTE:  
COMO FICAR CASADO NA ALEGRIA E NA TRISTEZA**

## TEXTO

“Por essa razão, o homem deixará pai e mãe e se unirá à sua mulher, e eles se tornarão uma só carne”. Gênesis 2:24

## DECLARAÇÃO DE PROPÓSITO:

Explorar os fatores-chave na construção de um casamento forte que sobreviverá às inevitáveis transições e traumas do casamento. O público-alvo são noivos, recém-casados e casais em qualquer fase do casamento.

*\*\*Nota para o leitor e organizador do seminário: Este workshop é destinado a casais em casamentos relativamente saudáveis. Não é para pessoas que estão em relacionamentos abusivos ou violentos, nem para aqueles com vícios graves ou casos de longa data. Essas atividades não conduzem à construção de casamentos saudáveis e fortes e não são garantia para que os casais se relacionem de maneira positiva e honesta. Nesses casos, é melhor procurar aconselhamento profissional de um conselheiro cristão respeitável.*

---

Willie Oliver, PhD, CFLE e Elaine Oliver, PhD, LCPC, CFLE são diretores do Departamento de Ministérios da Família na Sede Mundial da Associação Geral dos Adventistas do Sétimo Dia em Silver Spring, Maryland, EUA.

## INTRODUÇÃO

A pandemia COVID-19 mudou dramática e drasticamente a vida em nossas casas. O casamento e a vida familiar estão cheios de desafios. No entanto, quando ocorrem eventos inesperados, camadas adicionais são empilhadas sobre os estressores regulares. Aqui está um verdadeiro truísmo: os casais podem sobreviver e prosperar em seu casamento, apesar dos desafios que enfrentam. É possível construir um casamento resistente e permanecer casado na alegria e na tristeza.

Então, o que é um casamento resiliente? Primeiro, vamos definir resiliência. A resiliência pode ser definida como a capacidade emocional e social de se ajustar e se recuperar após a exposição a eventos traumáticos ou exposição a riscos consideráveis. Walsh (2015) a define como mais do que apenas sobreviver ou passar por uma prova angustiante, mas sim a capacidade de suportar e se recuperar de sérios desafios da vida. Deve ir além da sobrevivência porque algumas pessoas sobrevivem a uma prova, mas permanecem isoladas, psicologicamente e espiritualmente incapacitadas. Eles continuam ao longo da vida após experiências adversas ou traumáticas com estresse pós-traumático debilitante, depressão ou ansiedade e uma incapacidade de crescer. Consequentemente, um casamento resiliente tem flexibilidade, comprometimento e uma perspectiva positiva.

Neste seminário, vamos primeiro explorar como os casais podem se adaptar às mudanças das estações no casamento e identificar os princípios que ajudarão os casais a construir um casamento forte e resiliente. O seminário pode ser organizado por um apresentador ou usado por um casal em sua casa, ou com um pequeno grupo.

## ADAPTANDO-SE ÀS TEMPORADAS DE MUDANÇAS

É certo que os relacionamentos matrimoniais mudarão constantemente ao longo da vida de um casal. Os casais oscilam entre serem amorosos e não tão amorosos por vários motivos - os filhos entram na díade, surgem doenças, transições de emprego, lutas financeiras, depressão, ansiedade, infidelidade, diferentes hobbies e o envelhecimento traz seu próprio conjunto de problemas. Algumas mudanças que nós mesmos criamos e outras são apenas uma parte natural da vida na Terra. Assim como as estações mudam na natureza, os casais passam por várias estações em seu casamento. A maneira como você reage à mudança é expressa por meio de suas atitudes, emoções e ações. Os casais devem aprender a regular esses três fatores se quiserem enfrentar as estações da vida com sucesso e manter uma alta qualidade de satisfação conjugal e estabilidade em seu casamento.

A mudança é inevitável. No livro *“Precisamos um do outro”*, D.H. Lawrence escreve: “Devo dizer que a relação entre duas pessoas decentemente casadas muda profundamente a cada poucos anos, muitas vezes sem que eles saibam nada a respeito; embora toda mudança cause dor, mesmo que traga uma certa alegria. O longo curso do casamento é um evento de constantes mudanças... É como rios fluindo, através de um novo país, sempre desconhecido”.

---

**EXERCÍCIO DE CASAL:**

*Refleta sobre a citação acima de D.H. Lawrence. De que forma você estava preparado ou despreparado para as mudanças que experimentou em seu casamento? Considere as mudanças pessoais, mudanças relacionais e circunstâncias imprevisíveis.*

---

**Atitude** - o que você pensa sobre seu relacionamento e como sua opinião sobre seu cônjuge afetará diretamente seu relacionamento. Pensamentos e atitudes desencadeiam emoções; emoções produzem comportamentos ou ações. Portanto, se você pensar sobre seu relacionamento e seu cônjuge em termos positivos, seu cérebro irá desencadear emoções gentis e calorosas. Da mesma forma, se você está passando por uma época difícil, se você acredita que pode superá-la juntos como um casal, em vez de culpar um ao outro, você terá uma chance maior de salvar seu casamento durante a época difícil.

**Emoções** - nossas emoções foram projetadas por Deus com um propósito. Elas nos levam a agir; isso é especialmente útil quando você está em perigo. É importante, no entanto, regular suas emoções, pois elas podem levá-lo a agir antes de ser capaz de pensar racionalmente. Frequentemente, quando um casal briga, geralmente é porque um ou ambos ficaram inundados de emoções. Talvez uma palavra crítica ou uma expressão facial de desprezo os tenha acionado, e suas emoções sequestraram o centro do julgamento no cérebro. Os fios se cruzam e um simples mal-entendido se transforma em uma grande briga.

Todos podem aprender a regular as emoções tornando-se mais conscientes de quando são acionadas e como reagem quando são acionadas. Uma habilidade fácil de aprender é o modelo PPC: pause (respire lentamente por 10 segundos), ore (peça a Deus para ajudá-lo a se acalmar e pense racionalmente) e escolha (uma resposta que fortalecerá o relacionamento e não o destruirá).

**Ações** - a atitude e as emoções conduzem as ações. No entanto, as ações também podem direcionar atitudes e emoções. Provérbios 15:1 diz: “A resposta calma desvia a fúria, mas a palavra ríspida desperta a ira”. Você já acalmou uma criança gritando usando um tom suave e um toque terno? Se formos todos honestos, admitiríamos que quando alguém diz ou faz algo que é percebido como prejudicial, é muito difícil responder com uma resposta suave. Mas se estivermos dispostos a buscar uma relação ganha-ganha para o relacionamento, uma pessoa pode mudar o curso de uma conversa que está prestes a dar errado. Ações podem mudar atitudes e emoções.

---

**EXERCÍCIO DE CASAL:**

Refleta sobre este texto e discuta como ele poderia ajudar seu casamento a construir resiliência:

*“Por essa razão, o homem deixará pai e mãe e se unirá à sua mulher, e eles se tornarão uma só carne”.  
Gênesis 2:24 (mandamento: deixando mãe e pai, apegue-se à esposa, tornando-se um).*

Pense na última desavença que você teve com seu cônjuge. Você consegue identificar quais

emoções foram desencadeadas (raiva, medo, surpresa, nojo)? Que ações se seguiram? Revezem-se para discutir com seu cônjuge os ciclos de conflito desencadeados por certas atitudes e emoções negativas em seu casamento. Comprometa-se a mudar os ciclos negativos, a ter uma atitude positiva e a regular melhor suas emoções para fortalecer a resiliência em seu casamento. Lembre-se, o autocontrole é um dos frutos do Espírito. (Gálatas 5:22-23)

---

## PRINCÍPIOS PARA FORTALECER A RESILIÊNCIA NO CASAMENTO

### ORAR SEM CESSAR

Os cristãos têm o privilégio de participar de disciplinas espirituais que os fortalecem. Os casais cristãos também podem se beneficiar do emprego dessas disciplinas poderosas para fortalecer e desenvolver seu casamento. Oração é poder. A oração muda as coisas, mas principalmente a oração nos muda. A oração nos leva para fora de nós mesmos e nos lembra que nossa confiança está em Deus e não em nós mesmos. Paulo nos lembra: “Não andem ansiosos por coisa alguma, mas em tudo, pela oração e súplicas, e com ação de graças, apresentem seus pedidos a Deus. E a paz de Deus, que excede todo o entendimento, guardará os seus corações e as suas mentes em Cristo Jesus” (Filipenses 4:6, 7).<sup>1</sup>

Quando os casais (ou mesmo um dos cônjuges) se comprometem a orar fervorosamente por seu casamento, milagres acontecem, corações e mentes são transformados, casamentos são fortalecidos. Ellen White diz: “Quando pedimos misericórdia e bênção de Deus, devemos ter um espírito de amor e perdão em nossos próprios corações” (White, 1982, p. 97).

---

### EXERCÍCIO DE CASAL:

Discuta como você pode tornar a oração uma parte regular de sua programação. Coloque-o em sua programação e comprometa-se a orar juntos diariamente nos horários programados.

---

### COMUNICAÇÃO, CONEXÃO E COMUNHÃO

“O desejo mais profundo de cada coração é ser desnudado, ser conhecido, ser compreendido (...). Se alguma vez tirarmos um tempo para conhecer outra vida, seremos provados como piedosos - como alguém 'que se importa'”. (Balswick & Balswick, 2006, p. 108) A comunicação está para o casamento assim como a gasolina está para o automóvel. Nem o seu casamento nem o seu carro poderão funcionar sem elas.

A chave para uma comunicação eficaz é a consciência emocional, que discutimos anteriormente; aprender como expressar sentimentos de forma eficaz é o objetivo. É útil aprender a usar declarações “eu” em vez de declarações “você”, o que ajuda o falante a assumir a responsabilidade por si mesmo e não culpar a outra pessoa. Por exemplo, uma esposa que sente raiva do marido pode dizer: “Eu fico com raiva quando você (...) e gostaria que você (...)” Você está reconhecendo seus sentimentos e fazendo um pedido específico. O marido ou ouvinte parafraseia o

que foi dito até que o interlocutor sinta que foi ouvido e compreendido. O orador deve ter cuidado para não monopolizar o “chão” e permitir que ele também compartilhe seu ponto de vista. Essa forma de comunicação parece muito estranha, mas é uma forma eficaz de esclarecer pensamentos e sentimentos e evitar que as emoções aumentem. Em seu livro, *A Lasting Promise*, Scott Stanley (2013) enfatiza o compromisso, o perdão e a restauração como elementos importantes de comunicação e conexão.

Quanto mais você se comunicar com seu cônjuge e compartilhar seus sentimentos, esperanças, sonhos e desejos, mais conectado vocês se tornarão como casal. Reservar um tempo todos os dias para se comunicar, conectar-se e ter comunhão contribuirá para a construção de uma base sólida que ajudará seu casamento a permanecer firme quando enfrentar tempos difíceis. Além disso, tire um tempo para ser caloroso e afetuoso um com o outro, brincalhão e alegre. Ao fazer isso, você entra em uma comunhão sagrada, uma unidade diferenciada e cria um significado compartilhado em seu casamento.

Deus deseja que cada casal experimente uma união permanente em uma só carne. Isso exigirá humildade, perdão e sacrifício pessoal.

---

#### EXERCÍCIO DE CASAL:

Escolha um tópico sem conflito juntos e pratique falar e ouvir uns aos outros sobre o assunto. Revezem-se como orador e ouvinte. Comprometa-se a dar um ao outro um beijo de seis segundos e um abraço de 60 segundos diariamente. Compartilhe elogios diários e apreciação um pelo outro.

---

#### RESOLVA OS PROBLEMAS QUE TÊM SOLUÇÃO

John Gottman (2015), em seu livro “*Os sete princípios para fazer o casamento funcionar*”, postula que 69% das vezes os casais discutem sobre problemas perpétuos. Ele afirma que apenas 31% dos problemas que os casais discutem são problemas solucionáveis. A verdade é que, na maioria das vezes, os casais discutem sobre coisas que não são realmente problemas e é por isso que não têm solução. Gottman os chama de problemas de impasse, onde geralmente há traços de personalidade em seu cônjuge que eles geralmente estão tentando mudar ou há uma necessidade profunda e significativa que não foi expressa.

Quando um problema é perpétuo, os casais precisam aprender a dialogar sobre ele, em vez de tentar resolvê-lo. Os casais podem usar declarações “eu” para expressar suas crenças ou valores básicos sobre um tópico específico, evitando criticar ou culpar seu parceiro e apenas declarar seu ponto de vista sobre o assunto. Cada cônjuge deve fazer o possível para criar um espaço seguro para o outro compartilhar seus sentimentos, sonhos e necessidades, enquanto comunica a aceitação do parceiro. Casais que aprendem a resolver conflitos com humor, respeito e afeição apropriados fortalecerão a resiliência em seu casamento.

#### VOLTAR-SE UM PARA O OUTRO AO INVÉS DE BUSCAR LONGE

A tendência natural do ser humano, quando ocorre um conflito ou uma crise, é fugir. O mesmo acontece com os casais no casamento: se o conflito é um com o outro, vocês têm vontade de

se afastar (imagine um casal furioso sentado no sofá, braços cruzados, um olhando para o outro). Às vezes é uma situação fora do seu casamento que você sente que não pode compartilhar com seu cônjuge, ou você se sente tão sobrecarregado com o que está acontecendo, então você deixa seu cônjuge de fora e tenta lidar com isso sozinho.

Lembre-se sempre de que você e seu cônjuge são uma equipe e, quando surgirem problemas, é melhor enfrentá-los juntos como uma equipe. Por mais difícil que possa parecer, supere o desconforto, a raiva, a mágoa e volte-se para o seu cônjuge. Juntos, vocês dois podem se voltar para Deus e permitir que Ele acalme seus medos e coloque você de volta no curso (Oliver & Oliver, 2015).

---

### EXERCÍCIO DE CASAL:

Discutam como casal como vocês podem fazer um maior esforço para se voltarem um para o outro em tempos de conflito e crise. Como cada um de vocês pode ser mais intencional em tornar seu casamento um lugar seguro para trazer problemas e preocupações.

---

## CONCLUSÃO

Depois de criar Adão e Eva, Deus deu-lhes instruções sobre como construir e sustentar um casamento para toda a vida (Gênesis 2:24). Se marido e mulher se “apegarem” um ao outro e implementarem esses princípios simples em seu casamento, serão resilientes e bem preparados para suportar as tempestades da vida juntos.

## REFERÊNCIAS

- Gottman, J. M., & Silver, N. (2015). *Seven Principles for Making Marriage Work*. Harmony Books.
- Oliver, W., & Oliver, E. (2015). An Introduction: The Beauty of Marriage. In E. Mueller & E. B. De Souza (Eds.), *Marriage: Biblical and Theological Aspects* (Vol. 1). Review and Herald Publishing Association.
- Stanley, S. M., Trathen, D., McCain, S., & Bryan, B. M. (2013). *A Lasting Promise: The Christian Guide to Fighting for Your Marriage*. John Wiley & Sons.
- Walsh, F. (2015). *Strengthening family resilience*. Guilford publications.
- White, E. G. (1892). *Steps to Christ*. Pacific Press Publishing Association.
- Oliver, W., & Oliver E. (2020, April 18). Your marriage can survive COVID-19. Adventist Review. <https://www.adventistreview.org/your-marriage-can-survive-covid-19>

# CRIANDO CRIANÇAS RESILIENTES

POR WILLIE E ELAINE OLIVER

## TEXTOS:

“Tudo posso naquele que me fortalece” (Filipenses 4:13, NVI).

“Mas ele me disse: ‘Minha graça é suficiente para você, pois o meu poder se aperfeiçoa na fraqueza’” (2 Coríntios 12:9a)

## DECLARAÇÃO DE PROPÓSITO

Explorar os principais fatores na promoção da resiliência em crianças. O público-alvo são pais de crianças pequenas, adolescentes e crianças de qualquer idade, também aqueles que desejam fortalecer a resiliência em suas próprias vidas.

## INTRODUÇÃO

Resiliência se tornou o lema da pandemia COVID-19. Embora essa palavra seja associada há muito tempo às famílias, ela se tornou sempre presente durante esta era pandêmica. Na verdade, devido à pandemia, todas as crianças do mundo já passaram por pelo menos uma experiência adversa na infância (ECA). É durante esses tempos traumáticos e incertos que ansiamos pela proteção e proteção de fortes laços familiares. A verdade é que, quando começamos a jornada dos pais, deve começar com um entendimento de que temos a responsabilidade de preparar nossas crianças não apenas para dias ensolarados, mas para as tempestades que inevitavelmente surgirão na vida.

---

**Willie Oliver**, PhD, CFLE e **Elaine Oliver**, PhDc, LCPC, CFLE  
são diretores do Departamento de Ministérios da Família na Sede Mundial da Associação Geral  
dos Adventistas do Sétimo Dia em Silver Spring, Maryland, EUA.

Então, o que é resiliência? A resiliência pode ser definida como a capacidade emocional e social de se ajustar e se recuperar após a exposição a eventos traumáticos ou exposição a riscos consideráveis. Walsh (2015), a define como mais do que apenas sobreviver ou passar por uma prova angustiante, mas sim a capacidade de suportar e se recuperar de sérios desafios da vida. Deve ir além da sobrevivência, porque algumas pessoas sobrevivem a uma prova, mas permanecem interpessoais, psicologicamente e espiritualmente prejudicadas. Eles continuam ao longo da vida após experiências adversas ou traumáticas com estresse pós-traumático debilitante, depressão ou ansiedade e uma incapacidade de prosperar.

A boa notícia é que Deus promete que podemos aprender a ser resilientes. Em João 16:33: “Eu lhes disse essas coisas para que em mim vocês tenham paz. Neste mundo vocês terão aflições; contudo, tenham ânimo! Eu venci o mundo”. Como crentes e seguidores de Cristo, teremos lutas na vida, mas somos constantemente lembrados de que Deus está no controle. Resiliência não é a ausência de medo ou desafios, mas a capacidade de perseverar com base na verdade de que Deus é nossa fonte final de força.

Este seminário explorará os fatores-chave na promoção da resiliência em crianças e fornecerá algumas dicas para os pais na criação de filhos resilientes. Embora este seminário tenha uma abordagem preventiva, ele ainda pode beneficiar famílias que estão passando por uma experiência traumática, como a atual pandemia.

## RESILIÊNCIA MAL COMPREENDIDA

O conceito de resiliência teve origem no campo das ciências físicas e se referia à capacidade de um objeto retornar à sua forma original após ser esticado - como um elástico. Posteriormente, a palavra passou a ser usada para descrever indivíduos, famílias e outros itens. O problema com esta definição é que muitas vezes infere que é fácil se recuperar depois de enfrentar desafios difíceis. Pode haver uma expectativa de que você pode simplesmente seguir em frente com a vida depois de passar por provas, especialmente em comunidades de fé. A verdade é que não é realista acreditar que alguém pode simplesmente se recuperar depois de passar por sérias provas.

---

### QUESTÃO PARA DISCUSSÃO:

Peça ao público para compartilhar maneiras pelas quais a resiliência pode ser mal compreendida. (Exemplo: às vezes, depois que um ente querido morre, as pessoas podem dizer "eles não deveriam estar sofrendo por tanto tempo").

---

Resiliência não é apenas passar rapidamente por uma crise e parecer intocado por uma experiência difícil ou dolorosa. Envolve aprender a lutar bem, experimentando sofrimento, coragem e esperança ao mesmo tempo. Este conceito é resumido em 1 Coríntios 4:8-9, NVI, “De todos os lados somos pressionados, mas não desanimados; ficamos perplexos, mas não desesperados; somos perseguidos, mas não abandonados; abatidos, mas não destruídos”. A resiliência reconhece o impacto

da provação enquanto acredita que existe uma possibilidade de bem-estar emocional apesar dos desafios. A resiliência pode ser vista como um resultado - bem-estar emocional, apesar das adversidades. Resiliência também é um processo de adaptabilidade em meio a adversidades.

## RESILIÊNCIA QUE NUTRE RELACIONAMENTOS

Muitos estudos focados na resiliência em crianças apontaram para a importância de fortes laços familiares. Existem fatores de proteção, como calor, afeto, comunicação saudável, estrutura e limites razoáveis, suporte emocional e paternidade com autoridade, que tem um bom equilíbrio entre calor e flexibilidade que contribuem para a resiliência das crianças. Além disso, estudos mostram que quando as crianças enfrentam adversidades, se elas têm pelo menos uma relação de carinho com um adulto importante que acredita nelas, elas são capazes de ganhar forças para superar as adversidades.

No livro, *O Lar Adventista*, Ellen G. White diz: “Pais, deixem seus filhos verem que vocês os amam e farão tudo ao seu alcance para torná-los felizes (...). Governem seus filhos com ternura e compaixão, lembrando-se de que 'seus anjos sempre estão diante da face do Pai que está nos céus. Se você deseja que os anjos façam por seus filhos a obra que lhes foi confiada por Deus, coopere com eles fazendo a sua parte (...)'. O espírito que prevalece no lar moldará o caráter deles; eles formarão hábitos e princípios que serão uma forte defesa contra a tentação (...)” (LA p.193).

Quando as crianças se sentem amadas e nutridas em suas casas, elas desenvolvem um caráter mais forte e autoeficácia - uma crença na capacidade de ter sucesso e realizar tarefas na vida. Se os pais pretendem estimular a resiliência dos filhos, eles devem criar um ambiente doméstico que os nutra e estimule seu senso de competência, auto-estima e valor próprio. Em essência, os pais precisam fornecer uma base sólida a partir da qual a resiliência pode ser construída. Os pais que são incapazes de fornecer esse tipo de ambiente por conta própria podem solicitar a ajuda de familiares, amigos da igreja, avós e outros parentes de confiança.

---

### QUESTÃO PARA DISCUSSÃO:

Pense em seu ambiente doméstico atual. Se você fosse um inspetor de ambientes domésticos que passa a marca de “aprovado para resiliência em crianças”, sua casa seria aprovada na inspeção? Em que áreas você precisa fazer mudanças para criar o ambiente necessário para que a resiliência prospere em seu filho ou filhos?

---

## PRINCÍPIOS E DIRETRIZES PARA FORTALECER A RESILIÊNCIA FAMILIAR

Cada indivíduo e cada família passarão por um evento traumático, altamente estressante ou perturbador durante sua vida. Como mencionamos anteriormente, devido à pandemia de COVID-19, todas as crianças no mundo já passaram por pelo menos uma experiência adversa na infância. Os eventos estressantes geralmente não são previsíveis, mas todos podemos esperar que, quando esses eventos inevitáveis e estressantes ocorrerem, eles interromperão o funcionamento familiar normal. Os pais desempenham um papel

fundamental em ajudar a construir, promover e fortalecer a resiliência de seus filhos, para que possam aprender a lidar com os desafios da vida quando eles ocorrerem. As crianças não nascem resilientes; é uma forma aprendida de agir que pode ser ensinada e praticada ao longo da vida.

## COMECE COM O FIM EM MENTE

Jeremias 29:11 diz: “Porque sou eu que conheço os planos que tenho para vocês, diz o Senhor, planos de fazê-los prosperar e não de lhes causar dano, planos de dar-lhes esperança e um futuro”. Esse texto nos lembra que, mesmo que estejamos passando por provações, Deus sabe qual é o Seu propósito para nós, que é restaurar-nos à paz e à prosperidade (bem-estar, integridade). É um lembrete de que, enquanto estamos passando por adversidades inesperadas, Ele tem um fim esperado para um futuro promissor (Jeremias, 1909).

Os pais devem ter uma visão clara do que é sua família e como eles irão agir. Quando existe uma visão clara de que tipo de família você deseja ter, isso afeta todas as decisões que você toma e como você lida com as circunstâncias da família. Deus já declarou a visão; só precisamos entendê-la e executá-la. Essa visão terá um impacto direto em como uma família lida com bons momentos e momentos desafiadores.

---

### QUESTÃO PARA DISCUSSÃO:

Pense em sua família. Liste os membros de sua família (inclua parentes que moram em sua casa ou os visitam com frequência, como avós etc.). Escreva ou desenhe como é o ambiente de sua casa agora - feliz, alegre, triste, zangado, hostil, misericordioso etc. Em seguida, escreva ou desenhe como gostaria que sua casa fosse (visão). Que hábitos ou atitudes você gostaria de mudar ou remover de sua casa? O que você gostaria de adicionar para ver sua visão se tornar uma realidade em sua casa?

---

## SEJA INTENCIONAL NA RELAÇÃO FAMILIAR

Não podemos enfatizar o suficiente o quão importante é para seu filho se sentir conectado e ligado aos pais, aos outros e a Deus. Estudos de apego nos mostraram que crianças que estão emocionalmente conectadas de maneira saudável estão mais seguras. Quanto mais segura uma criança estiver, mais recursos terá para lidar com as muitas demandas da vida. A criança com apego seguro ou conectada acredita que tem recursos internos suficientes, fé em Deus e nos outros para lidar com a vida. Quando uma criança está apegada de forma insegura, ela não sente que tem os recursos ou apoio e é deixada para se defender sozinha.

Deus nos criou para ter relacionamentos, e a pesquisa apoia o conceito bíblico de que os relacionamentos são cruciais para a vida. Desde o momento em que o bebê nasce, seu cérebro está programado para funções básicas, como pensar, sentir, se relacionar com os outros, julgar

e perceber por meio dos vínculos mãe-filho e pai-filho. Há muitas evidências que sugerem que a própria sobrevivência de um bebê depende dessa experiência inicial de vínculo. Alguns estudos importantes mostraram que bebês que ficaram sem abraços e carinho/afeto morreram por falta de conexão. Devemos nos apressar em dizer que uma figura materna ou paterna que forneça o alimento necessário pode ajudar o bebê a se desenvolver.

Quando uma criança está apegada com segurança, ela experimenta o que é chamado de homeostase. Isso significa que uma criança pode regular fisiológica e emocionalmente sua resposta, especialmente quando se depara com turbulências em seu ambiente. Os pais podem ajudar seus filhos a encontrar estabilidade em todas as idades, proporcionando um lar seguro, previsível e cheio de amor e união. Assim como Deus acalma seus filhos com Seu amor, somos chamados a fazer o mesmo com nossos filhos.

---

### QUESTÃO PARA DISCUSSÃO:

Leia Sofonias 3:17 e relacione todos os caminhos que Deus atribui a nós, seus filhos. De que maneiras tangíveis você pode ser mais intencional sobre se alegrar com seus filhos para construir laços mais estreitos e nutrir um apego seguro?

“O Senhor, o seu Deus, está em seu meio, poderoso para salvar. Ele se regozijará em você, com o seu amor a renovar, ele se regozijará em você com brados de alegria” (Sofonias 3:17).

---

### RESILIÊNCIA DO MODELO

Minha avó (Elaine) sempre compartilhou histórias de sua vida quando era jovem e muitas das dificuldades que ela enfrentou quando era uma menina. Ela era a mais velha de 10 filhos, forçada a abandonar a escola aos 13 anos depois que seu pai morreu para ajudar sua mãe a cuidar de seus irmãos mais novos. No entanto, ela sempre falou sobre como Deus a conduziu durante suas provações. Ela frequentemente citava textos bíblicos como Filipenses 4:13 e 1 Coríntios 12:9 e nos incentivou a memorizar as promessas de Deus para nos ajudar a superar os momentos difíceis da vida. Ela viveu sua vida acreditando que Deus sempre abriria um caminho, mesmo onde parecia impossível. Ela foi um modelo de resiliência.

Resiliência não significa que você finge ou ignora as dificuldades ou desafios da vida. Isso significa que você permanece positivo e esperançoso durante os tempos difíceis. Aqui estão algumas maneiras pelas quais os pais podem ser um modelo de resiliência.

1. **Promova uma atitude positiva.** Novamente, não se trata de uma falsa positividade que não permite o processamento de emoções, mas pode-se buscar o bem apesar das dificuldades.
2. **Aprenda a regular suas emoções.** As pessoas muitas vezes interpretam mal a regulação emocional como significando não expressar emoções. Mas significa simplesmente que você pode aprender a expressar suas emoções de uma forma saudável e proativa. Se os pais

forem modelo de como se "autorregular", então as crianças também aprenderão.

- 3. Permaneça esperançoso.** Seja otimista quanto ao futuro. Como povo de Deus, temos a esperança de que um dia Ele voltará e nos levará para casa com Ele. Deixe seus filhos ouvirem você orar e recitar as promessas de Deus e reassegure-os de que sua confiança está em Deus e que Ele pode levá-lo através das tempestades.

---

### QUESTÕES PARA DISCUSSÃO:

Leia os seguintes textos: Filipenses 4:13 e 2 Coríntios 12: 9. Discuta o que esses textos significam para você e como eles podem ajudá-lo a se tornar mais resiliente. Memorize esses textos esta semana, se ainda não o fez, ou selecione outros textos que podem ajudá-lo a construir resiliência em você e em seus filhos.

---

### CONCLUSÃO

Como cristãos, podemos recorrer a Deus em busca de ajuda para desenvolver uma maior capacidade de responder ao trauma e ao estresse. Os pais podem ajudar a promover a resiliência em seus filhos e lembrá-los do alívio que vem por saber que Deus lhes prometeu esperança e um futuro. Se você está lutando para superar as adversidades da vida, não hesite em procurar aconselhamento cristão.

### REFERÊNCIAS

- Cloud, H., & Townsend, J. (1999). *Raising Great Kids*. Zondervan.
- Spence-Jones, H. D. M., & Exell, J. S. (Eds.) (1909). *The pulpit commentary*. London: Funk and Wagnalls Co. Walsh, F. (2015). *Strengthening family resilience*. Guilford publications.
- White, E. G. (2001). *The Adventist Home*. Review and Herald.

# FORMANDO O CARÁTER PARA A ETERNIDADE

POR KAREN HOLFORD

## NOTA

*Este seminário vem acompanhado de uma apresentação em PowerPoint com notas que você pode usar ao ensinar este tópico. No entanto, se você estiver trabalhando em um contexto onde não pode usar o PowerPoint, ou prefere não o usar, você pode preparar uma apresentação usando os pontos-chave do seguinte esboço, ou você pode pedir às famílias ou alunos que criem um pôster para ilustrar cada um dos pontos fortes de 24 caracteres discutidos no seminário.*

## ENVOLVENDO O GRUPO, ESPECIALMENTE AS CRIANÇAS

*Convide as crianças a ler os versículos da Bíblia relacionados com a força de cada personagem - se possível, diga-lhes com antecedência quais versículos você gostaria que eles lessem. Cada um dos pontos fortes de caráter também é acompanhado por perguntas a serem feitas ao grupo que você está ensinando. É útil convidar as crianças a nomear personagens bíblicos que mostraram as diferentes forças de caráter para ajudar a envolver seu pensamento sobre os diferentes pontos fortes e como eles são ilustrados na vida de personagens bíblicos.*

## ATIVIDADES DE GRUPO OPCIONAIS

*Atividades opcionais também estão incluídas em alguns dos pontos fortes do personagem, para que você possa usá-los para quebrar o ensino com diferentes atividades que envolvem todos na audiência.*

***Ilustrações opcionais** - um elástico e um pedaço de linha que você pode quebrar com os dedos (ver Slide 42).*

---

**Karen Holford**, MSc, MA é a Diretora do Departamento de Ministérios da Família na Divisão Trans Europeia da Igreja Adventista do Sétimo Dia em St. Albans, Hertfordshire, Reino Unido.

## INTRODUÇÃO

Juntos, faremos uma jornada pelo desenvolvimento do personagem neste seminário. Exploraremos por que isso é importante e identificaremos 24 dos principais pontos fortes do personagem. Também aprenderemos como podemos nutri-los em nossos filhos, de maneiras simples, todos os dias. Vamos orar antes de começar.

Pontos fortes de caráter são formas positivas de pensar, falar e fazer que nos energizam e nos ajudam a desfrutar de uma vida mais abundante com melhor saúde espiritual, mental e física e relacionamentos mais gratificantes. Pontos fortes de caráter são qualidades pessoais que ajudam a nós e a nossos filhos a florescer, e podemos escolher desenvolver nosso caráter por toda a vida. A boa notícia é que podemos nutrir essas características em nossos filhos desde tenra idade, pela maneira como interagimos com eles diariamente e por sermos um bom modelo de desenvolvimento de caráter em nossas próprias vidas.

Jennifer Fox Eades, a autora cristã do livro *“Celebrando pontos fortes”*, sugere que nossos pontos fortes de caráter são as qualidades que nos descrevem em nosso melhor.

Isso é encorajador para os filhos que criamos e para nós, porque se concentra nos momentos em que as coisas vão bem, e não nos momentos em que erros são cometidos.

Normalmente, nos concentramos no que fazemos quando estamos no nosso pior ou em quem somos nas condições mais difíceis, e vemos nossos erros como nossas fraquezas. Mas focar no que nossos filhos são capazes nas melhores condições pode nos dar uma perspectiva positiva e encorajadora sobre suas vidas, assim como a nossa. Isso nos ajuda a perceber e nutrir as forças de caráter que adicionam qualidade e resiliência às nossas vidas.

## PEDRO E O DESENVOLVIMENTO DE PERSONAGEM

O apóstolo Pedro fala sobre o processo de desenvolvimento do caráter em sua segunda carta. Ele não espera que os cristãos tenham um caráter totalmente crescido e maduro desde o início. É crescido, passo a passo, através da maturidade, discipulado e prática diária. O objetivo dessas etapas é nos ajudar a amadurecer no amor generoso de Deus. Pedro escreve:

*“Por isso mesmo, empenhem-se para acrescentar à sua fé a virtude; à virtude o conhecimento; ao conhecimento o domínio próprio; ao domínio próprio a perseverança; à perseverança a piedade; à piedade a fraternidade; e à fraternidade o amor. Porque, se essas qualidades existirem e estiverem crescendo em suas vidas, elas impedirão que vocês, no pleno conhecimento de nosso Senhor Jesus Cristo, sejam inoperantes e improdutivos” (2 Peter 1:5-8, NVI).*

## PONTOS FORTES DE CARÁTER ENRIQUECEM NOSSAS VIDAS

Precisamos desenvolver nosso caráter, bem como o das crianças sob nossos cuidados, para nos ajudar a nos tornarmos membros prósperos do reino de Deus e pessoas que são uma bênção para aqueles ao seu redor. Quando nossas qualidades de caráter são fortalecidas e usadas, nos tornamos membros da sociedade respeitados, trabalhadores, criativos, engenhosos, confiáveis, atenciosos e generosos. Em última análise, o objetivo da paternidade e do ensino eficazes é desenvolver crianças que sejam bons cidadãos, felizes, confiantes, resilientes e atenciosos. Portanto, é vital descobrirmos

como ajudar as crianças a reconhecer seus pontos fortes de caráter, a desenvolver essas qualidades e a gostar de usá-las.

## ATIVIDADE

O caráter de Deus é nosso exemplo. Vamos trabalhar juntos para listar algumas das muitas belas características de Deus. Trabalhe em pares ou pequenos grupos e crie uma lista das qualidades de caráter de Deus.

Nota: *(Se você estiver apresentando usando o Zoom, considere compartilhar a tela do Quadro Branco e permitir que os participantes usem a opção de texto em "Anotar" para criar uma lista dos pontos fortes do caráter de Deus.) Reserve 5 minutos para a atividade e convide pares/grupos para contribuir com um ponto forte de cada vez para fazer a lista do grupo que você pode escrever em um cartaz).*

## QUE PONTOS FORTES DE CARÁTER AS PESSOAS VALORIZAM EM TODO O MUNDO?

A pesquisa foi realizada para encontrar as forças de 24 caracteres mais valorizadas em todas as culturas (veja [www.viacharacter.org](http://www.viacharacter.org)). Essa lista de pontos fortes também descreve o caráter de Deus. Isso nos lembra que todos nós somos feitos à Sua imagem e que Ele escreveu Suas leis no coração de cada ser humano, quer eles O conheçam ou não.

O site: [www.letitripple.org](http://www.letitripple.org), organizou as forças de 24 caracteres valorizadas em todas as culturas em seis categorias: Sabedoria, Coragem, Humanidade, Justiça, Temperança e Transcendência. Exploraremos essas categorias e pontos fortes de caráter individualmente.

**Sabedoria** - Criatividade, Curiosidade, Amor por aprender, Perspectiva

**Coragem** - Bravura, Perseverança, Honestidade, Entusiasmo

**Humanidade** - Amor, bondade, inteligência social

**Justiça** - Responsabilidade social, trabalho em equipe, justiça, liderança

**Temperança** - Perdão, Humildade, Prudência, Autocontrole

**Transcendência** - Apreciando a beleza, Gratidão, Otimismo, Humor, Espiritualidade

### THE CHARACTER STRENGTHS OF WISDOM ARE:

- Criatividade;
- Curiosidade;
- Amor por aprender;
- Perspectiva - ser capaz de olhar para as situações através de uma lente de "visão geral".

## CRIATIVIDADE

A criatividade nos ajuda a resolver problemas ou imaginar um projeto e torná-lo realidade. É um dos pontos fortes mais valorizados porque leva à inovação e ao progresso em áreas importantes como saúde, ciência e cuidado com o meio ambiente. “Porque somos criação de Deus realizada em Cristo Jesus para fazermos boas obras, as quais Deus preparou de antemão para que nós as praticássemos” (Efésios 2:10).

Quais personagens da Bíblia tinham o dom da criatividade? (Deus criou o mundo, Davi escreveu salmos, Maria usou um bebedouro para animais como berço, os artesãos receberam a habilidade de construir o tabernáculo). Como podemos estimular a criatividade das crianças? Ao deixá-los experimentar materiais criativos, fornecer brinquedos de construção ou materiais da natureza, que eles podem usar para construir e fazer coisas, pensar em novas maneiras de usar objetos familiares, usar coisas inesperadas para resolver um problema quando as ferramentas usuais não estão disponíveis, cozinhar, criar jardins etc.

### **CURIOSIDADE**

A curiosidade leva ao aprendizado e à descoberta de novas possibilidades. “É a glória de Deus ocultar um assunto; pesquisar um assunto é a glória dos reis” (Provérbios 25:2). A curiosidade leva ao aprendizado e à descoberta de novas possibilidades. Quais personagens da Bíblia estavam curiosos? (Moisés foi olhar a sarça ardente e Salomão queria aprender mais). Como podemos alimentar a curiosidade de nossos filhos? Podemos fazer isso fornecendo recursos e apoiando-os enquanto exploram o mundo natural ao seu redor, encontram bons livros para lerem, ajudá-los a seguir seus interesses e curiosidades.

### **AMOR POR APRENDER**

“Se o sábio der ouvidos, aumentará seu conhecimento, e quem tem discernimento obterá orientação” (Provérbio 1:5). Quem na Bíblia gostava de aprender? (Salomão, Jesus, Paulo, José, filho de Jacó, aprendeu a ser um líder etc.) Como podemos nutrir o amor de nossos filhos pelo aprendizado? Ao compartilhar experiências de aprendizagem com eles, torne o aprendizado divertido, recompense o esforço de aprendizagem em vez de notas perfeitas etc.

### **PERSPECTIVA**

“Seja a atitude de vocês a mesma de Cristo Jesus” (Filipenses 2:5). Qual pessoa na Bíblia tinha perspectiva e era capaz de ver o quadro geral ou ver as coisas de um ângulo diferente? (Abraão, Moisés, Calebe, Josué, Jó etc.). Como podemos ajudar nossos filhos a ganhar perspectiva? Podemos encorajá-los a ver as coisas da perspectiva de pessoas diferentes, ajudá-los a ver a perspectiva do quadro geral do amor de Deus por todos etc.

## **OS PONTOS FORTES DA CORAGEM SÃO:**

- Bravura
- Perseverança
- Honestidade e
- Entusiasmo

### **BRAVURA**

“Não fui eu que lhe ordenei? Seja forte e corajoso! Não se apavore, nem se desanime, pois o Senhor, o seu Deus, estará com você por onde você andar” (Josué 1:9). Quais personagens da Bíblia foram corajosos? (Noé, Moisés, Daniel, Elias, Paulo, Maria, a mãe de Jesus, etc.). Como cultivamos a bravura em nossos filhos? Podemos ajudá-los a progredir em pequenos passos,

garantindo que eles possam gerenciar cada passo com segurança; ensiná-los habilidades de segurança; não os empurre para situações assustadoras se eles não estiverem prontos; esteja pronto para confortá-los e protegê-los se eles ficarem com medo. “(...) O perfeito amor lança fora o temor” (I João 4:18).

### **PERSEVERANÇA**

“Meus irmãos, considerem motivo de grande alegria o fato de passarem por diversas provações, pois vocês sabem que a prova da sua fé produz perseverança. E a perseverança deve ter ação completa, a fim de que vocês sejam maduros e íntegros, sem lhes faltar coisa alguma” (Tiago 1:2-4). Quais personagens da Bíblia perseveraram? (Noé, Moisés, Daniel, Elias, Paulo etc.). Como podemos cultivar a perseverança em nossos filhos? Podemos recompensar/apreciar o esforço em vez das conquistas para encorajá-los a persistir; apoiá-los em tarefas difíceis, como praticar música etc. praticando ou trabalhando com eles; sendo um modelo de perseverança em nossas próprias vidas.

### **HONESTIDADE**

“Antes, seguindo a verdade em amor, cresçamos em tudo naquele que é a cabeça, Cristo” (Efésios 4:15). Quais personagens da Bíblia foram honestos? (Os profetas falaram honestamente ao povo de Deus, Davi admitiu seu pecado contra Urias, etc.). Como nutrimos a honestidade em nossos filhos? Respondendo calorosa e positivamente quando nos dizem a verdade; mostre-lhes graça e amor para que não tenham medo de ser honestos conosco, apoie-os a consertar as coisas quando cometerem um erro, em vez de aprender como encobri-lo e ser honesto sobre nossos próprios erros e desafios.

### **ENTUSIASMO**

“Tudo o que fizerem, façam de todo o coração, como para o Senhor, e não para os homens” (Colossences 3:23). Quais personagens da Bíblia ficaram entusiasmados? (Pedro - pulando no mar etc.). Como educamos nossos filhos para ter entusiasmo? Modelando o entusiasmo, encoraje-os quando estiverem competindo, mantendo uma atitude positiva etc.

## **OS PONTOS FORTES DA CARACTERÍSTICA HUMANIDADE**

Estes são os pontos fortes de caráter que envolvem cuidar dos outros são:

- Amor
- Gentileza
- Inteligência Social

### **GENTILEZA**

“Sejam bondosos e compassivos uns para com os outros, perdoando-se mutuamente, assim como Deus perdoou vocês em Cristo” (Efésios 4:32). Quais personagens da Bíblia foram gentis? (Abraão, Abigail, Maria que ungiu os pés de Jesus, a viúva de Sarepta, Dorcas, a empregada de Naamã etc.). Como cultivamos a bondade em nossos filhos? Podemos ser gentis com eles - falando

e agindo gentilmente com eles; encorajar atos de bondade no lar; envolver toda a família em atos de bondade e ajudar as crianças a experimentar a alegria que ser gentil com os outros pode trazer; pesquise ideias de gentileza online etc.

---

### ATIVIDADE OPCIONAL

Peça às crianças que desenhem a mão de um adulto e, em seguida, escrevam em cada um dos dedos um ato de gentileza que elas poderiam fazer.

---

### AMOR

“Um novo mandamento lhes dou: Amem-se uns aos outros. Como eu os amei, vocês devem amar-se uns aos outros” (João 13:34). Como Jesus mostrou amor aos outros? Ele os abençoou, tocou, alimentou, cuidou deles, passou um tempo com eles, discipulou, curou, falou com eles sobre o amor de Deus etc. Como podemos nutrir a força de amor de caráter em nossos filhos? Ao focar no amor de Deus por nós, para que possamos transmiti-lo aos nossos filhos, dar aos filhos um exemplo vivo da graça amorosa de Deus para com eles, descobrir o que os ajuda a se sentirem amados e fazê-lo tão frequentemente quanto possível, ser bons modelos de seguidores amorosos de Jesus, surpreenda-os regularmente com diferentes maneiras de expressar amor a eles, envolva-os em atos de amor pelos outros etc.

### INTELIGÊNCIA SOCIAL

Inteligência social é a capacidade de estar ciente das necessidades de outras pessoas e de atender a essas necessidades de maneira gentil e amorosa. “Sejam bondosos e compassivos uns para com os outros, perdendo-se mutuamente, assim como Deus perdoou vocês em Cristo” (Efésios 4:32). Quais personagens da Bíblia eram socialmente inteligentes? (Abigail, Naomi, Abraão, Moisés etc.). Como podemos nutrir a inteligência social em nossos filhos? Encorajando-os a se perguntar o que outras pessoas podem estar pensando e sentindo; incentive-os a perguntar a outras pessoas do que precisam e como podem ajudar; ensine-os a serem bons e amáveis amigos, guardando segredos e tratando os outros com respeito e amor etc.

### OS PONTOS FORTES DA CARACTERÍSTICA JUSTIÇA:

- Responsabilidade Social
- Trabalho em equipe
- Equidade
- Liderança

### REPONSABILIDADE SOCIAL

“Levem os fardos pesados uns dos outros e, assim, cumpram a lei de Cristo” (Gálatas 6:2). Quais personagens bíblicos mostraram responsabilidade social? (Jesus preocupava-se com os famintos e trabalhava para incluir aqueles que estavam à margem da sociedade, como: mulheres, samaritanos, estrangeiros, crianças, leprosos, cobradores de impostos etc. Moisés

também mostrou responsabilidade social ao falar por seu povo perante o Faraó, e liderar e cuidar dos israelitas no deserto).

Quão socialmente responsáveis somos em nossa vida cotidiana? O que estamos fazendo para ser uma bênção para a sociedade ao nosso redor, para dar voz àqueles que são oprimidos e para trabalhar em prol de metas de responsabilidade social? Como podemos nutrir a responsabilidade social em nossos filhos? Ao nos mantermos informados sobre as questões sociais nas quais podemos nos envolver, ensinar nossos filhos sobre essas questões de maneira apropriada, trabalhar juntos como uma família em um projeto para prover acessibilidade para pessoas com deficiência, cuidar de viúvos, órfãos etc.

### **TRABALHO EM EQUIPE**

“Como é bom e agradável quando os irmãos convivem em união” (Salmo 133:1). Quem mostrou trabalho em equipe na Bíblia? (Noé e seus filhos enquanto construíam a arca; os discípulos alimentando 5.000 pessoas; as pessoas reconstruindo os muros de Jerusalém; etc.). Como ajudamos nossos filhos a serem bons jogadores de equipe? Envolvendo-os em atividades de equipe, especialmente quando estão trabalhando com outras pessoas em uma missão ou projeto de cuidado, em vez de em esportes competitivos; fazer parte de um coro, orquestra ou outra atividade de grupo; fazendo tarefas em família ou preparando-se para um evento juntos, como uma festa etc.

### **EQUIDADE**

“Meus irmãos, como crentes em nosso glorioso Senhor Jesus Cristo, não façam diferença entre as pessoas, tratando-as com favoritismo” (Tiago 2:1). Quais personagens da Bíblia mostraram justiça? (Rei Salomão e as mães com o bebê, os crentes do Novo Testamento certificando-se de que todas as viúvas fossem tratadas com justiça etc.). Como estimulamos a justiça em nossos filhos? Tratando-os de maneiras que considerem justas; encorajar o bom espírito esportivo e a ser um bom perdedor; incentive-os a tratar com bondade aqueles que perdem e a compartilhar coisas com eles, ou fazer algo para torná-los felizes etc.

### **LIDERANÇA**

“Mas, vocês não serão assim. Pelo contrário, o maior entre vocês deverá ser como o mais jovem, e aquele que governa como o que serve” (Lucas 22:26 NVI). Cite alguns dos bons líderes da Bíblia. Quais são as qualidades que Deus valoriza em Seus líderes? (Moisés, Abraão, Davi, Elias, Paulo, Ester etc. - humildade, compaixão, capacidade de ouvir os outros, ter um relacionamento crescente com Deus, coragem, gentileza, sabedoria etc.). Como podemos nutrir essas qualidades em nossos filhos? Podemos dar aos nossos filhos oportunidades de liderar em pequenas coisas, como no culto familiar; nutrir seus pontos fortes de caráter; sejam bons líderes como pais; leia livros sobre bons líderes etc.

**OS PONTOS FORTES DA CARACTERÍSTICA TEMPERANÇA:**

- Perdão
- Humildade
- Prudência
- Domínio próprio

**PERDÃO**

“Sejam bondosos e compassivos uns para com os outros, perdendo-se mutuamente, assim como Deus perdoou vocês em Cristo” (Efésios 4:32). Quais são alguns bons exemplos de perdão na Bíblia? (Esaú e Jacó, a história do filho pródigo, Jesus e Zaqueu e a mulher apanhada em adultério, Jesus na cruz perdendo seus perseguidores etc.). Como podemos nutrir um coração misericordioso em nossos filhos? Ensinando-lhes um processo saudável de perdão - ouvindo uns aos outros, mostrando que compreenderam o efeito de suas ações sobre os outros, restaurando relacionamentos rompidos com desculpas e gentilezas apropriadas e sinceras, ações restauradoras, etc.; ler bons livros apropriados para a idade sobre perdão; assistir a curtos vídeos online sobre perdão em sites cristãos; explorar recursos para crianças e jovens sobre perdão, como [www.theforgivenessproject.com](http://www.theforgivenessproject.com), por exemplo.

**HUMILDADE**

“Pois todo aquele que a si mesmo se exaltar será humilhado, e todo aquele que a si mesmo se humilhar será exaltado” (Mateus 23:12). Quais personagens da Bíblia foram humildes? (Abigail, Moisés, Jesus lavando os pés dos discípulos, José quando ele serve a Potifar e quando ele trabalha na prisão, a senhora que tocou a bainha da vestimenta de Jesus etc.). Como podemos nutrir humildade positiva em nossos filhos - para que eles estejam seguros de seu valor aos olhos de Deus e sejam humildes o suficiente para servir aos outros com amor e alegria? Podemos afirmar seu esforço em vez do resultado ou 'sucesso'; deixe-os saber que Deus os ama do jeito que são, e Seu amor não depende de suas habilidades, dons, aparência ou comportamento; incentive-os a servir com alegria, visto que tudo o que fazem, por mais simples ou humilde que seja, é um presente para Jesus etc.

**SABEDORIA**

“Se algum de vocês tem falta de sabedoria, peça-a a Deus, que a todos dá livremente, de boa vontade; e lhe será concedida” (Tiago 1:5). Quais personagens da Bíblia eram sábios? (Salomão, Moisés, José, Abigail etc.). Como podemos incentivar nossos filhos a desenvolver sabedoria? Podemos conversar sobre cenários possíveis e ajudá-los a entender como fazer boas escolhas, incentivá-los a perguntar a seus parentes mais velhos sobre a melhor sabedoria que já receberam, confirmá-los quando fizerem uma escolha sábia e ler histórias sobre pessoas sábias da Bíblia e através dos tempos etc.

---

**ATIVIDADE OPCIONAL**

Pense em uma sabedoria importante que alguém compartilhou com você. Que diferença isso fez na sua vida? Que sabedoria você poderia compartilhar com uma pessoa mais jovem?

## PRUDÊNCIA

“Tenham cuidado com a maneira como vocês vivem; que não seja como insensatos, mas como sábios, aproveitando ao máximo cada oportunidade, porque os dias são maus. Portanto, não sejam insensatos, mas procurem compreender qual é a vontade do Senhor” (Efésios 5:15-17). Quais personagens da Bíblia são bons exemplos de prudência? (Os profetas advertiram o povo de Israel quando seu comportamento os afastou de Deus). Como podemos cultivar a prudência sábia em nossos filhos? Incentivando-os a avaliar os possíveis riscos em suas ações e a ter em mente seus principais objetivos de vida para que não sejam desviados ou descarrilados. Incentive-os a agir de forma a manter a si mesmos e a outros seguros. Convide-os a vir e contar quando estiverem preocupados com algo ou quando estiverem confusos sobre o que fazer.

## DOMÍNIO PRÓPRIO

“Mas o fruto do Espírito é amor, alegria, paz, paciência, amabilidade, bondade, fidelidade, mansidão e domínio próprio. Contra essas coisas não há lei” (Gálatas 5:22-23). Quais personagens bíblicos foram bons exemplos de autocontrole? (João Batista, Davi quando ele se recusou a matar Saul, jejum, etc.). Como nutrimos o autocontrole em nós mesmos e em nossos filhos? Por ser um bom exemplo de autocontrole, incentive as crianças a esperar pelo que desejam em vez de precisar obtê-lo imediatamente, como esperar um mês antes de comprar algo que desejam para ver se ainda o desejam. Torne a espera e o autocontrole divertidos como um jogo etc.

---

## ATIVIDADE OPCIONAL

*Mostre o vídeo O Teste Marshmallow, que está disponível em:*

[https://www.youtube.com/watch?v=QX\\_oy9614H](https://www.youtube.com/watch?v=QX_oy9614H)

---

## OS PONTOS FORTES DA CARACTERÍSTICA TRANSCENDÊNCIA:

- Apreciação do belo
- Gratidão
- Otimismo
- Humor
- Espiritualidade

## APRECIÇÃO DO BELO

“Os céus declaram a glória de Deus; o firmamento proclama a obra das suas mãos” (Salmo 19:1). Como sabemos que Deus aprecia as coisas bonitas? (Olhando para a beleza de tantas coisas que Ele criou). Quais personagens bíblicos ficaram maravilhados com a beleza da natureza? (Davi e Jó em sua poesia). Como podemos ajudar nossos filhos a apreciar a beleza do mundo natural e o valor de usar sua criatividade para criar coisas bonitas? Encorajando-os a fazer uma pausa, observar a natureza de perto e realmente dedicar um tempo para maravilhar-se e louvar a Deus pelo que descobrem; valorizando a própria criação; cuidar do meio ambiente; tirando fotos de coisas bonitas da natureza.

### ATIVIDADE OPCIONAL

Peça às pessoas que compartilhem com um parceiro algo que Deus criou que os deixou maravilhados na semana passada.

---

### GRATIDÃO

“Deem graças em todas as circunstâncias, pois esta é a vontade de Deus para vocês em Cristo Jesus” (1 Tessalonicenses 5:18). Que personagens bíblicos mostraram gratidão a Deus e a outras pessoas? (Um dos dez leprosos, Davi em seus salmos, Maria que derramou perfume sobre os pés de Jesus, Paulo para seus companheiros cristãos em muitas de suas cartas etc.). Como podemos nutrir gratidão em nossos filhos para com Deus e os outros? Oferecendo orações de agradecimento, escrevendo uma carta ou cartão de agradecimento a Deus, escrevendo cartões de agradecimento a outras pessoas por todos os tipos de coisas, caminhando e procurando uma coisa após a outra para agradecer a Deus, mostrando apreço a cada dia a cada pessoa em sua casa por algo que ela fez e que o abençoou etc.

---

### ATIVIDADE OPCIONAL

Incentive todos a pensar em algo pelo qual são gratos que começa com a mesma inicial do primeiro nome. Peça-lhes que compartilhem isso com um parceiro. Estabeleça o desafio de pensar em trinta coisas pelas quais eles são gratos a cada semana, ou encontrar uma coisa que eles são gratos por começar com cada letra do alfabeto.

---

### OTIMISMO

“Mas aqueles que esperam no Senhor renovam as suas forças. Voam bem alto como águias; correm e não ficam exaustos, andam e não se cansam” (Isaiah 40:31). Quais personagens bíblicos eram esperançosos e otimistas? (Noé enquanto construía a arca, João, o Revelador, Simeão no Templo quando estava procurando pelo bebê Messias, o leproso que veio a Jesus para pedir cura). Como podemos nutrir esperança em nossos filhos? Sempre tenha algo feliz para as crianças ansiarem - quanto mais jovem for a criança, mais cedo será o evento, porque é difícil para as crianças entenderem o conceito de tempo; envolver as crianças no planejamento de eventos felizes; envolver as crianças na economia de dinheiro para ajudar os outros ou na coleta de coisas para ajudar os outros; incentive as crianças a esperar pelo menos uma coisa no próximo dia ou semana etc.

---

### HUMOR

“O coração bem disposto é remédio eficiente, mas o espírito oprimido resseca os ossos” (Provérbios 17:22). Você consegue pensar em uma história da Bíblia que o faz sorrir? (O burro de Balaão, Jonas e a baleia, Jesus abençoando as crianças, Pedro caminhando sobre as águas). Como podemos ajudar nossos filhos a ter um bom senso de humor? Podemos assistir às palhaçadas engraçadas dos animais, contar boas piadas juntos, rir uns com os outros e não uns dos outros, procurar vídeos engraçados para assistir no YouTube, compartilhar o momento mais engraçado do seu dia juntos etc.

---

## SPIRITUALITY

“Ele mostrou a você, ó homem, o que é bom e o que o Senhor exige: Pratique a justiça, ame a fidelidade e ande humildemente com o seu Deus” (Miquéias 6:8). Qual personagem da Bíblia é seu herói espiritual favorito, além de Jesus? (Ester, Paulo, Moisés, Daniel etc.). Como podemos nutrir a espiritualidade de nossos filhos? Ao dar aos nossos filhos a imagem mais amorosa e graciosa possível de Deus, estar crescendo em nosso próprio relacionamento com Jesus, tornando os momentos de adoração em família divertidos e felizes, oferecendo aos filhos formas criativas de orar, ajudando-os a explorar diferentes maneiras de expressar sua fé etc.

### POR QUE OS PONTOS FORTES DE CARÁTER SÃO TÃO IMPORTANTES?

- Eles nos fornecem recursos valiosos para nos ajudar a enfrentar os desafios da vida.
- Ouvimos sobre a importância de ajudar crianças e adultos a desenvolver resiliência, mas não muito sobre o que podemos fazer para ajudá-los na prática.
- Resiliência é a capacidade de voltar à forma após uma experiência desafiadora.
- É como ser um elástico (mostre um elástico) em vez de um pedaço de linha fina (mostre como um pedaço de linha se rompe facilmente).
- Podemos esticar muito um elástico e ele rapidamente voltará à sua forma original porque é resistente.
- Crianças e adultos menos resilientes podem ter dificuldade para se recuperar de contratempos, feridas e desafios e podem ser mais vulneráveis ao sofrimento. Eles também podem ser mais propensos a usar mecanismos de enfrentamento menos saudáveis, como: comportamento viciante, comportamento agressivo, desistência, intimidação de outros etc.

---

## ATIVIDADE

Peça ao grupo algumas respostas rápidas: Quais dos pontos fortes de caráter você acha que ajudaria uma criança a ser resiliente quando ela se saiu mal em um teste da escola ou esqueceu suas falas em uma parte importante de uma peça escolar, ou quando algo muito triste acontece na vida deles?

---

### SOBRE SEUS PRÓPRIOS PONTOS FORTES DE CARÁTER?

Você já pensou sobre seus próprios pontos fortes de caráter e quais são eles?

---

## ATIVIDADE

Liste o que você acha que são seus três principais pontos fortes e pense em exemplos específicos de ocasiões em que você usou cada um deles. Se isso for difícil, pense nas palavras que seu melhor amigo, cônjuge, pai amoroso ou filho usaria para descrever seu personagem.

(Reserve cinco minutos para este exercício - passe para o próximo slide para que eles possam ser lembrados da lista de forças de caráter).

*Aqui está uma lista dos pontos fortes dos personagens principais, para lembrá-lo do que eles são. (Tenha a lista disponível para o público - veja a apresentação em PowerPoint).*

- Criatividade
- Curiosidade
- Amor por aprender
- Perspectiva
- Coragem
- Perseverança
- Honestidade
- Entusiasmo
- Amor
- Gentileza
- Inteligência Social
- Responsabilidade Social
- Trabalho em equipe
- Equidade
- Liderança
- Perdão
- Humildade/Modéstia
- Prudência/Cuidado
- Domínio-próprio
- Apreciador do belo
- Gratidão
- Esperança/Otimismo
- Humor
- Espiritualidade

---

### **ATIVIDADE**

(Como apresentador, conte a história de uma época em que alguém percebeu um dos pontos fortes do seu personagem, quando criança ou adulto, de uma forma que fez uma diferença significativa e positiva em sua vida. Tente escolher uma história que mostre como essa experiência positiva ainda contribui para o seu bem-estar e felicidade hoje. Se você for ajudar a apresentar, uma pessoa também pode entrevistar a outra sobre a experiência dela.)

- Reflita sobre um momento em que alguém notou e alimentou uma das forças de seu caráter, mesmo que seja pequena.
- Se você achar isso desafiador, pense em uma ocasião em que percebeu a força de caráter de outra pessoa e, em vez disso, reflita sobre isso.
- Conte a história brevemente para um parceiro ou membro da família que está com você.
- Reserve 5 minutos para o exercício e, em seguida, solicite feedback.

## COMO FORMAR O CARÁTER DE UMA CRIANÇA:

- Esteja ciente dos 24 pontos fortes do caráter para que você possa reconhecê-los em seu filho(a) e em outras pessoas.
- Informe as crianças quando você as viu usar a força de caráter.  
Afirme sua força, pois isso os encorajará a repetir o comportamento positivo.
- Diga-lhes que fizeram uma boa escolha. Deixe-os ver como você está feliz!
- Ajude as crianças a reconhecer os pontos fortes de caráter em si mesmas e nos outros.
- Ajude-os a escolher quais forças de caráter eles gostariam de trabalhar.
- Pergunte sobre as ocasiões em que Jesus pode ter usado essa força de caráter e leia a história juntos.
- Ajude-os a fazer uma lista de maneiras pelas quais eles poderiam praticar a força - isso será diferente para cada criança, pois elas têm dons, personalidades, preferências diferentes etc.
- Pense nos diferentes personagens bíblicos que mostraram essa força. Aprenda sobre eles.
- Procure versículos bíblicos sobre o caráter. Aprenda os versos de maneiras criativas. Escreva-os, represente-os, faça cartões com os versos etc.
- Encontre biografias de pessoas inspiradoras que usaram essa força de caráter, especialmente pessoas que ainda estão vivas ou cujas histórias são recentes - essas histórias mostram como as forças de caráter são relevantes para a vida das pessoas hoje.
- Faça uma lista de maneiras pelas quais você pode praticar a força de caráter em família. Todos vocês podem desenvolver o caráter ao mesmo tempo, de maneiras diferentes.
- Trabalhe em seus pontos fortes juntos como uma família ou grupo.
- Elabore pôsteres sobre as forças de caráter e outros lembretes criativos para ajudar um ao outro a praticá-las.
- Observe quando as pessoas mostram os pontos fortes do caráter na vida real, em livros, no noticiário, na TV ou no cinema. Isso é importante porque ajuda a reforçar o conceito de que todos podem desenvolver forças de caráter e que são importantes hoje e não apenas nos tempos bíblicos. Também dá a você e a seus filhos mais ideias sobre como praticar as diferentes forças de caráter no mundo de hoje.
- No final de cada dia, convide seu filho a listar as 3 forças de caráter que usou durante o dia/semana. Diga a eles que outras qualidades você os viu usar também.
- Se você está com seus filhos agora, conte a cada um deles sobre uma força de caráter que você os viu usar na semana passada. Observe seus rostos e observe o quanto isso os incentiva.

---

### ATIVIDADE

Divida o grande grupo de participantes em grupos menores de cerca de 4-5 pessoas.

- Dê a cada grupo um pedaço de papel com uma das forças de caráter escrita nele.
- Peça a eles para fazer uma lista de no mínimo:
  - 3 Personagens da Bíblia que mostraram essa força de caráter.
  - 3 Versículos bíblicos sobre a força de caráter.
  - 3 atividades que alimentariam essa força de caráter em uma criança ou adolescente.
- Quaisquer outros recursos que eles possam usar ou fazer para nutrir a força do personagem.
- Convide grupos para compartilhar suas ideias. Se você tiver muitos grupos, convide alguns para dar feedback e reunir as ideias dos outros grupos para circular a todos mais tarde.

- Demonstre nutrir os pontos fortes de caráter do trabalho em equipe, incentivando-os e afirmando-os pelo que fizeram juntos.
- 

## INSPIRAÇÃO

“Cada ato da vida, embora sem importância, tem sua influência na formação do caráter. Um bom caráter é mais precioso do que as posses mundanas, e a obra de formá-lo é a mais nobre em que os homens podem se empenhar” (Ellen G. White 4T 657, 1881).

## NA PRÁTICA

- Convide os participantes a passar algum tempo refletindo sobre o workshop de hoje e fazendo alguns planos com base nas ideias que aprenderam e pensaram hoje.
- Convide-os a compartilhar essas ideias com um parceiro e encorajar uns aos outros em sua jornada de desenvolvimento de caráter.

## ORAÇÃO

- Ore pelos participantes e pelas crianças em suas esferas de influência.
- Ore para que tenham uma compreensão mais rica do caráter de Deus para inspirá-los à medida que desenvolvem seu próprio caráter e criam o de seus filhos.
- Se for apropriado e possível, reúna os adultos em um círculo ao redor das crianças e ore pelas crianças do programa.
- Faça uma oração de bênção sobre os adultos enquanto eles formam o caráter de seus filhos.

## FOLHETO OPCIONAL

Dê aos participantes uma cópia do folheto "Nutrindo as Forças do Caráter das Crianças" no encerramento do seminário.

# NUTRINDO AS FORÇAS DOS CARÁTER DAS CRIANÇAS

Quanto mais forças de caráter uma criança desenvolve, mais resiliente, feliz e saudável ela provavelmente será e mais se tornará como Jesus.

Existem 24 pontos fortes dos personagens principais que são valorizados em quase todas as culturas. Aqui estão algumas maneiras divertidas e criativas de ajudar as crianças a desenvolver alguns desses importantes pontos fortes de caráter.

**APRECIANDO A BELEZA E EXPERIMENTANDO A MARAVILHA** de enriquecer a vida das crianças e ajuda-las a perceber as coisas incríveis que Deus criou. Salmo 104. Davi.

- Olhe para um pôr-do-sol, uma concha, uma flor, uma gravura em um livro e pergunte às crianças o que elas acham que é a parte mais bonita dele.
- Conte um ao outro a coisa mais linda que você viu hoje.
- Visite galerias de arte ou faça caminhadas na natureza e incentive as crianças a desacelerar e observar as coisas bonitas. Pegue uma câmera simples para que eles possam fotografar as coisas que descobrem.
- Envie-os em uma "caça ao tesouro" para encontrar três coisas incríveis e naturais no jardim, na floresta ou no parque etc.

**CUIDADO** ajude as crianças a ficarem seguras e as proteja de dizer e fazer coisas das quais se arrependem mais tarde. Efésios 5:15-17. Muitos dos profetas alertaram o povo de Deus.

- Ensine às crianças habilidades importantes de segurança e como evitar os perigos ao escalar, soltar pipas, brincar perto da água etc.
- Ajude as crianças a pensar sobre diferentes maneiras de responder a uma situação. Incentive-os a se perguntarem sobre os diferentes efeitos do que podem dizer e fazer nos outros, em si mesmos e nas coisas ao seu redor.
- Use histórias para ajudar as crianças a pensar sobre os efeitos positivos e negativos das ações de diferentes personagens, e o que os personagens poderiam ter feito de forma diferente se tivessem sido mais cautelosos e atenciosos.

**CORAGEM** é enfrentar situações difíceis, desafiadoras ou assustadoras ao invés de evitá-las. Josué 1:9, Provérbios 3:5-6. Daniel, Elias, Ester, David, Josué.

- Se as crianças têm medo ou são tímidas, ajude-as a pensar sobre as diferentes coisas que as fazem sentir-se assim, a se preparar para experiências de medo e a encontrar maneiras úteis de lidar com seus medos.
- Esteja presente, com muita confiança e apoio, quando eles estiverem se apresentando no

palco, no dentista ou enfrentando um exame etc.

- Ajude as crianças a se lembrarem de seus tempos difíceis. Crie um prêmio de coragem simples e escreva nele os momentos de bravura para encorajá-los no futuro.

**CRIATIVIDADE** não se trata apenas de ser artístico. Criatividade é ter uma mente aberta sobre como as coisas podem ser feitas e usadas, ter uma visão para um produto final e a determinação para superar os desafios de fazê-lo. Eclesiastes 9:10. Criando o tabernáculo, Maria usando uma manjedoura para a cama de Jesus.

- Escolha um objeto do dia-a-dia, como um sapato, um jarro vazio ou um pé de meia, e pense em pelo menos dez maneiras interessantes e práticas de usá-los.
- Deixe cada criança escolher três frutas como ingredientes para inventar um novo tipo de suco ou experimentar diferentes coberturas em sua pizza.
- Dê a cada criança uma grande caixa de papelão, uma tesoura e um conjunto de canetas hidrográficas grossas. Ajude-os a transformar sua caixa em uma nave espacial, uma casa ou o que quer que sua imaginação sugira.

**ENTUSIASMO** é fazer as coisas com energia e prazer, ao invés de reclamar. Colossenses 3:23. Rebeca dando água aos camelos. O discípulo Pedro também é muito entusiasmado.

- Seja o mais entusiasmado possível - seu entusiasmo é contagiante!
- Crie uma saudação entusiástica juntos e use-a para inspirar entusiasmo quando uma criança estiver relutante em ir embora.
- Diga: “se trabalharmos juntos e arrumarmos este quarto em cinco minutos, podemos todos nos sentar juntos e ter um momento especial”. Isso incentiva as crianças a ajudarem umas às outras a se preparar rapidamente e adiciona uma sensação de entusiasmo.

**JUSTIÇA** é tratar todas as pessoas com equidade, independente de suas diferenças. Tiago 2:1-5. Jesus, Pedro e seu sonho dos animais descendo em um lençol.

- Ensine as crianças a compartilhar generosa e igualmente com os outros e como incluir pessoas novas e solitárias em suas brincadeiras.
- Incentive as crianças a ter amigos com diferentes habilidades e origens culturais.
- Mostre respeito e consideração a todos que encontrar.

**PERDÃO** é ser capaz de perdoar aqueles que o magoaram e saber como se livrar de sua mágoa e ressentimento. Efésios 4:32. José filho de Jacó.

- Ajude as crianças a compreender o perdão, encontrando atos simbólicos para ilustrar o perdão, como lavar a sujeira de uma pedra ou escrever cartas e rasgá-las.
- Ensine às crianças que o ressentimento as enche de tristeza e dor e que abandonar os ressentimentos lhes dá espaço extra para se sentirem felizes novamente.
- Ajude as crianças a fazerem as pazes, fazendo algo gentil por aqueles que eles magoaram e por aqueles que os magoaram.

**GRATIDÃO** é ser grato por presentes e bênçãos. 1 Tessalonicenses 5:18, Salmo 136:1. Paulo agradece em suas cartas, o leproso que agradeceu, Maria, a mãe de Jesus, quando ela canta depois que o anjo lhe disse que ela terá o Messias.

- Faça orações de agradecimento antes das refeições.
- Dê diários às crianças com um pequeno espaço para cada dia. Peça às crianças que pensem em três coisas pelas quais são gratas a cada dia e as escreva no diário.
- Ajude as crianças a fazerem cartões de agradecimento atraentes. Incentive-os a enviar cartões de agradecimento pelo menor presente ou gentileza.

**HONESTIDADE** é dizer a verdade no amor, mesmo quando for difícil, e ser genuíno e autêntico. Efésios 4:15. Elias, Profeta Nathan e Rei David.

- Responda calorosamente e com amor quando os filhos forem honestos sobre os erros que cometeram - não os puna por serem verdadeiros.
- Ensine-os a dizer a verdade com amor, juntando uma frase de honestidade ponderada e atenciosa entre palavras amáveis e encorajadoras.
- Vivam com honestidade e transparência, sem trapacear ou enganar, para dar um bom exemplo.

**ESPERANÇA** é acreditar que as melhores coisas acontecem quando você confia em Deus e trabalha para alcançar seus objetivos. Jeremias 29:11, Romanos 8:28. Abraham.

- Ajude seus filhos a estabelecer metas para o dia, semana, mês e ano, dependendo da idade. Mostre-lhes como dividir as metas em etapas menores para que possam medir seu progresso.
- Faça uma estrela de papel ou em forma de vela e preencha-a com mensagens inspiradoras e versículos bíblicos para nutrir sua esperança.

**HUMOR** é melhor quando as pessoas riem umas com as outras e não umas das outras. Provérbios 17:22.

- Divirta-se com as crianças.
- Conte um ao outro a coisa mais engraçada que você viu, ouviu ou fez durante o dia.
- Vá a um zoológico e observe as travessuras engraçadas dos animais.
- Procure o lado engraçado das coisas que acontecem.
- Faça coisas incomuns, surpreendentes e engraçadas. Vista suas roupas invertidas por uma hora; arrume fatias de frutas para fazer uma careta engraçada e esconda coisas engraçadas em sua cama ou lancheira. Essas pequenas coisas fazem memórias especiais que vão trazer um sorriso ao rosto.

**GENTILEZA** é pensar nas necessidades de outra pessoa e, em seguida, colocar as necessidades dela antes das suas. Lucas 6:35, Efésios 4:32. Rute, Abigail, Rebeca.

- Envolve as crianças em atos de bondade - faça um bolo para alguém, encha uma cesta com frutas para uma pessoa doente, coloque uma caixa de sapatos com itens essenciais para uma criança em necessidade. Deixe-os se divertir escolhendo os presentes e experimentando a alegria de dar.

- Faça um kit de gentileza para as crianças levarem para a escola. Inclua um pacote de lenços divertidos, adesivos com carinhas sorridentes, uma barra de cereal saborosa, um pequeno brinquedo divertido etc. Incentive-os a compartilhar isso com crianças que estão magoadas, tristes ou com fome.
- Incentive as crianças a perceber que os outros estão cansados, doentes ou tristes e a encontrar maneiras de ser gentis com sua família, professores e amigos.

**AMOR** são muitas das outras qualidades de caráter experimentadas em um relacionamento afetuoso. Romanos 12: 9-21, 1 Coríntios 13, Jesus, o Bom Samaritano, Rute.

- Peça a cada pessoa para desenhar um grande coração e escrever dentro dele 10 coisas para ajudá-las a se sentirem especialmente amadas. Veja o que cada pessoa escreveu para que você possa descobrir mais sobre como eles gostam de ser amados.
- Decore corações com versículos bíblicos sobre o amor. Façam coisas amorosas um pelo outro em segredo. Deixe um versículo do coração perto da ação amorosa para que a pessoa saiba que é amada.
- Quando você ouvir sobre os desafios na vida das pessoas, pergunte-se como você poderia mostrar a elas o amor de Deus e, em seguida, fazer isso juntos.
- Imagine que o amor de Deus é como um banho de água refrescante. Mostre às crianças que nossas ações dolorosas e sem amor podem ser como um guarda-chuva, impedindo as pessoas de experimentar o amor de Deus. Mostre a eles um funil e como ele pode coletar muita água e concentrá-la em uma garrafa ou copo. Deus quer que sejamos funis, captando o máximo possível de seu amor e despejando-o na vida das pessoas.

**AUTOCONTROLE** é ser capaz de esperar o que você quer e limitar o que você pega e come etc. Gálatas 5:22-23. João Batista.

- Ofereça às crianças a escolha de uma guloseima pequena agora ou uma guloseima maior mais tarde. Ajude-os a pensar sobre os benefícios de esperar por algo melhor.
- Incentive as crianças a pegarem o menor pedaço e oferecerem guloseimas aos outros antes de pegarem para si mesmas.
- Nem sempre compre o que as crianças querem imediatamente. Incentive-os a esperar um mês para verificar se ainda é o que realmente desejam.

**SOCIABILIDADE/INTELIGÊNCIA SOCIAL** é estar ciente dos sentimentos de outras pessoas, bem como dos seus próprios, e atender às necessidades de outras pessoas de conforto, incentivo, apreço, ajuda, respeito etc. Romanos 12:9-21. Martha, Abigail.

- Sociabilidade é ser capaz de compartilhar os sentimentos um do outro. Incentive as crianças a ficarem tristes com quem está triste e a ficarem felizes com quem está feliz!
- Ao ler histórias, fale sobre o que eles acham que os personagens estão sentindo e precisando e o que as crianças podem fazer para serem atenciosas e gentis.

**ESPIRITUALIDADE** é acreditar que a vida tem valor, significado e propósito. Inclui

ajudar as crianças a aprender sobre Deus e como desenvolver um relacionamento positivo com Ele. Miquéias 6:8. Muitos personagens bíblicos.

- Leia biografias de pessoas que foram motivadas a fazer grandes coisas por causa de sua fé em Deus.
- Use maneiras criativas de ajudar as crianças a orar.
- Diga aos filhos que eles são um presente de Deus para o mundo, que Ele os ama e que tem um plano especial, emocionante e feliz para suas vidas.

**TRABALHO EM EQUIPE** é ser capaz de cooperar com outras pessoas de maneira feliz e solidária. Eclesiastes 4:9-12. Salmo 133:1. Noé e sua família construindo a arca.

- Escolha projetos em que as crianças precisem trabalhar juntas para obter os melhores resultados, como montar uma barraca, planejar uma festa de aniversário, empinar pipa, velejar um barco etc.
- Modelo de trabalho em equipe, trabalhando ao lado de crianças em projetos desafiadores, como arrumar seu quarto.
- Dê às crianças muitas oportunidades de participar de esportes coletivos, bandas musicais e apresentações em grupo etc., dependendo de seus interesses.

**SABEDORIA** ajuda as crianças a fazerem boas escolhas. Tiago 1:5; Tiago 3:17; Efésios 5:15-16. Salomão.

- Escreva alguns provérbios sábios em cartões simples. Revezam-se para escolher uma carta e explicar o que ela significa.
- Ao ler histórias, fale sobre as pessoas mais sábias da história e o que elas fizeram e disseram de tão sábio. Pense nas pessoas tolas também e aprenda com seus erros!

## ETAPAS PRÁTICAS PARA CONSTRUIR O CARÁTER

É um dos maiores privilégios ver as crianças desenvolverem forças de um caráter resiliente que as ajudará a florescer e a serem seguidores felizes de Jesus.

- Conheça os diferentes pontos fortes de caráter.
- Corte um coração de um cartão fino e deixe seu filho escrever cada um dos pontos fortes de caráter nele. Adicione mais forças de caráter, se desejar, pois há muito mais do que os listados aqui. Pergunte também quais qualidades de caráter eles acham que mostraram durante o dia.
- Observe quando uma criança exibe um dos pontos fortes.
- Cite a força que estão usando e diga-lhes que fizeram uma boa escolha.
- Ajude-os a escolher em qual força de caráter eles gostariam de trabalhar.
- Faça uma lista de maneiras pelas quais eles poderiam praticar essa força em sua vida cotidiana.
- Na hora de dormir, pergunte a eles quais forças de caráter eles trabalharam durante o dia. Diga a eles pelo menos uma outra força que você percebeu e que eles talvez não tenham percebido. Isso é muito afirmativo e poderoso para seu filho.
- Quando você está ocupado - até mesmo perceber uma força de caráter por semana geralmente é muito encorajador para uma criança.
- Trabalhe nos pontos fortes em família. Tenha uma “semana da gentileza” etc.
- Use a lista de pontos fortes para inspirar a adoração em família - concentre-se nos personagens bíblicos que usaram essa força, explore o que pode tê-los ajudado a

desenvolver essa força, aprenda versículos bíblicos sobre a força etc.

- Ajude as crianças a perceber quando outras pessoas mostram qualidades de caráter. Procure pessoas usando pontos fortes de caráter em seus livros e nos filmes/programas que assistem. Pergunte quem foi a pessoa mais gentil, mais corajosa, mais sábia etc., e fale sobre o que ela fez e que diferença isso fez para as outras pessoas.
- Para crianças mais velhas e adolescentes, procure pessoas hoje que estejam usando diferentes forças de caráter. Envie-os para pesquisar uma pessoa que é corajosa, ou criativa, ou gentil etc. Ou para encontrar novas histórias sobre pessoas usando seus pontos fortes de caráter.

## RECURSOS

- [www.letitripple.org](http://www.letitripple.org) – Site judaico repleto de ideias para a construção de personagens, incluindo filmes e materiais a serem usados durante a Semana do Caráter.
- “Celebrando pontos fortes” - Livro de Jennifer Fox Eades
- Teste online para identificar a força do seu caráter, [www.viacharacter.org](http://www.viacharacter.org)
- 100 atividades infantis para construir o caráter. Momentos por dia, crescimento pessoal para famílias. <http://www.momentsaday.com/100-kids-activities-to-build-character/>

# RESILIÊNCIA FAMILIAR: SENDO REFINADOS PELO FOGO

POR ALINA BALTAZAR

## TEXTOS

“Nisso vocês exultam, ainda que agora, por um pouco de tempo, devam ser entristecidos por todo tipo de provação. Assim acontece para que fique comprovado que a fé que vocês têm, muito mais valiosa do que o ouro que perece, mesmo que refinado pelo fogo, é genuína e resultará em louvor, glória e honra, quando Jesus Cristo for revelado” (1 Pedro 1:6, NVI).

“Tudo posso naquele que me fortalece” (Filipenses 4:13, NVI).

## OBJETIVO

O objetivo deste seminário é explorar processos-chave na resiliência familiar e como eles podem ser aplicados para melhorar o funcionamento de uma família.

## PERGUNTAS CHAVE

Quantos de vocês já ouviram falar do termo resiliência? O que você acredita que isso significa?

---

Alina Baltazar, PhD, MSW, LMSW, CFLE é Diretora do Programa MSW e Professora Associada na Escola de Trabalho Social e Diretora do Centro de Educação de Prevenção do Instituto para a Prevenção de Vícios da Universidade Andrews em Berrien Springs, Michigan, EUA.

## INTRODUÇÃO

Hoje em dia, estamos mais cientes do que nunca como o resultado do pecado nos afeta em nível individual, familiar, comunitário e mundial. Você pode viver uma vida exemplar, seguindo tudo o que a Bíblia ensina, mas ainda assim lutar contra os resultados do pecado, como doenças, desastres naturais e provocados pelo homem, desemprego, morte, divórcio, crime, guerra e violência dentro de sua família ou comunidade. Embora seguir os mandamentos de Deus diminua parte da dor do mundo, o diabo tem prazer em causar dano aos filhos de Deus.

Embora o diabo pretenda ferir a Deus nos ferindo e nos afastando da proteção de Deus, Deus tem o poder de fazer algo bonito que pode surgir das cinzas. É aqui que obtemos a frase “refinados pelo fogo”. Vários textos da Bíblia referem-se aos problemas que os humanos enfrentam em um mundo pecaminoso. Embora muitos perguntem: “Como um Deus amoroso pode permitir que coisas ruins aconteçam”, depois que você conhece a Deus e a liberdade que Ele nos dá, você entende melhor por que até mesmo os cristãos terão dificuldades. Como o ouro, nossa fé é refinada pelas lutas que experimentamos, se permitirmos que elas façam uma mudança positiva em nossas vidas. Nessas lutas, muitas vezes devemos depender completamente do Senhor para nos ajudar, fornecendo conforto, enviando-nos apoio de várias formas ou abordando o próprio problema.

No campo das ciências sociais, chamamos isso de crescimento pós-traumático. Esse é o benefício psicológico que podemos experimentar como resultado de passarmos por adversidades que podem nos ajudar a subir a um nível mais alto de funcionamento. Havia um pai que havia perdido recentemente sua filha de 6 anos em um terrível acidente. Como parte de sua dor, ele percebeu que não tinha sido um bom marido ou pai. A morte de sua filha o motivou a ser um homem melhor e pai para seus filhos restantes. Ele admitiu que provavelmente não teria acontecido se ele não tivesse perdido sua filha. Isso é o que Deus pode fazer por nós como resultado das tragédias da vida.

## O QUE É RESILIÊNCIA?

Você deve ter observado que alguns indivíduos e famílias parecem não apenas sobreviver, mas até mesmo prosperar quando enfrentam adversidades. Os pesquisadores têm se esforçado para compreender melhor esse fenômeno. Alguns temas, no entanto, têm ajudado indivíduos e famílias a serem resilientes, mesmo quando lidam com múltiplas lutas na vida. Esse fenômeno tem sido chamado de resiliência, definido como “a capacidade de resistir e se recuperar dos desafios perturbadores da vida” (Walsh, 2003, p. 399).

A pesquisa também identificou limites para a resiliência. Quanto mais tragédias os indivíduos e famílias enfrentam, a gravidade do trauma e a idade mais jovem em que ocorre, mais difícil é ser resiliente, nesse sentido os resultados do impacto do trauma são limitados. (Masten, 2013) Isso não significa que o que você aprenderá neste seminário não ajudará aqueles que passaram por múltiplos traumas, mas percebe-se que a melhoria pode ser limitada.

## RESILIÊNCIA NO CONTEXTO DOS RELACIONAMENTOS

Aqueles com boa autoconfiança têm maior probabilidade de ser resilientes. A resiliência começa no contexto dos relacionamentos. Isso não acontece no vácuo. A auto-estima não é construída por si mesma, mas dentro dos relacionamentos com outras pessoas. Embora você possa se sentir bem com seu desempenho, a única maneira de saber que foi bem feito é pelo feedback de outras pessoas. É mais provável que você se importe com o que os outros pensam quando há uma conexão com esses indivíduos. Depois de uma experiência traumática, a cura começa com a estabilidade de um relacionamento afetivo. Nossos relacionamentos com Deus, pais, irmãos, amigos, professores, pastores e mentores contribuem para quem nos tornamos. Saber que há alguém em sua vida que o apoia e é confiável é uma grande parte da resiliência.

O conhecido estudo de Werner e colegas, sobre resiliência, demonstra a importância dos relacionamentos (1993). Esses pesquisadores acompanharam a vida de quase 700 filhos de trabalhadores de plantações na ilha havaiana de Kauai. Essas crianças lidaram com a pobreza e a discriminação. Um terço desse grupo tinha fatores de risco adicionais que incluíam problemas de saúde graves, alcoolismo familiar, violência, divórcio ou doença mental. Aos 18 anos, 2/3 das que estavam em maior risco não tinham se saído bem lutando com coisas como gravidez precoce, necessidade de serviços de saúde mental ou tiveram problemas na escola ou com a lei. Isso era esperado.

Os pesquisadores queriam entender melhor por que 1/3 dessas crianças em risco realmente se tornaram jovens adultos competentes, atenciosos e confiantes. Quando os pesquisadores acompanharam esses indivíduos aos 40 anos, todos, exceto dois, ainda viviam uma vida de sucesso. Esses indivíduos foram ainda mais bem-sucedidos do que os adultos Kauai de origens menos hostis. Este estudo descobriu que alguns que haviam lutado na adolescência, na verdade mudaram suas vidas. Foram os relacionamentos de apoio e o envolvimento religioso que tiveram o impacto mais significativo na resiliência desses indivíduos. É dentro do relacionamento onde começa a resiliência.

---

### PERGUNTA PARA DISCUSSÃO

Quantos de vocês conhecem alguém que, apesar das probabilidades contra ele/ela, ainda viveu uma vida saudável e bem-sucedida como as crianças em Kauai? Levante sua mão. O que você acha que o tornou resiliente?

---

## ESTRESSE FAMILIAR, ADAPTAÇÃO E RESILIÊNCIA

Este seminário está desenvolvendo o que se sabe sobre resiliência individual e estendendo-o à resiliência familiar. Crises estressantes e desafios crônicos não acontecem apenas a um indivíduo, mas também no contexto da família. O que acontece com uma pessoa afeta toda a família. Ao construir sobre os pontos fortes da família, as famílias podem emergir mais fortes e mais engenhosas

para enfrentar os desafios futuros (Walsh, 2003). Conforme mencionado anteriormente, uma crise pode ser um alerta para nos lembrar do que é realmente importante e estar mais atentos às mudanças que precisam ocorrer.

---

### PERGUNTA PARA DISCUSSÃO

Você ou alguém que conhece já passou por uma crise em que os relacionamentos familiares foram fortalecidos? O que você acha que os ajudou a fazer isso? Discuta em grupos menores ou com o grupo maior.

---

Agora examinaremos os principais processos de resiliência familiar que foram identificados por pesquisas. Esta seção foi adaptada do capítulo de Froma Walsh sobre Resiliência da Família na 3ª Edição do *Normal Family Processes* (2003).

### SISTEMAS DE CRENÇA DA FAMÍLIA

Semelhante a resiliência que está conectada aos jovens individualmente, o envolvimento religioso tem muitos benefícios para a família. Os sistemas de crenças de uma família podem ter um impacto poderoso em como a família percebe uma crise. A adversidade nos leva a tentar atribuir um significado a ela. As crenças compartilhadas podem ajudar os membros da família a dar sentido às situações de crise, facilitar uma perspectiva mais esperançosa e oferecer conexões espirituais ao longo do processo.

### ENCONTRANDO SIGNIFICADO NA ADVERSIDADE

Embora a sociedade americana tenha uma tendência cultural para o “individualismo rude” devido ao nosso passado pioneiro, a maioria das culturas ao redor do mundo tem uma abordagem mais comunitária. Há muitos benefícios nisso. A pesquisa descobriu que famílias com bom funcionamento têm uma forte afiliação umas com as outras. Eles abordam a adversidade como um desafio compartilhado que pode ser enfrentado em família. Quando trabalhamos juntos para enfrentar problemas, temos maior probabilidade de superá-los. A igreja cristã primitiva funcionava como uma unidade familiar, dando forte apoio uns aos outros.

As famílias resilientes têm maior probabilidade de ver a adversidade como uma parte normal da vida. Como cristãos, sabemos que existe pecado neste mundo, o que nos ajuda a entender por que contendas acontecerão inevitavelmente, mesmo quando você vive uma vida exemplar. Todos nós temos respostas diferentes aos desafios da vida. Quando podemos entender o papel do pecado nos problemas que enfrentamos e reagir de maneira diferente a esses problemas, isso pode ajudar a diminuir a culpa.

As reações de luto são comuns. É importante reconhecer a perda que pode ter ocorrido. Não é incomum fazer perguntas do tipo: como isso pôde acontecer? O que pode ser feito? Como parte do processo de luto, podemos querer saber mais detalhes sobre a tragédia. Pode ajudar a preencher lacunas para permitir a cura. Além disso, queremos saber como evitar que algo assim aconteça

novamente. Às vezes, é mais fácil falar do que fazer. Tudo isso faz parte da resposta humana normal à adversidade e pode nos ajudar a entender o que aconteceu.

### **PERSPECTIVA POSITIVA**

Não se pode subestimar a importância da esperança. A fé cristã está repleta de mensagens de esperança. A esperança é tão essencial para o nosso espírito quanto o oxigênio para os nossos pulmões. Por pior que seja nossa situação atual, há esperança de um futuro melhor. É a falta de esperança que frequentemente leva as pessoas ao suicídio.

O otimismo é um primo próximo da esperança. Pode ser aprendido focalizando os pequenos sucessos que acontecem ao longo do caminho. O otimismo não resolve nossos problemas, mas pode nos ajudar a lutar contra a tendência de desistir. Isso nos ajuda a ter um espírito positivo e a ver o potencial de cada membro da família e da família como um todo. Embora uma atitude positiva não mude a realidade, pode ajudar a aceitar o que não pode ser mudado. O que, então, ajudará a se concentrar no que ainda é possível, mesmo dentro das limitações atuais.

### **ESPIRITUALIDADE**

Ter crenças transcendentais nos ajuda a ver além de nós mesmos e de nossas lutas atuais. A maioria das famílias encontra força, conforto e orientação em meio à adversidade por meio de conexões com as tradições religiosas. A oração é uma forma de nos conectarmos imediatamente com nosso Pai Amoroso. Passar tempo na natureza é outra maneira poderosa de comungar com nosso Deus Criador. Ler a Bíblia pode nos ajudar a desenvolver o entendimento. Nossas comunidades de fé também podem ser um excelente recurso para conforto e assistência prática.

Uma palavra de cautela: a adversidade pode causar uma crise de fé. É importante ter em mente que deixar de superar as adversidades não é sinal de falta de fé. Não queremos ser como as pessoas do tempo de Jesus que pensavam que os pais do cego deviam ter cometido algum grande pecado que causou a cegueira (ver João 9:1-2) ou como os amigos de Jó que o impeliram a se arrepender quando ele sabia que não havia feito nada de errado para merecer suas perdas.

Muitas pessoas se perguntam: “como um Deus amoroso pôde permitir que essa coisa terrível acontecesse. Por que ele não está respondendo às minhas orações!” Deus costuma ficar em silêncio em momentos de angústia, preferindo, em vez disso, responder às nossas orações de maneira diferente do que desejamos. Isso pode ser difícil de aceitar. Quando estamos deprimidos, muitas vezes nos sentimos desconectados de Deus, bem quando mais precisamos dEle. É quando amigos e familiares piedosos são tão importantes. Eles podem oferecer apoio e encorajamento para representar o cuidado amoroso de Deus de maneiras que não podemos sentir em nosso estado de angústia.

## **PADRÕES DE ORGANIZAÇÃO DA FAMÍLIA**

As famílias vêm em todas as formas e tamanhos, especialmente nos dias de hoje. Uma em cada quatro crianças nos EUA está crescendo sem pai (U.S. Census Bureau, 2020). Isso não está

acontecendo apenas nos EUA, mas em todo o mundo. A pesquisa descobriu que a flexibilidade e estabilidade da família, a conexão e vários recursos são benéficos para a resiliência, melhorando os resultados para todas as formas de família.

### **FLEXIBILIDADE E ESTABILIDADE**

Algumas famílias são naturalmente mais flexíveis do que outras. Há benefícios em livrar-se das funções e limites, mas as famílias muitas vezes não podem retornar à vida normal que conheciam após uma grande mudança. Eles precisarão se adaptar. Quando há ausência dos pais ou divórcio, as famílias devem construir um novo normal. Ao mesmo tempo, as famílias ainda precisam manter ou restaurar um senso de estabilidade o mais rápido possível.

Firme, mas flexível, é o caminho a percorrer para cuidar dos filhos durante essas transições da vida. Durante os momentos de estresse, as crianças precisam saber que seus pais e outros cuidadores serão capazes de fornecer nutrição, proteção e orientação. É durante os períodos de luta que as crianças mais precisam de segurança e previsibilidade.

### **CONEXÃO**

Uma crise tem o potencial de destruir a conexão familiar, mas esse é o momento em que as famílias precisam recorrer umas às outras para obter apoio mútuo. Uma maneira de fazer isso é respeitar as diferentes maneiras de cada um responder à luta. Alguns podem precisar ficar sozinhos, passar um tempo com amigos fora da família e/ou demorar mais ou menos tempo para se curar do que os outros esperariam. Todos nós sofremos de maneira diferente.

A conexão familiar completa nem sempre é possível. Ajuda ter conexões viáveis - especialmente entre os pais. Essas conexões podem, então, trazer mais conexão familiar. Com a perda de um dos pais por divórcio, abandono ou morte, a criança precisa encontrar uma maneira de se conectar por meio de fotos e histórias. Além disso, as crianças precisam ter certeza de que não perderão outros membros da família.

### **RECURSOS SOCIAIS E ECONÔMICOS**

Embora tenhamos passado muito tempo nos concentrando na resiliência das famílias imediatas, eles não devem esperar fazer tudo sozinhos. Família extensa e outras redes sociais podem ser um recurso inestimável durante uma crise. “O sangue é mais denso que a água” é de onde tiramos a frase que explica os laços íntimos que as famílias podem ter umas com as outras, apesar de tudo.

Infelizmente, a família estendida nem sempre está disponível. Assim, as redes sociais de igrejas e organizações comunitárias podem ajudar a preencher essa lacuna. Os recursos financeiros podem ser difíceis de obter e um desafio de acesso. Os sistemas de apoio podem ajudar as famílias a acessar esses recursos. Todos esses recursos fornecem assistência prática, mas também são uma fonte de apoio emocional e modelos para crianças cujos pais estão mais preocupados.

## COMUNICAÇÃO

Pense em uma época em que você esteve em uma crise e como a comunicação foi importante. Em algumas situações, o que dizemos pode fazer a diferença entre a vida e a morte. É quando uma comunicação clara é absolutamente essencial não apenas para compartilhar informações vitais que são necessárias para sobreviver e resolver problemas, mas também para manter relacionamentos.

### CLAREZA

Quando se está sob estresse, pode ser mais difícil se comunicar com clareza. Podemos interpretar mal e fazer suposições, pois geralmente há menos tempo para esclarecimentos. Às vezes, a comunicação é intencionalmente limitada devido a preocupações de como pode prejudicar crianças ou parentes mais velhos e frágeis. Isso pode levar entes queridos a preencher o espaço em branco com informações incorretas que podem causar mais angústia ou conflito. Se você tem dificuldade em se comunicar sobre certos tópicos difíceis, existem livros apropriados para cada idade disponíveis para alugar ou comprar. Médicos e conselheiros também são um bom recurso para sugestões.

### SOLUÇÃO COLABORATIVA DE PROBLEMAS

Em vez de atacar umas às outras, as famílias resilientes trabalham juntas para resolver os problemas. Quanto mais pessoas estiverem envolvidas em soluções, melhor, mas não é fácil encontrar uma solução com a qual todos concordem. Você pode ter que se comprometer, mas também deve saber o que não está disposto a fazer. A resolução de problemas é um processo de aprendizagem. Quando uma solução parece não funcionar, tente vê-la como uma chance de aprender para que você possa chegar a uma solução ainda melhor.

Concentre-se no que é importante para sua família. Estabeleça metas claras, dê passos concretos e amplie seus sucessos. O ideal é que sua família assuma uma postura mais proativa e descubra maneiras de prevenir problemas, preparando-se para o futuro.

### PRATICAR A EXPRESSÃO DAS EMOÇÕES

A comunicação aberta, apoiada por um clima de confiança mútua, empatia e tolerância às diferenças, permite que os membros da família compartilhem a gama de sentimentos que podem surgir em resposta a uma crise ou estresse crônico. Quando uma família se sente confortável em compartilhar, eles podem evitar a repressão de emoções, controlar os comportamentos e os problemas comportamentais dos filhos.

Pode haver diferenças de gênero na forma como homens e mulheres se comunicam. Os homens são mais propensos a se retrair ou ficar com raiva. As mulheres são mais propensas a pedir apoio a outras pessoas e a se tornarem mais emocionais ou tristes. Os homens podem sentir que devem permanecer fortes e não podem mostrar emoções. Isso pode levar a problemas de saúde ou recorrer a formas pouco saudáveis de enfrentamento. As mulheres podem se ressentir da retirada do marido e, em seguida, persegui-lo com ainda mais força, levando a uma resposta

irada. Quando as emoções não podem ser compartilhadas entre os casais, isso pode levar ao divórcio. É importante compartilhar emoções e encontrar conforto um no outro.

A melhor maneira de expressar suas preocupações ou desejos é por meio de uma comunicação assertiva. É uma forma de expor a sua necessidade e também diminui a possibilidade de uma resposta defensiva da outra parte. Uma ótima maneira de fazer isso é seguindo este script: “Eu sinto \_\_\_\_\_ (expresse uma emoção real, não uma opinião) quando/sobre \_\_\_\_\_ (descreva a situação de uma forma externa, evite usar a palavra "você"). A razão pela qual isso me chateia é \_\_\_\_\_. O que eu preciso de você é \_\_\_\_\_. Aqui está um exemplo: “Não me sinto amado quando compartilho minhas preocupações sobre meu trabalho e me ouço que devo continuar trabalhando. Isso me perturba porque acredito que meu trabalho está possivelmente prejudicando minha saúde. Não posso continuar a prover e cuidar da minha família se minha saúde estiver comprometida. O que eu preciso de você é apoiar minha busca por outro emprego e estar disposta a fazer alguns sacrifícios se o novo trabalho pagar menos”.

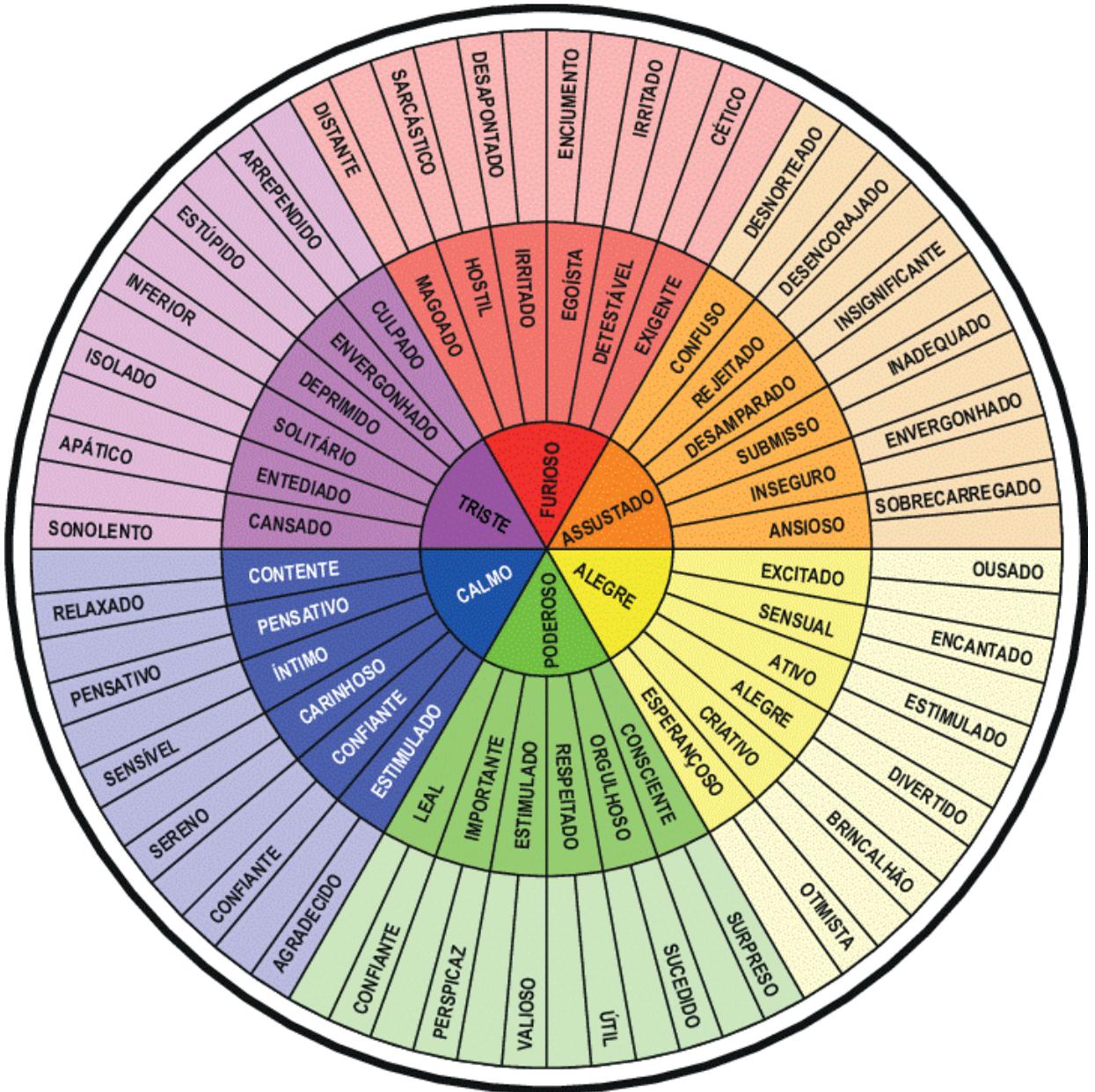
Existem alguns motivos pelos quais essa abordagem de comunicação funciona tão bem. Quando usamos mensagens “Eu”, estamos trazendo o problema para nós, não para a outra pessoa. Compartilhar nossas emoções pode ajudar a extrair empatia da outra pessoa. Explicar por que a situação é perturbadora pode aumentar o entendimento. Em seguida, a conversa passa para a resolução de problemas. Idealmente, o ouvinte fará perguntas de esclarecimento de uma maneira não defensiva e, em seguida, resumirá o que foi ouvido. O falante original precisa estar disposto a se comprometer com a outra pessoa para preencher a necessidade percebida. No início, esse tipo de comunicação pode não parecer natural, mas você encontrará um estilo que funcionará melhor para você com a prática. Para obter mais dicas de comunicação entre casais, consulte o site: *The Gottman Institute*; [www.gottman.com](http://www.gottman.com).

---

## QUESTÃO PARA APLICAÇÃO

Agora é hora de praticar a comunicação assertiva. Encontre um parceiro que você conheça bem, se possível. Pense em algo que você gostaria de dizer de forma assertiva. Pode ser um cenário real ou inventado. Siga o roteiro deste seminário. Se não houver ninguém com quem você se sinta confortável em parceria, escreva o que você poderia dizer seguindo o mesmo roteiro. Lembre-se de evitar dizer: "Eu sinto que ..." Isso pode fazer com que a outra pessoa se sinta atacada e você poderá obter uma resposta defensiva. Nomeie uma emoção real. Veja a Roda das Emoções para ajudá-lo. Quando terminar, discuta se você achou este estilo de comunicação útil.

Figura 1: Roda das Emoções de David Hawkins



Fonte: drzilli.com.br (2021).

**SUA FAMÍLIA É RESILIENTE?**

Faça o Questionário de Resiliência da Família de Walsh para ver onde sua família está sendo resiliente. Pergunte a si mesmo, como minha família lida com crises e desafios contínuos?

| <b>I. Sistemas de Crença</b>              | <b>Raro/nunca</b> |   |   | <b>Quase sempre</b> |   |
|---|-------------------|---|---|---------------------|---|
| 1. Enfrentamos angústias como uma equipe  | 1                 | 2 | 3 | 4                   | 5 |
| 2. A angústia é comum e compreensível     | 1                 | 2 | 3 | 4                   | 5 |
| 3. Esforço conjunto na gestão de desafios | 1                 | 2 | 3 | 4                   | 5 |
| 4. Tentamos entender o estresse           | 1                 | 2 | 3 | 4                   | 5 |
| 5. Mantemos a esperança                   | 1                 | 2 | 3 | 4                   | 5 |
| 6. Encorajamos um ao outro                | 1                 | 2 | 3 | 4                   | 5 |
| 7. Mantemos a persistência                | 1                 | 2 | 3 | 4                   | 5 |
| 8. Tenha uma atitude de aceitação         | 1                 | 2 | 3 | 4                   | 5 |
| 9. Compartilhe valores importantes        | 1                 | 2 | 3 | 4                   | 5 |
| 10. Desenvolvemos a espiritualidade       | 1                 | 2 | 3 | 4                   | 5 |
| 11. Desafios inspiram criatividade        | 1                 | 2 | 3 | 4                   | 5 |
| 12. Mostramos compaixão                   | 1                 | 2 | 3 | 4                   | 5 |
| 13. Aprendemos com os desafios            | 1                 | 2 | 3 | 4                   | 5 |
| <b>Total: /65</b>                         |                   |   |   |                     |   |

| <b>II. Padrões de Organização</b>           | <b>Raro/nunca</b> |   |   | <b>Quase sempre</b> |   |
|---|-------------------|---|---|---------------------|---|
| 14. Flexível ao se adaptar ao estresse      | 1                 | 2 | 3 | 4                   | 5 |
| 15. Ambiente doméstico estável e confiável  | 1                 | 2 | 3 | 4                   | 5 |
| 16. Liderança parental presente             | 1                 | 2 | 3 | 4                   | 5 |
| 17. Dependência de membros da família       | 1                 | 2 | 3 | 4                   | 5 |
| 18. Respeito pelas necessidades individuais | 1                 | 2 | 3 | 4                   | 5 |
| 19. Modelos de papéis estão presentes       | 1                 | 2 | 3 | 4                   | 5 |
| 20. Dependência de amigos                   | 1                 | 2 | 3 | 4                   | 5 |
| 21. A estabilidade financeira está presente | 1                 | 2 | 3 | 4                   | 5 |
| 22. Recursos da comunidade estão presentes  | 1                 | 2 | 3 | 4                   | 5 |
| <b>Total: /45</b>                           |                   |   |   |                     |   |

| <b>III: Comunicação/resolução de problemas</b> | <b>Raro/nunca</b> |   |   | <b>Quase sempre</b> |   |
|--|-------------------|---|---|---------------------|---|
| 23. Há esclarecimento de informações           | 1                 | 2 | 3 | 4                   | 5 |
| 24. A família é clara e consistente nas ações  | 1                 | 2 | 3 | 4                   | 5 |
| 25. Todos podem expressar opiniões             | 1                 | 2 | 3 | 4                   | 5 |
| 26. Expressamos sentimentos difíceis           | 1                 | 2 | 3 | 4                   | 5 |
| 27. Compartilhamos sentimentos positivos       | 1                 | 2 | 3 | 4                   | 5 |
| 28. Somos compreensivos                        | 1                 | 2 | 3 | 4                   | 5 |
| 29. Família colabora na tomada de decisões     | 1                 | 2 | 3 | 4                   | 5 |
| 30. Estabelecemos metas claras                 | 1                 | 2 | 3 | 4                   | 5 |
| 31. A família aprende com os erros             | 1                 | 2 | 3 | 4                   | 5 |
| 32. A família planeja para o futuro            | 1                 | 2 | 3 | 4                   | 5 |
| <b>Total: /50</b>                              |                   |   |   |                     |   |

**Total: /160**

## CONCLUSÃO

Com a preocupação generalizada com o colapso da família, é útil pensar em resiliência para ajudar a fortalecer as famílias em todas as suas formas e enfrentar suas lutas singulares. Em vez de nos concentrar nos problemas, queremos nos concentrar em como as famílias podem ter sucesso, apesar das barreiras que enfrentam. Este seminário introduziu o tópico da resiliência, os limites da resiliência, as maneiras pelas quais as famílias podem ser resilientes com implicações espirituais e os níveis de resiliência dentro de sua família. Você pode aplicar o que aprendeu neste seminário a sua própria família ou fazer a diferença nas famílias que lutam ao seu redor. Lembrar, “Tudo posso naquele que me fortalece” (Filipenses 4:13 NVI).

---

### QUESTÃO PARA APLICAÇÃO

Agora que você conhece os níveis de resiliência de sua família, o que acha que pode fazer para ajudar sua família ou as famílias que você conhece lutando para ser mais resilientes? Cite uma coisa que você pode fazer esta semana e em um futuro próximo com a qual se comprometer.

---

## REFERÊNCIAS

- Duncan, J.M., Garrison, M.E., Killian, T.S. (2021). Measuring family resilience: Evaluating the Walsh Family Resilience Questionnaire. *Family Journal*, 29(1), 80-85.
- Masten, A.S. (2013). Global perspectives on resilience in children and youth. *Child Development*, 85(1), 6-20. Plutchik, R., & Kellerman, H. (1980). Wheel of Emotions (Illustration). *Emotion: Theory, research and experience*. Vol. 1, *Theories of emotion*. New York: Academic Press.
- U.S. Census Bureau (2020). Living arrangements of children under 18 years old: 1960 to present. Washington, D.C.: Census Bureau.
- Walsh, F. (2008). Family resilience: Strengths forged through adversity. In F. Walsh (Ed.), *Normal Family Processes* (3rd ed., pp. 399-423). New York, NY: The Guilford Press.
- Werner, E.E. (1993). Risk, resilience, and recovery: Perspectives from the Kauai longitudinal study. *Development and Psychopathology*, 5, 503-515.

# MENINAS CADA VEZ MAIS CONFIANTES

POR TAMYRA HORST

## TEXTOS

“Tu criaste o íntimo do meu ser e me teceste no ventre de minha mãe. Eu te louvo porque me fizeste de modo especial e admirável. Tuas obras são maravilhosas! Disso tenho plena certeza. Meus ossos não estavam escondidos de ti quando em secreto fui formado e entretecido como nas profundezas da terra. Os teus olhos viram o meu embrião; todos os dias determinados para mim foram escritos no teu livro antes de qualquer deles existir” (Salmos 139:13-16).

“O ladrão vem apenas para furtar, matar e destruir; eu vim para que tenham vida, e a tenham plenamente” (João 10:10).

“Sejam sóbrios e vigiem. O diabo, o inimigo de vocês, anda ao redor como leão, rugindo e procurando a quem possa devorar” (1 Pedro 5:8).

“Se algum de vocês tem falta de sabedoria, peça-a a Deus, que a todos dá livremente, de boa vontade; e lhe será concedida” (Tiago 1:5).

---

Tamyra Horst é a Diretora dos Ministérios da Mulher para a Associação da União de Columbia e a Diretora de Ministérios de Comunicação/Família/Ministérios da Mulher para a Associação dos Adventistas do Sétimo Dia da Pensilvânia em Reading, Pensilvânia, EUA.

## DECLARAÇÃO DE PROPÓSITO

Para capacitar pais, avós e líderes da igreja para encorajar, capacitar e desafiar as meninas a viver com confiança como as belas e únicas jovens que Deus as criou para ser - corajosamente cumprindo Seu plano e propósito para suas vidas.

## INTRODUÇÃO

Ela irrompeu na sala usando um vestido de princesa: "olhe para mim; eu sou uma princesa!" ela declarou com alegria enquanto girava e dançava. Ela logo desapareceu e reapareceu com um vestido diferente de princesa, mas com a mesma exuberância e alegria. A menina inocente tinha certeza de que todos na sala a amavam e iriam se deliciar e festejar.

Hoje, essa mesma menina tem treze anos e sua perspectiva de si mesma está mudando. Em vez de girar, ela muda de roupa várias vezes porque nada parece certo. Não mais declarando que é uma princesa, ela está focada no que não é certo sobre ela e sua aparência. Como a maioria das garotas de sua idade, ela é uma mistura complexa de emoções e pensamentos - às vezes pulando de um para o outro sem qualquer aviso aos pais despercebidos.

## TRANSIÇÃO DE PRINCESAS PARA ADOLESCENTES

A transição de menina para adolescente é difícil. E afeta as meninas fisicamente (pense em hormônios, mudanças corporais), emocionalmente, socialmente (amizades, pressão dos colegas) e mentalmente. Seus corpos estão mudando e os hormônios estão causando estragos em suas emoções e pensamentos. De repente, nossas princesinhas não têm mais certeza de que alguém - muito menos todos - a ama, se deleita com ela e quer celebrá-la. Ela nem tem certeza se gosta de si mesma.

As meninas sentem a necessidade de ser perfeitas e fazer tudo - e fazer tudo muito bem:

- encaixar-se e também destacar-se
- fazer aulas de cursos avançados
- fazer cursos de crédito universitário enquanto estiver no ensino médio
- participar de esportes, música e uma série de outras atividades extracurriculares
- ser magra, bonita e usar as roupas/maquiagem certas
- ter muitos amigos

Suas agendas estão lotadas, mas elas têm medo de não estar fazendo o suficiente.

As mídias sociais adicionam um novo nível à pressão - mesmo quando as meninas sabem que muitas fotos "perfeitas" têm filtros. "Então você acha que deveria ter essa aparência também com os filtros", disse recentemente uma garota de 17 anos ao falar sobre as batalhas e pressões que ela e seus amigos enfrentam diariamente. De repente, quem você é não é o suficiente. Há pressão para crescer e ser perfeito, ter uma aparência perfeita e fazer tudo não apenas bem, mas também se destacar. Não é à toa que a ansiedade e a depressão estão em alta e crescendo, especialmente entre meninas adolescentes (Davis, 2019).

A Ypulse, uma empresa de pesquisas que se concentra na Geração Z e na geração do milênio, entrevistou mais de 1.300 meninas, com idades entre oito e dezoito anos, sobre o tópico de confiança. Os resultados foram dramáticos.

- Houve uma queda de 30% na confiança durante a puberdade.
- O número de meninas que disseram que não tinham permissão para reprovar aumentou de 18% para 45% das idades de 12 para 13 anos (isso é um aumento de 27% em apenas um ano!)
- Meninas com menos de 12 anos disseram que “fazem amigos com muita facilidade. [Elas] (...) podem ir até qualquer um e iniciar uma conversa”. Com a idade de 14 anos, elas relataram: "eu sinto que todo mundo é tão inteligente e bonito e eu sou apenas uma garota feia sem amigos" (Kay, 2018).

Muitas meninas não acreditam que são boas o suficiente. Um relatório afirma: “7 em cada 10 meninas acreditam que não são boas o suficiente ou não estão à altura de alguma forma, incluindo sua aparência, desempenho na escola e relacionamento com a família e amigos” (Fund, 2014).

Essa falta de confiança faz com que as meninas evitem correr riscos ou tentar coisas novas e as impede de acreditar que Deus tem um plano para suas vidas. Elas não acreditam em quem são e no que são boas. Muitas vezes tentam agradar a todos ao seu redor (pais, professores, amigos, meninos) esperando a perfeição de si mesmas. E não importa o quanto aqueles que as amam tentem encorajá-las e dizer que ainda são princesas, essas meninas não acreditam mais nisso.

Sentir que não são boas o suficiente muitas vezes faz com que as meninas se concentrem em pensamentos e sentimentos negativos. Como resultado, seus cérebros foram programados para pensar negativamente. Cada pensamento cria um caminho no cérebro. Quanto mais pensamos esse pensamento, mais forte é o caminho. Por exemplo, você se olha no espelho e pensa: estou gorda. Um caminho é criado. Na próxima vez que você se olhar no espelho, seu cérebro se lembrará e pensará: estou gorda. Você aceita esse pensamento e o caminho se aprofunda. Logo, toda vez que você se olha no espelho, vê alguém gordo sem nem mesmo pensar nisso - não importa sua aparência real. (Quantos de nós olhamos para fotos de nós mesmos quando éramos mais jovens e pensamos que éramos gordas apenas para perceber que não éramos?) O caminho se torna um sulco profundo em seu pensamento. Torna-se a verdade de quem somos em nossas mentes: "eu não sou boa o suficiente.”

Essa é a base sobre a qual as adolescentes estão construindo enquanto fazem a transição de menina para adolescente e adulta. Elas lutam contra a confiança e a autoestima e não veem sua singularidade dada por Deus como uma coisa boa, nem apreciam seus dons ou habilidades específicas.

## PENSANDO MENOS DE SI MESMA

Peggy Orenstein, autora de *Schoolgirls: Young Women, Self Esteem and the Confidence Gap*, descobriu que as meninas do ensino médio repetidamente rejeitavam seus triunfos acadêmicos, mas abraçavam de boa vontade seus fracassos (Murray, 2006).

Peça a uma garota (ou mulher adulta) para fazer uma lista do que elas são boas e gostam em si mesmas, e elas vão lutar, hesitar, duvidar de si mesmas. Mas elas podem facilmente fazer uma lista do que elas não são boas ou listar suas falhas. Meninas (e mulheres adultas) tendem a minimizar seus pontos fortes e sucessos e se concentrar em suas fraquezas e fracassos percebidos.

---

## EXERCÍCIO

Vamos testar isso. Pegue uma folha de papel e crie duas colunas. Por um minuto, vamos listar as coisas em que somos boas e gostamos sobre nós mesmas na primeira coluna. (Dê a elas 1 minuto).

Agora, no próximo minuto, vamos listar as coisas em que não somos bons ou não gostamos em nós mesmos na segunda coluna. (Dê a elas 1 minuto).

Olhe para as duas colunas. Qual delas tem a lista mais longa? Qual foi mais fácil de criar?

---

Elas também tendem a diminuir seus pontos fortes e sucessos - como se realmente não fossem um grande negócio.

As pessoas as elogiam e elas diminuem o elogio ou apenas o desconsideram.

Por exemplo, alguém diz: “você fez um ótimo trabalho com aquele projeto escolar!” As meninas podem responder com frases que indicam que poderiam ter feito melhor ou de forma diferente. Ou apontam as falhas do projeto.

Alguém elogia uma roupa ou um penteado e ela diz: "essa coisa velha?" ou "eu realmente não gosto disso". Ou: "não é tão bom quanto o de Fulana".

Ao mesmo tempo, elas ouvem as palavras críticas das pessoas, pensam sobre elas, as repetem continuamente em suas cabeças e as aceitam como a verdade sobre quem são. Mas, em seguida, descartam palavras de afirmação sem pensar.

## MUITO MAIS QUE APENAS HORMÔNIOS

Hormônios e mudanças no corpo são apenas uma parte do que está acontecendo nos corações e mentes das meninas. Temos um inimigo. A Bíblia é clara.

- “O ladrão vem apenas para furtar, matar e destruir; eu vim para que tenham vida, e a tenham plenamente” (João 10:10).
- “Sejam sóbrios e vigiem. O diabo, o inimigo de vocês, anda ao redor como leão, rugindo e procurando a quem possa devorar” (1 Pedro 5:8).

Cada um de nós, incluindo nossas meninas adolescentes, tem um inimigo para roubar, matar, destruir e devorar. Ele não quer que as meninas vivam confiantes no valor e nas habilidades únicas que Deus lhes deu. Ele não quer que elas acreditem que são quem Deus diz que são. E ele também quer tirar sua confiança e fé em Deus.

O inimigo usará mensagens que as meninas ouvem por meio das palavras ditas a elas, mensagens da mídia social, sua interpretação de palavras e situações. Isso fará com que elas acreditem que não são suficientes e não têm o que é preciso. Ele fará tudo o que puder para prejudicar seus relacionamentos - com pais, amigos, professores etc. E, infelizmente, na maioria das vezes, nem mesmo reconhecemos que é o inimigo. As meninas vão acreditar nas coisas que ouvem como a verdade sobre si mesmas, em vez de reconhecer as mentiras e ir para a verdade de Deus.

A adolescência é uma mistura louca de hormônios, dores de crescimento e transições. O inimigo está usando tudo para fazer com que as meninas duvidem de si mesmas, até mesmo sintam vergonha de quem são, de sua aparência, de suas habilidades (ou de sua considerada falta de habilidades). Ao invés de apenas se sentirem como se tivessem falhado ou desapontado os outros, elas vão pensar que SÃO um fracasso ou decepção.

## O QUE NÓS PODEMOS FAZER?

Então, o que os pais, avós, líderes de jovens, professores da Escola Sabatina e outros adultos atenciosos podem fazer pelas meninas ao seu redor?

### ORE COMO NUNCA

Uma das coisas mais importantes e poderosas que você pode fazer é orar por ela. Regularmente. Cada vez que ela vem à sua mente.

- Ore para que Deus revele a Si mesmo e Seu amor de maneiras inegáveis para ela
- Peça o derramamento do Espírito Santo em sua vida e que Ele tenha todo o poder para falar a ela, encorajá-la, convencê-la e guiá-la
- Ore pela sabedoria prometida de Tiago 1:5 para você mesmo ao amá-la e discipulá-la, e para ela - que ela seja capaz de discernir as mentiras do inimigo e a verdade de Deus
- Peça a Deus para trazer seus amigos piedosos que podem encorajá-la e confirmá-la - edifique-a em vez de derrubá-la
- Ore para que Deus dê aos Seus anjos o poder de protegê-la - não apenas de danos físicos, mas também emocionais, mentais e espirituais
- Peça a Deus para lhe dar confiança - não apenas para encorajá-la e ser seu mentor, mas a confiança de que você pode viver sua própria vida como um exemplo

Ore com ela. Deixe que ela ouça você orando por ela e todas as coisas bonitas que você está pedindo a Deus para fazer nela e por meio dela. Deixe-a ouvir você agradecendo a Deus por ela e por suas qualidades e características. Há algo de poderoso e impactante em ouvir outra pessoa orar por você.

## MODELO

Você a elogia. Torce por ela. Diz a ela que ela está indo muito bem e que é linda, mas sua filha ainda se rebaixa e se agride. O que acontece?

Ela pode estar aprendendo a falar sobre si mesma com você e outras pessoas - mas não com sua afirmação e incentivo. A maneira como você fala sobre si mesma é o exemplo dela de como as mulheres se veem. Tenha cuidado ao falar sobre você. Sua filha está aprendendo a falar e pensar sobre si mesma, não apenas pelas coisas que você diz sobre ela, mas pela maneira como você fala sobre si mesma.

Precisamos aprender a falar bem sobre nós mesmas. Pare de falar mal de si mesma. A conversa fiada se torna tão arraigada em nossas mentes que é o que pensamos naturalmente sobre nós mesmas. Podemos mudar isso falando bem sobre nós mesmas para nós mesmas. Seja uma amiga para si mesma. Não falaríamos com nossos amigos como falamos conosco. Então, finja que você é sua própria amiga. O que você diria?

Dê um exemplo de coragem para experimentar coisas novas. Faça coisas nas quais você não é boa e mostre a ela como lidar com o fracasso, fracassando e não se culpando - em vez disso, aprenda com a experiência e tente novamente. Ensine a ela o que é ter amigos e superar as dificuldades nos relacionamentos. Mostre a ela como depender de Deus vivendo isso - deixando-a ver e ouvir quando você ora, como você usa as escrituras para se encorajar e ter amigos piedosos que oram com você e por você.

Pode haver áreas em que você também precise crescer. Faça o trabalho. Deixe que ela veja você se esforçando para aprender a falar sobre si mesma de maneira positiva e ser grata pelos dons que Deus lhe deu, em vez de se comparar a outra pessoa e se sentir menos.

## HELP GIRLS LEARN TO “YOU DO YOU”

Enquanto estava no Ensino Médio da Escola de Artes na cidade de Nova York, Jennifer Anniston estava realizando uma cena altamente dramática de “As Três Irmãs” e podia ouvir o público rindo. Ela saiu do palco se perguntando por que eles estavam rindo quando era para ser um drama.

Seu professor de atuação disse a ela mais tarde: "Jennifer, eles estão rindo porque você é engraçada". Ela respondeu: “Mas eu não quero ser uma atriz engraçada. Eu quero ser uma atriz séria”. “Não, você entendeu errado”, disse ele. "Isto é uma coisa maravilhosa".

Jennifer percebeu que tinha uma tendência natural de fazer as pessoas rirem. Ela era boa em fazer as pessoas rirem. Ela nunca tinha visto isso como uma força ou algo a perseguir.

Ela conta: “percebi que precisava aceitar esse aspecto da minha personalidade - minha tendência natural de fazer as pessoas rirem - mas colocá-lo em um contexto mais amplo do que eu queria alcançar. Então, em vez de rejeitar o meu lado engraçado, abracei isto. E canalizei isso para algo que amo fazer, e isso me deixa incrivelmente feliz e faz outras pessoas felizes também”. (Outros, 2002). Ajude as meninas a aprenderem que Deus criou cada uma de nós com habilidades e características únicas de propósito, projetando-as intencionalmente para impactar o mundo ao seu redor como ninguém mais pode. Em seguida, oriente-as a descobrir suas habilidades e pontos fortes, vendo as possibilidades de como elas podem usar isso para fazer a diferença.

## EXERCÍCIO

Vamos fazer uma atividade de *coaching* simples projetada para ajudar as meninas a identificar seus pontos fortes. Este é um exemplo de algo que você pode fazer com as meninas - individualmente ou em grupo, como a Escola Sabatina ou um grupo de jovens. (Faça com que todos participem!)

No que você é bom? Quais são os seus pontos fortes? O que você tem feito com sucesso? Peça aos participantes que façam uma lista de seus pontos fortes. Desafie-os a ver quantos eles podem listar em cinco minutos. (Dê ao grupo cinco minutos para fazer uma lista. Em seguida, convide as pessoas para compartilhar uma ou duas coisas com o grupo).

Às vezes, identificar onde tivemos sucesso também pode ajudar a identificar nossos pontos fortes e habilidades, então reserve um momento para listar três coisas que você realizou recentemente com sucesso. Quais são as três coisas que você queria fazer e foi capaz de realizar? Coisas que você fez que deram certo? (Dê tempo para que as pessoas façam uma lista e convide novamente as pessoas para compartilharem um ou dois sucessos).

Então, quais pontos fortes ou habilidades permitiram que você fosse bem-sucedido nisso? (Faça uma chuva de ideias com o grupo de todas as possibilidades de pontos fortes que podem ser necessários para ter sucesso nesse resultado. Em seguida, incentive o participante que compartilhou a considerar se algum desses pontos são seus pontos fortes).

---

## FAÇA O QUE VOCÊ AMA

Outra maneira de ajudar as meninas a descobrir quem são e viver com confiança como a bela pessoa que Deus as criou para ser é encorajá-la e apoiá-la a se envolver nas coisas de que gosta e encorajá-la a experimentar coisas novas. Experimente coisas diferentes para ver se elas se encaixam. Por exemplo, faça uma aula de arte, experimente um novo esporte ou experimente algo que nunca fez antes e veja se ela gosta e pode aprender a fazer bem. Ser ousada e tentar coisas novas às vezes abre novas possibilidades.

Pergunte a ela: "se você tivesse mais confiança, o que você faria ou tentaria?" Em seguida, oriente-a nas etapas que ela pode seguir para atingir esse objetivo. Desafie-a a agendar uma data para dar esse passo e começar a viver com ousadia.

---

## EXERCÍCIO

Vamos experimentar. O que você faria ou tentaria se tivesse mais confiança ou achasse que não poderia falhar? (Ande pela sala e deixe as pessoas compartilharem).

Agora, vamos dedicar cinco minutos para pensar em três etapas que você pode seguir para realmente tentar o que acabou de compartilhar. Qual seria o primeiro passo? Segundo passo? Terceiro passo? (Dê-lhes tempo para trabalhar em três etapas).

Quando você pode dar o primeiro passo? Agende. Vamos tornar isso real para que você tenha uma experiência para compartilhar com as meninas. Dê-lhes um ou dois minutos para agendar sua primeira etapa.

---

## ENCORAJA-A E EDIFIQUE-A

Elogie-a e afirme-a em outras áreas além da aparência. No que ela é boa? Quais são as características que você pode afirmar? Onde você a viu ir além? Ela foi gentil com alguém? Conte a ela sobre isso.

Além disso, reafirme seu esforço e não apenas suas realizações e desempenho. As meninas de hoje relatam que sentem necessidade de fazer tudo com perfeição. Vamos tirar o foco dos resultados e movê-lo para o esforço que foi feito para o que ela está fazendo.

Quando as meninas lutam e expressam suas dúvidas e desânimo, podemos pensar que estamos ajudando dizendo coisas como: "não é tão ruim." Ou: "você só precisa se esforçar mais". Em vez disso, precisamos reconhecer seus sentimentos, não os ignorar ou rejeitá-los e, então, falar com confiança em sua capacidade. "Isso é difícil, mas você também consegue". Ou: "por mais difícil que pareça agora, acho que você vai superar".

## ENSINA-A A CUIDAR E SE CONECTAR, NÃO COMPARAR E COMPETIR

Deus não criou dois de nós iguais. Ele nunca pretendeu que nos comparássemos aos outros, mas que vivêssemos como a pessoa única que Ele nos criou para ser. Quando comparamos, tendemos a pegar os pontos negativos que vemos sobre nós mesmos e compará-los com os pontos positivos que vemos nos outros. Converse com as meninas sobre suas perspectivas de postagens em mídias sociais e outras e, em seguida, desafie-as a considerar além da superfície e ver que outras estão lutando e duvidando de si mesmas também. Mesmo quando ela estiver expressando frustração com uma "garota má", ajude-a a ver a possibilidade de que a pessoa pode ser má porque está magoada ou insegura. Aprender a empatia ajudará a construir sua inteligência emocional e aumentar sua confiança.

Uma observação sobre amizades: às vezes os pais e diretores de jovens acham que as meninas precisam de muitos amigos para serem confiantes e populares. No entanto, estudos feitos por (Lisa Damour, 2019), uma psicóloga especializada em ministrar a meninas adolescentes, descobriram que meninas confiantes geralmente têm apenas um ou dois amigos íntimos. Aqueles em grupos de amizades maiores têm maior probabilidade de encontrar comparações e competir por posição dentro do grupo. Meninas com apenas uma ou duas amizades próximas se sentem seguras em seus relacionamentos e, portanto, mais confiantes com quem são.

Incentive e ajude a fornecer oportunidades para que as meninas construam amizades com meninas que são confiantes e têm valores semelhantes. Capacite as meninas para navegar por amizades complicadas, especialmente durante o ensino médio, onde a comparação, a competição e o bullying costumam ser intensos. Diga a elas que está tudo bem ser amiga, mas não a melhor amiga das pessoas. Explique que existem diferentes níveis de amizade - conhecidos, colegas com quem você compartilha aulas e atividades e amigos próximos com quem você passa tempo e compartilha segredos. Escolha sabiamente. Nem todo mundo está qualificado para ser amigo próximo - e tudo bem.

## MEIOS DE COMUNICAÇÃO

Os adolescentes de hoje enfrentam desafios diferentes das gerações anteriores por causa da mídia social. *Cyberbullying*. Vendo constantemente as vidas filtradas pelo Instagram de todos os outros - que eles aceitam como realidade e muitas vezes comparam com suas próprias vidas chatas, fazendo com que se sintam menos e/ou deixados de fora.

É importante ensinar nossas meninas como olhar para a mídia social de forma crítica, não apenas aceitando tudo como fato ou realidade. Envolve-a em discussões sobre o uso de *photoshop* e filtros nas postagens. Lembre-a de quantas fotos uma pessoa pode ver antes de postar uma. Capacitá-la para pensar criticamente enquanto rola as postagens permitirá que ela não veja as postagens de outras garotas com mais atenção.

Fale sobre o *cyberbullying*, conduzindo-a através de possíveis cenários e como ela poderia reagir - se ela é o alvo do *bullying* ou se é um amigo.

Também é importante falar sobre os pedidos dos rapazes para fotos de *sexting*. “Uma análise de quase 500 relatos de meninas de 12 a 18 anos sobre suas experiências negativas com *sexting* descobriu que mais de dois terços foram solicitadas a fornecer imagens explícitas” (Damour, 2018). No entanto, focar na possibilidade de que essa foto seja compartilhada e vista por centenas de outras pessoas não é o suficiente para fazê-la parar. Se uma garota acredita que o cara realmente gosta dela, ela pode confiar nele e acreditar que ele nunca as compartilharia com ninguém. Em vez disso, ajude-a a entender que é errado solicitar fotos de nudez. As meninas não vão querer apenas dizer não - se disserem não, serão vistas como puritanas e isso pode afetar sua posição social. Uma possibilidade assustadora para adolescentes que têm tudo a ver com conexão social: mas se ela o fizer e as fotos forem divulgadas, o impacto será maior. Algumas perguntas úteis para fazê-la refletir sobre a situação incluem:

- Qual é a pior coisa possível que pode acontecer se você disser não ao pedido de um cara?
- Qual é a melhor coisa possível que pode acontecer se você disser não ao seu pedido?
- Qual é a pior coisa possível que pode acontecer se você disser sim ao pedido de um cara?
- Qual é a melhor coisa possível que pode acontecer se você disser sim ao seu pedido?

Discuta as respostas dela. Ajude-a a planejar maneiras de responder se ou quando ela for solicitada a fazer sexo. Capacitá-la para enfrentar situações difíceis ajudará a aumentar sua confiança e responder ao invés de reagir e criar melhores resultados.

## CAPACITE-A PARA VIVER COM CONFIANÇA

A confiança permite que as meninas tomem boas decisões sem hesitar ou questionar a si mesmas. Podemos ajudá-la a aprender como tomar decisões com confiança, dando-lhe oportunidades de fazer escolhas. Comece com escolhas fáceis. Por exemplo, perguntando onde ela quer almoçar. Em seguida, vá almoçar lá sem duvidar você mesmo, perguntando: “tem certeza? Você não prefere ir (...)”? Haverá momentos em que você faria uma escolha diferente se dependesse de você, mas se realmente não for crítica, siga a decisão dela. Se for crítico, pergunte se ela considerou os diferentes cenários possíveis que poderiam acontecer, ajudando-a a pensar nas possibilidades sozinha. Em vez de dar conselhos sobre situações, faça perguntas abertas que a ajudem a pensar em soluções. Guie com cuidado, mas permita que ela pense nas diferentes possibilidades, prós e contras de cada uma e tome uma decisão bem pensada. As perguntas tornam-se essenciais para ajudá-las a pensar por si próprias e aprender a descobrir como reagir, responder e o que fazer. Um dos maiores presentes que podemos dar às nossas meninas é ensiná-las a pensar por si mesmas e a superar os desafios que surgirem. Acredite nela. E deixe ela saber disso.

Ouçã quando ela lhe contar sobre coisas na escola e em seu círculo de amigos. Preste atenção. Arranje tempo para ela todos os dias. Diga a ela que você a ama e tem orgulho dela. Faça perguntas, mas não interrogue - seja genuinamente interessado.

## CAPACITE-A PARA LIDAR COM A FALHA

Ensine-a a lidar com o fracasso. Incentive-a a tentar coisas em que ela pode falhar e ajude-a a aprender que não é o fim do mundo. Deixe que ela cometa erros e aprenda como reagir. Compartilhe suas experiências com falhas e erros, o que você aprendeu e como você se recuperou. Isso ajuda sua filha a saber que mesmo você não é perfeita e torna o fracasso um pouco mais aceitável.

Katty Kay e Claire Shipman, autoras de *The Confidence Code for Girls*, descobriram que a porcentagem de meninas que dizem que não têm permissão para reprovar aumenta 150% entre as idades de 12 e 13 anos, com 45% de garotas de 13 anos indicando que elas não se sentem preparadas para falhar (Equipe, 2020).

Embora devamos olhar para nossas falhas, examinar nossas fraquezas e aprender com o que vemos, Deus nunca pretendeu que nos concentrássemos nelas. Aprender. Crescer. Mudar. Sim, mas Ele não quer que deixemos o pensamento negativo nos paralisar. Nossos sentimentos de fracasso ou de não sermos o suficiente podem nos paralisar e nos impedir de ser tudo o que Deus nos criou para ser.

## CAPACITE-A PARA COMEMORAR SEUS SUCESSOS

Podem ser apenas palavras de afirmação, mas comemore quando ela tiver sucesso em algo. Seja um projeto escolar, quebrando um hábito ou falando com alguém novo, comemore cada vitória e sucesso. Compre flores ou um lenço novo ou algo que ela queira. Brinde ao sucesso dela com uma xícara de chocolate (ou qualquer que seja sua bebida favorita). Publique o sucesso no Facebook. “Fulana, acabou de terminar seu projeto de ciências no prazo, e é incrível!”

## CAPACITE-A PARA CUIDAR DE SEU CORAÇÃO

Como mulheres, nascemos cuidadoras de todos, menos de nós mesmas. Cuidamos de nossos amigos e, como adultas, cuidamos de nossas famílias. Mas também precisamos cuidar de nós mesmas. Como as meninas podem cuidar de si mesmas?

- Faça as coisas que a fazem se sentir melhor - sobre a vida e sobre ela mesma. Seja correr, ler um livro ou conversar com um amigo.
- Mantenha seu quarto arrumado - criando um “oásis” em seu quarto.
- Saia e respire ar fresco.
- Tire um cochilo.
- Durma tempo suficiente.
- Mime-a com as coisas de que ela gosta de vez em quando. Um bom livro. Um novo projeto de artesanato. A música que ela gosta de ouvir.

## EQUIP HER TO FIGHT THE BATTLE

Os hormônios e as mudanças que ocorrem em seu corpo são uma grande parte de sua confiança em declínio. Mas não é a única parte da história. Temos um inimigo que quer roubar, matar, destruir e devorar. Ajude as meninas a ver que a batalha é real. Quando elas acreditarem em uma mentira sobre si mesmas ou sobre uma situação, lembre-os da batalha. “Você acha que esse pode ser o inimigo mentindo para você? O que Deusalaria neste momento?”

Identificar a mentira nos permite falar a verdade em nossos corações e mentes. Você não pode derrotar o que você não define. Depois de reconhecer e identificar a mentira, é importante substituir a mentira pela verdade. Podemos fazer isso memorizando e repetindo as Escrituras e dizendo a nós mesmas o que Deus diz e o que Ele prometeu. Então viva acreditando no que Deus diz em vez de no que o inimigo diz.

Ensine-a a passar tempo com Deus. Não apenas lendo a Bíblia ou orando porque você deve ou tem que fazer, mas passando tempo conversando e aprendendo como se fosse um amigo. Nosso objetivo não é que ela marque uma certa quantidade de leitura da Bíblia ou tempo de oração todos os dias, mas prepará-la para se apaixonar de Deus e construir um relacionamento forte e íntimo com Ele.

---

## EXERCÍCIO

Quando são os momentos que você mais vivencia ou vivenciou Deus? (Convide participantes para compartilhar). Depois de ouvir as respostas de todos, que novas possibilidades você pode compartilhar com as meninas e/ou ajudá-las a experimentar Deus e se apaixonar mais profundamente dEle?

---

## CONCLUSÃO

O inimigo não quer que as meninas vivam com confiança. Ele quer desencorajá-las e fazer com que duvidem de si mesmas e de Deus. Ele sabe que se elas acreditarem que foram feitas de maneira incrível e maravilhosa, projetadas intencionalmente com um propósito que as fará impactar seu mundo e que podem, realmente, fazer todas as coisas por meio de Cristo, elas farão coisas incríveis pelo reino. Nosso trabalho como pais, avós e líderes da igreja é encorajar, capacitar e desafiar as meninas a viver com confiança, confiando em Deus e no plano que Ele tem para suas vidas.

---

### PERGUNTAS PARA DISCUSSÃO:

- Qual é a maior lição tirada deste seminário?
- Quais são as três coisas que você fará como resultado da conversa de hoje?
- Como você orará de forma diferente por suas meninas como resultado desta informação?

---

## RECURSOS

Enough: Discovering a God Who is Enough When You're Not by Tamyra Horst (Pacific Press Publishing)Real You by Tamyra Horst (AdventSource)

Praying Like Crazy for Your Kids by Tamyra Horst (Pacific Press Publishing)

Untangled: Guiding Girls Through the Seven Transitions into Adulthood by Lisa Damour, Ph.D. (Ballantine Books)Under Pressure: Confronting the Epidemic of Stress and Anxiety in Girls by Lisa Damour Ph.D. (Ballantine Books)

*\*Much of this seminar was taken from materials in "Enough" and "Real You."*

# RECURSOS PARA LIDERANÇA

— Os *Recursos para Liderança* são cuidadosamente selecionados para preparar você para abordar tópicos atuais e relevantes como líder do Ministério Adventista da Família em sua igreja local.

# A FONTE DA RESILIÊNCIA

POR JULIAN MELGOSA

Aos 17 anos, um amigo e eu decidimos caminhar por um túnel de trem de 7 km construído sob a Cordilheira Cantábrica para chegar de trem às províncias de Burgos e Santander, na Espanha. Esse túnel foi construído nas décadas de 1940 e 1950, levando 16 anos de intenso trabalho, mas nunca foi usado para o fim pretendido. Devido à escassez de fundos públicos, o projeto foi abortado antes de colocar os trilhos da ferrovia e abandonado. Anos depois, meu amigo e eu achamos muito atraente andar de um lado para o outro. Era verão, estávamos de férias e em busca de aventura. Então, planejamos cruzar as montanhas pelo túnel. “Não é seguro”, “Há infiltrações de água”, “Pedras estão caindo dentro”, “É difícil respirar no meio”, “a escuridão é muito densa” e “as lanternas param de funcionar por causa da umidade,” - foram alguns dos avisos da população local. Mas tínhamos decidido. Colocamos nossas botas à prova d'água, pegamos um par de lanternas com baterias extras e começamos a caminhar começando pelo portal sul para sair do túnel pelo portal norte. Lá teríamos outro amigo esperando por nós com um carro.

Começamos nossa caminhada de bom humor e logo chegamos a um ponto de escuridão total, pois o túnel tinha a forma de um arco. A maioria dos avisos da população local provou ser exagero, mas a escuridão era realmente densa, mesmo com a ajuda de lanternas. Então, caminhávamos bem devagar, o que tornava a experiência bastante longa. Nosso humor estava piorando e começamos a ficar cansados e com medo. Nós até consideramos virar e sair da mesma maneira que viemos. De repente, vi um minúsculo ponto de luz, do tamanho de uma cabeça de alfinete. Gritei animadamente: “Olha! O fim do túnel!”! Meu amigo achou que eu não tinha uma percepção precisa e descartou minha empolgação. Mas logo, o ponto ficou maior e concluímos que

---

Julian Melgosa, PhD é Diretor Associado do Departamento de Educação da Sede Mundial da Associação Geral dos Adventistas do Sétimo Dia em Silver Spring, Maryland, EUA.

de fato, era a luz que vinha do lado norte do túnel. Esse momento foi crucial. O resto da viagem foi livre de medo, dúvida e fadiga. Aquela cabeça de alfinete nos deu esperança, motivação, entusiasmo e até euforia para alcançar nosso objetivo.

A experiência de quando vimos o ponto de luz é como o início da resiliência. Resiliência, a capacidade de nos fazer adaptar e recuperar após adversidades, traumas e ameaças, vem de algum lugar, um objeto, uma ideia ou um propósito que fornece aquele impulso extra necessário. Depende de nós escolher o ponto de luz certo para que a resiliência se desenvolva. Para o crente, agarrar-se ao poder de Deus é a maneira mais segura de experimentar a resiliência durante e após as provações.

Existem personagens bíblicos que mostram uma resiliência distinta. Todos eles tiveram uma visão, um raio de luz divino no final de um longo túnel. Essa visão forneceu o poder de superar as adversidades e se levantar com força recuperada. Veja, por exemplo, Noé. Ele testemunhou a crescente corrupção dos filhos de Deus, enfrentou as demandas de construir a arca em meio a zombarias, encontrou uma Terra irreconhecível após o Dilúvio e viu a decadência de seus descendentes. Ainda assim, com resiliência, manteve sua fé e cumpriu sua missão. A resiliência de Noé deve ter vindo de sua caminhada fiel com Deus (Gênesis 6:9) ou da promessa de Deus de "nunca mais" amaldiçoar ou destruir a Terra por causa dos humanos (Gênesis 8:21).

Pense em Abraão, que deixou seu país e seu povo para iniciar uma jornada a um destino desconhecido. Ele enfrentou uma série de questões relacionadas à esterilidade de sua esposa e a promessa de Deus de numerosos descendentes que não pareciam se materializar. Ele experimentou tensões significativas com membros de sua família e da casa. Ele então enfrentou um dos mais difíceis testes de lealdade - o sacrifício de seu filho adolescente, o filho da promessa. A origem de sua resiliência poderia ter vindo da promessa surpreendente de Deus: “E farei de ti uma grande nação e te abençoarei” (Gênesis 12:2), ou talvez dos vários altares que ele construiu para o Senhor (12: 7, 8; 13:18) - onde ele amarrou e colocou seu filho Isaque.

Um dos casos mais significativos de resiliência é Jó, que era “irrepreensível e justo; ele temia a Deus e evitava o mal” (Jó 1:1). No entanto, ele passou por uma prova severa, que foi muito difícil de suportar, principalmente porque todos ao seu redor entendiam que o sofrimento era resultado direto de transgressões. Esse teste não foi apenas pessoal, mas universal; foi um teste entre as forças do bem e do mal quando Satanás afirmou que a justiça de Jó se devia simplesmente à sua propriedade, sua família abençoada e seu estado de bem-estar. Portanto, uma vez permitido por Deus, Satanás destruiu a riqueza, os filhos e a saúde pessoal de Jó. Mas Jó permaneceu fiel, Deus restaurou todas as suas perdas e ele viveu mais 140 anos (Jó 42:16). Ele deve ter tido uma fé colossal, pois, após sua série de infortúnios, ele afirmou: “Nu saí do ventre de minha mãe e nu partirei. O Senhor deu e o Senhor tirou; que o nome do Senhor seja louvado” (Jó 1:21). Esse foi, sem dúvida, um dos muitos pensamentos que o ajudaram a ser resiliente e a se tornar mais forte do que antes das provações.

Outro exemplo notável de resiliência na Bíblia é José, que sofreu pelo menos duas experiências traumáticas que mudaram completamente sua vida. Em primeiro lugar, seus próprios irmãos o venderam como escravo para uma caravana de ismaelitas a caminho do Egito quando ele ainda era menor. Em segundo lugar, ele foi injustamente lançado na prisão porque se recusou a fazer sexo com a esposa de seu mestre. Mas apesar da gravidade desses eventos,

José se recuperou e Deus abriu o caminho para a corte de Faraó para que José cumprisse a grande missão de salvar muitos da morte, incluindo seus próprios parentes. Qual foi a mancha de luz que favoreceu a resiliência? Ellen G. White aponta para um momento distinto na vida de José, pouco depois de ser vendido como escravo:

*Então seus pensamentos se voltaram para o Deus de seu pai. Em sua infância, ele havia sido ensinado a amá-lo e temê-lo. Frequentemente, na tenda de seu pai, ele ouviu a história da visão que Jacó teve enquanto fugia de sua casa como exilado e fugitivo. Ele tinha ouvido falar das promessas do Senhor a Jacó e como elas foram cumpridas - como, na hora da necessidade, os anjos de Deus vieram para instruí-lo, confortá-lo e protegê-lo. E ele havia aprendido do amor de Deus em providenciar um Redentor para os homens. Agora, todas essas lições preciosas vieram vividamente diante dele. José acreditava que o Deus de seus pais seria o seu Deus. *Ele, então, se entregou totalmente ao Senhor e orou para que o Guardião de Israel estivesse com ele na terra de seu exílio* (Patriarcas e Profetas, p. 213, ênfase adicionada).*

Também há mulheres resilientes na Bíblia, como Raquel, que cresceu em um lar com ídolos, teve um pai traidor e suportou sofrimento prolongado por causa da infertilidade. Além disso, ela passou por muita angústia com Léia, sua irmã, rival e co-esposa. Pense em Rute, a moabita, membro de um povo pagão que adorava deuses que exigiam sacrifícios humanos, que perdeu o marido na juventude e se juntou à sogra para voltar a Belém para enfrentar um futuro incerto. Ou Ana, que sofreu aflição por causa de sua infertilidade, agravada ainda mais pela falta de compreensão de seu marido e as provocações de sua serva Penina, terminando em um estado de depressão. Ou Maria, que foi chamada para ser a mãe do Messias, enfrentando conflito com seus filhos e tendo uma compreensão muito limitada do ministério de seu filho e do papel como Messias (O Desejado de Todas as Nações, p. 90).

Uma das mulheres resistentes mais notáveis da Bíblia é Noemi. Ela passou por vários episódios graves: sua família (pai, mãe e dois meninos) foi forçada a deixar seu país por causa da fome, o que é muito diferente de simplesmente sair em busca de novas oportunidades. Seu destino, Moabe, fornecia alimentos e necessidades, mas a população local tinha uma visão de mundo idólatra que se chocava com as crenças judaicas. Logo Noemi perdeu o marido, ficando viúva com dois filhos dependentes - uma situação particularmente traumatizante em um país estrangeiro. Seus dois filhos se casaram com mulheres locais, um fato que provavelmente trouxe turbulência para a família, visto que a lei de Moisés estipulava que os moabitas, e seus descendentes, não podiam entrar na assembleia do Senhor antes de dez gerações (Deuteronômio 23:3). Por fim, os dois jovens morreram. Nesse momento de tragédia mais profunda, Noemi decidiu voltar para sua cidade natal - outra experiência desagradável, pois ela deve admitir perda e aflição.

No final, Noemi saiu vitoriosa de todas as calamidades. Ela deve ter tido uma fé poderosa e uma grande esperança de que o Senhor proveria bênçãos para compensar tanta dor. Rute, sua nora, deve ter servido como um poderoso instrumento de resiliência enviado por Deus.

Todos esses e muitos outros homens e mulheres sofreram dores intensas, mas emergiram mais fortes depois das provações. Eles possuíam a resiliência que só vem de Deus. E essa benção está à

nossa disposição hoje. Basta fazer uma escolha, olhar além do aqui e agora e localizar aquela partícula de luz e esperança no fim do túnel. Acreditar que nosso Pai Celestial nos levará a um bom final com o mínimo de dor possível.

Embora a psicologia tenha percorrido um longo caminho para aceitar a religiosidade como uma forma eficaz de enfrentamento, hoje os cientistas e profissionais sabem que o enfrentamento religioso é altamente eficaz, especialmente para a pessoa de fé, algo que os crentes já conhecem bem. Hoje, é amplamente aceito que a oração, a leitura das escrituras, a adoração - individual e coletiva, a certeza da salvação, a esperança no retorno de Jesus e outros são decisivos para enfrentar a adversidade de forma resiliente.

A oração e a meditação bíblica/repetição de versículos são os principais fatores de enfrentamento porque são poderosos e portáteis. As dificuldades nas famílias podem ser enfrentadas muito melhor ao contemplar Jesus, a verdadeira luz no fim do túnel, conforme descrito em Isaías 9 onde diz: “O povo que caminhava nas trevas viu uma grande luz; sobre os que vivem na terra das trevas profundas uma luz raiou” (v. 2), mais tarde o texto afirma quem é a luz: “Porque para nós um menino nasceu, para nós um filho se deu, e o governo estará sobre seus ombros. E ele será chamado Maravilhoso Conselheiro, Deus Forte, Pai da Eternidade, Príncipe da Paz” (v. 6).

Mesmo em meio às dificuldades, devemos aceitar pela fé que o sofrimento temporário terminará e pode ter um propósito, embora ainda não saibamos disso. Até então, precisamos nos concentrar naquele pequeno feixe de luz que aparece no final de cada túnel. Em termos práticos, pode ser um texto bíblico que internalizamos por reflexão e repetição. Versos como “Somos fortemente pressionados de todos os lados, mas não esmagados; perplexo, mas não em desespero; perseguidos, mas não abandonados; abatidos, mas não destruídos” (2 Coríntios 4:8-9), ou: “Direi do Senhor: ‘Ele é o meu refúgio e a minha fortaleza, o meu Deus, em quem confio’” (Salmo 91:2). Ou: “Quando você passar pelas águas, eu estarei com você; e quando você passar pelos rios, eles não passarão por cima de você. Quando você caminha pelo fogo, você não se queima; as chamas não os incendiarão”; ou; “O Senhor é bom, um refúgio em tempos de angústia. Ele se preocupa com aqueles que confiam nele” (Naum 1:7).

Outra maneira de ganhar resiliência é revisar as bênçãos do passado. Uma das citações favoritas de Ellen G. White é: “Não temos nada a temer no futuro, exceto se esquecermos a maneira como o Senhor nos conduziu e seu ensino em nossa história passada” (9T, p. 10). A menos que mantenhamos essas memórias em primeiro plano em nossas mentes, iremos esquecê-las. Ao compartilhar nossas histórias com outras pessoas, anotá-las em um diário e fazer orações de louvor e ação de graças, mantemos essas memórias vivas. Essas são maneiras de mostrar nossa gratidão a Deus por bênçãos e presentes específicos.

# AJUDANDO PAIS SOLTEIROS NA CONSTRUÇÃO DE RESILIÊNCIA

POR CLAUDIO E PAMELA CONSUEGRA

## TEXTO

“Irmãos, não penso que eu mesmo já o tenha alcançado, mas uma coisa faço: esquecendo-me das coisas que ficaram para trás e avançando para as que estão adiante, prossigo para o alvo, a fim de ganhar o prêmio do chamado celestial de Deus em Cristo Jesus” (Filipenses 3:13,14, NVI).

## INTRODUÇÃO

Quando você ouve o termo “pai/mãe solteiros”, que imagem vem à sua mente? Descreva exatamente o que você vê em sua mente. Talvez nossas tentativas de julgar apresentem um quadro que está longe de ser preciso. Você imaginou uma pessoa de coragem e desenvoltura? Que tal uma pessoa que demonstrou resiliência? O que é resiliência e como ela é construída?

Resiliência é definida “como o processo de adaptação em face de adversidades, traumas, tragédias, ameaças ou fontes significativas de estresse - como problemas familiares e de relacionamento, sérios problemas de saúde ou fatores de estresse financeiros e no local de trabalho. Por mais que a resiliência envolva a recuperação dessas experiências difíceis, também pode envolver um profundo crescimento pessoal” (APA, 2021).

Nosso versículo da escritura nos lembra da importância de esquecer o que está por trás e seguir em frente. A capacidade de prosseguir independentemente do passado é a resiliência em ação. Há pouca dúvida de que a maioria dos pais solteiros pode estar em uma situação que exige esquecer

---

**Claudio Consuegra**, DMin, é o Diretor do Departamento de Ministérios da Família na Divisão Norte-Americana dos Adventistas do Sétimo Dia em Columbia, Maryland, EUA.

**Pamela Consuegra**, PhD, é Diretor Associado do Departamento de Ministérios da Família na Divisão Norte-Americana dos Adventistas do Sétimo Dia em Columbia, Maryland, EUA.

o passado e seguir em frente. Como líderes, como podemos ajudar pais solteiros no processo de construção de resiliência?

Talvez você tenha ouvido comentários rudes ou críticos de outras pessoas, até mesmo de membros da igreja, a respeito de pais solteiros. Líderes, vocês foram chamados para um momento como este. Algumas pessoas tendem a fazer suposições sobre a vida de outras pessoas, sua situação financeira ou mesmo seu caráter, sem nunca saber a verdadeira história. Isso pode parecer injusto, e é. Mas não podemos permitir que a opinião desinformada e o julgamento equivocado de outra pessoa definam quem somos ou como nos sentimos. Como líder, você pode educar outras pessoas e contribuir para revelar a verdadeira imagem do amor de Deus junto com a força, resiliência e desenvoltura de pais solteiros.

Há uma infinidade de caminhos diferentes que levam a uma única paternidade. Para alguns, ser mãe solteira é um caminho que escolheram propositalmente. Outros podem ter tido jornadas difíceis repletas de desgosto, abuso, perda ou tristeza. Alguns são pais sozinhos porque o cônjuge morreu repentinamente, alguns foram traídos e outros abandonados. Ainda assim, outros são pais sozinhos porque fugiram de uma situação doméstica violenta ou de um parceiro viciado. A questão é que cada situação é única e os motivos que o levaram a se tornar um pai/mãe solteiro(a) variam de pessoa para pessoa.

Alguns admitem que não contam a ninguém que conheceram pela primeira vez que são pais solteiros por medo de serem rotulados ou julgados. Também pode haver comentários críticos feitos por parentes, colegas, conhecidos ou membros da igreja. Outros dizem que foram retirados de seu círculo social ou não são mais convidados quando outras famílias se reúnem para refeições e passeios, incluindo eventos sociais na igreja. Vamos repetir o que dissemos antes: Deus não dá aos vizinhos, amigos, família ou mesmo à família da igreja o papel de juiz!

### PERGUNTAS DE DISCUSSÃO PARA LÍDERES

1. Conte uma ocasião em que testemunhou um membro da igreja falando negativamente sobre outro.
2. Você falou e respondeu à pessoa?
3. Se não, por que não? Se sim, o que você disse?

### DEFININDO LIMITES

Pais solteiros lidam com tanta coisa, e a última coisa em sua lista de tarefas deveria ser lidar com o julgamento equivocado de outras pessoas. Sim, é difícil ouvir palavras ofensivas e, em algum momento, os pais solteiros podem até parar de se chocar com as coisas rudes que as pessoas dizem e como algumas pessoas os tratam de maneira diferente.

Aprender a estabelecer limites apropriados pode ajudar a lidar com as emoções negativas. Aqui estão sete dicas para compartilhar com pais solteiros para colocar esses limites no lugar:

1. **Pare com a conversa interna negativa.** Não deixe que as críticas dos outros afetem o modo como você fala consigo mesmo. Cole e leia afirmações em lugares estratégicos repita-as para você mesmo se esses pensamentos negativos começarem a surgir.

2. **Concentre-se nos bons amigos.** Pense nos verdadeiros amigos que você tem e se cerque deles. Não se cerque de supostos “amigos” que continuam a encher seus ouvidos de conversas negativas.
3. **Concentre-se nos seus acertos.** É fácil fazer uma lista de todas as coisas que você gostaria de mudar durante o dia; no entanto, por que não se concentrar no que você acertou? Pense nos sucessos do seu dia, conte-os todas as noites antes de ir para a cama e agradeça a Deus pelas vitórias.
4. **Seja honesto com seus pensamentos.** Faça um favor a si mesmo e limpe todas as frustrações do coração e da mente. Converse com um desses bons amigos, escreva em seu diário, faça um blog sobre eles ou vá a um conselheiro. Deixe de lado todos os pensamentos e sentimentos negativos, limpe-os e tente substituí-los por práticas positivas que se recusam a deixá-los voltar.
5. **Seja autoconsciente.** Se você está experimentando negatividade, pare e pense sobre o que está causando esse sentimento. São maus amigos? Em caso afirmativo, você precisa parar de andar por aí. Você está assistindo muita mídia que continua a retratar imagens negativas? Nesse caso, desligue a televisão. Você está gastando muito tempo sentado e se envolvendo em conversas internas negativas? Nesse caso, pode ser hora de se levantar e usar essa energia para coisas mais positivas. Em outras palavras, tente identificar as coisas que estão levando a seus sentimentos e emoções negativas e substitua-as por atividades mais positivas.
6. **Vá para fora.** Conversas negativas dos outros ou de você mesmo acabarão por derrubá-lo. Aperte o botão de *reset* entrando na natureza. Saia para o ar fresco, respire profundamente, ande, converse com o Criador, e você sentirá a ansiedade começar a se dissipar. Exercitar-se ao ar livre é uma das melhores coisas que você pode fazer para começar a ver as coisas de novas maneiras.
7. **Estabeleça limites, afaste-se e fale.** Você pode escolher com quem vai passar o tempo, quem vai ouvir e que assuntos permitirá que as conversas cubram. Você pode dizer “NÃO” e pode ir embora. Se alguém disser algo fora da linha sobre sua família ou suas circunstâncias, diga a essa pessoa para parar. Às vezes, uma pessoa precisa ser confrontada para interromper seus comentários rudes.

## ADMITA QUANDO PRECISAR DE AJUDA E BUSQUE-A!

Anos de cura de dor emocional não acontecem da noite para o dia. Todos nós queremos resultados imediatos, mas, por favor, entenda que esse processo é uma jornada. Também pode haver barreiras que impeçam alguém de obter ajuda profissional, como tempo, falta de cobertura de seguro que significa despesas do próprio bolso ou cuidados com os filhos.

Há ocasiões em que conversar com um amigo de confiança ou um pastor pode ser exatamente o que é necessário. Há momentos em que falar com um membro da família pode não ajudar e eles podem precisar de ajuda mais específica, objetiva e profissional.

Aqui estão alguns sinais para compartilhar com pais solteiros que podem indicar a necessidade de ajuda profissional externa:

1. **Você não nem se lembra da última vez que teve uma boa noite de sono.** O ciclo constante de falta de sono é um sinal claro de que as coisas não estão funcionando e você precisa de intervenção externa. Sua saúde vai se deteriorar em breve, e isso só vai piorar as coisas.
2. **Sua rede de apoio não está funcionando.** Cada tentativa de falar com um amigo ou familiar o deixa mais desanimado. Talvez eles estejam muito próximos da situação e não consigam ser objetivos. Pode ser hora de trazer uma parte neutra.
3. **Houve/há abuso físico e/ou emocional.** Não há como permitir que esse comportamento continue sem obter ajuda e encontrar segurança imediatamente. Abusos físicos, emocionais e verbais nunca devem ser tolerados. Não é assim que Deus gostaria que seus filhos fossem tratados. Mesmo que não esteja ocorrendo no presente, você pode precisar de ajuda profissional para superar os efeitos de abusos anteriores. Além disso, um filho pode se beneficiar de aconselhamento se essa for a experiência da família.
4. **Você tem medo de dizer certas coisas em sua família.** Quando você não se sente confortável em compartilhar seus sentimentos e pensamentos sem ser humilhado, criticado, julgado ou intimidado, algo está terrivelmente errado. Você precisa de um lugar seguro para conversar.
5. **Você nega, justifica ou opta por ignorar os sinais de problemas como abuso de drogas ou álcool.** O abuso de substâncias é uma indicação de problemas maiores do que simples sofrimento emocional ou fadiga. Talvez você desculpe seu comportamento dizendo coisas como: “posso parar a qualquer hora; eu não sou viciado; vou parar assim que minha situação parental se estabilizar”. Esse é o cúmulo da negação e um indicador-chave de que a ajuda externa é necessária. Mais uma vez, a criança pode se beneficiar de aconselhamento se essa for a experiência da família.
6. **Você tem um pensamento recorrente de que seu filho estaria melhor sem você.** Esse tipo de pensamento negativo é resultado de problemas muito mais profundos que precisam de ajuda profissional. Todos nós temos pensamentos ocasionais de que talvez não sejamos os melhores pais; no entanto, quando se torna uma obsessão diária, esse é um indicador chave de que é necessária intervenção profissional.

Se uma pessoa precisar de óculos novos, ela quebraria o fundo de duas garrafas de vidro, pegaria um pouco de arame e faria os seus próprios? Alguém faria um tratamento de canal no próprio molar com uma furadeira? Você tiraria seu próprio apêndice? Claro que não. Então, por que relutamos em buscar ajuda profissional quando precisamos? Ah, aí temos aquela palavra de novo: ESTIGMA! Líderes, precisamos ajudar a quebrar essas barreiras e estigmas.

### PERGUNTAS DE DISCUSSÃO PARA LÍDERES

1. Com quem você acha que os pais solteiros conversam com mais frequência quando precisam de ouvidos ou conselhos?
2. Você acha que alguém da família é sempre a melhor pessoa para conversar?
3. Que medidas você pode tomar para ajudar pais solteiros a procurar ajuda quando necessário?

## DEUS ESCOLHEU VOCÊ!

Todos os pais se sentiram inadequados às vezes, independente de sua situação. Todos os pais gritaram, disseram coisas erradas, desejaram refazer tudo ou perderam a paciência. E cada vez que a culpa desaba, somos tentados a pensar que, por causa de nossas deficiências, arruinaremos nosso filho para sempre. Ter esses sentimentos não é exclusivo de pais solteiros.

É muito fácil pensar que outra pessoa faria um trabalho melhor de paternidade. Mas aqui está a parte bonita! Nenhum pai é perfeito. Todos nós temos falhas. Todos nós temos nossos dias bons e nossos dias não tão bons. Sempre haverá dias em que gostaríamos de poder voltar no tempo e fazer uma nova revisão.

Viver em uma cultura impulsionada por conectividade constante e mídias sociais não ajuda em nada a situação. Tudo o que precisamos fazer é percorrer o Facebook, Instagram, Twitter etc., e somos lembrados de como todos os outros pais são “perfeitos”. Tem aqueles cujo filho está sempre com a cara perfeita, cujo cabelo e maquiagem são feitos diariamente com perfeição, cujas casas são impecáveis, que fazem deliciosas refeições caseiras e fazem projetos artesanais com os filhos todas as tardes. Lembre-se de que as coisas nem sempre são o que parecem. Coisas que parecem perfeitas nas redes sociais não são perfeitas na realidade.

Ninguém é o pai perfeito, exceto Deus o Pai. Entender que Deus os escolheu para a tarefa divina de criar filhos pode mudar sua vida. Imagine que Deus escreveu a seguinte carta para mães e pais solteiros:

*Meu/Minha Amado(a) Pai/Mãe Solteiro(a),*

*Você foi escolhido(a), você é o suficiente e você é meu. Meu amor por você é imenso. Estou orgulhoso de você. Vejo seu coração, a maneira como você me busca e sua devoção em criar seu filho. Bom trabalho meu/minha filho(a).*

*Meu/Minha filho(a), você é uma alegria para mim. Eu o(a) escolhi na fundação do mundo e o(a) santifiquei para um grande propósito. Amado(a), estou pronto para acompanhá-lo(a) em sua jornada de paternidade/maternidade. O caminho pode estar embaçado à sua frente, mas eu vejo tudo e posso ver a linha de chegada. Eu vou te carregar quando você estiver fraco(a), te dar força, e você não vai cair.*

*Amado(a) filho(a), você é o suficiente. Eu escolhi você para ser pai/mãe de seu filho. Você me pertence, e eu o(a) chamo de digno(a). Minha promessa é lhe dar esperança e um futuro. Não perca a bênção do tempo se preocupando com o amanhã, pois já cuidei de todas as suas necessidades.*

*Com meu amor infinito e eterno, vou atender às necessidades de seu filho também. Nada faltará. Eu sou suficiente. Sua identidade está em mim, sua provisão está em mim e seu futuro está em mim. Eu os separei com um grande propósito. Tenho planos tremendos para o futuro do seu filho.*

*Ver você criá-los me encanta. Eu escolhi você para criar essa criança. Você é o(a) guerreiro(a) apto(a) para prepará-los, instruí-los, dirigi-los, treiná-los para enfrentar o*

*mundo. Nenhuma arma forjada contra eles irá prosperar, pois eles pertencem a mim.*

*Meu/Minha querido(a) pai/mãe solteiro(a), não se esqueça de que você é um tesouro para mim. Você tem um valor inestimável, e eu nunca vou deixar de amá-lo(a)!*

*Meu/Minha amado(a), você é meu/minha para sempre. Seu Pai Celestial.*

## CONCLUSÃO

A verdade é que, mais cedo ou mais tarde, todas as famílias podem enfrentar traumas, adversidades ou outros fatores de estresse. A boa notícia é que Deus oferece um roteiro para se adaptar a situações de mudança de vida, prosseguir e emergir ainda mais forte do que antes. Isso é resiliência definida!

Então, o que você pode fazer como líder? Devemos educar aqueles que estão sob nossos cuidados para mostrar amor e compaixão sem julgar. Que graça incrível e que amor incrível Jesus tem por todos nós, independente de nossas origens. Aos olhos de Deus, pais solteiros são preciosos, honrados e amados além da medida. Ele estima e ama a cada um com um amor que não tem limite.

Além disso, devemos ter uma compilação dos recursos existentes em nossa comunidade à nossa disposição para compartilhar com pais solteiros. Cada comunidade é única e, muitas vezes, uma lista de recursos pode ser exatamente o que o pai solteiro precisa.

Acima de tudo, reflita a incrível graça e amor de Jesus! Será contagiante quando os outros O virem refletido em suas ações. Os pais solteiros estão criando a próxima geração, e precisamos estar lá para caminhar ao lado deles para que eles, junto com seus filhos, estejam no céu.

## REFERÊNCIAS

American Psychological Association (APA). (2021). *Building Your Resilience*. <https://www.apa.org/topics/resilience>

# MOLDANDO A VISÃO DE MUNDO DOS FILHOS ATRAVÉS DE UM RELACIONAMENTO AMOROSO

---

POR JOSEPH KIDDER E KATELYN CAMPBELL WEAKLEY

“Digo-lhes a verdade: Quem não receber o Reino de Deus como uma criança, nunca entrará nele”. Em seguida, tomou as crianças nos braços, impôs-lhes as mãos e as abençoou” (Marcos 10:15,16).

A educação infantil é de extrema importância para a formação de padrões e caráter para a vida toda. Ellen White sabia como os primeiros anos de uma criança são importantes para o desenvolvimento de sua trajetória de vida. “Não se pode dar muita importância ao treinamento inicial das crianças. As lições aprendidas, os hábitos formados durante os anos da primeira e segunda infância, têm mais a ver com a formação do caráter e a direção da vida do que toda a instrução e treinamento dos anos posteriores”. A fim de instilar uma cosmovisão bíblica positiva em seus filhos para toda a vida, é essencial treiná-los quando são jovens.

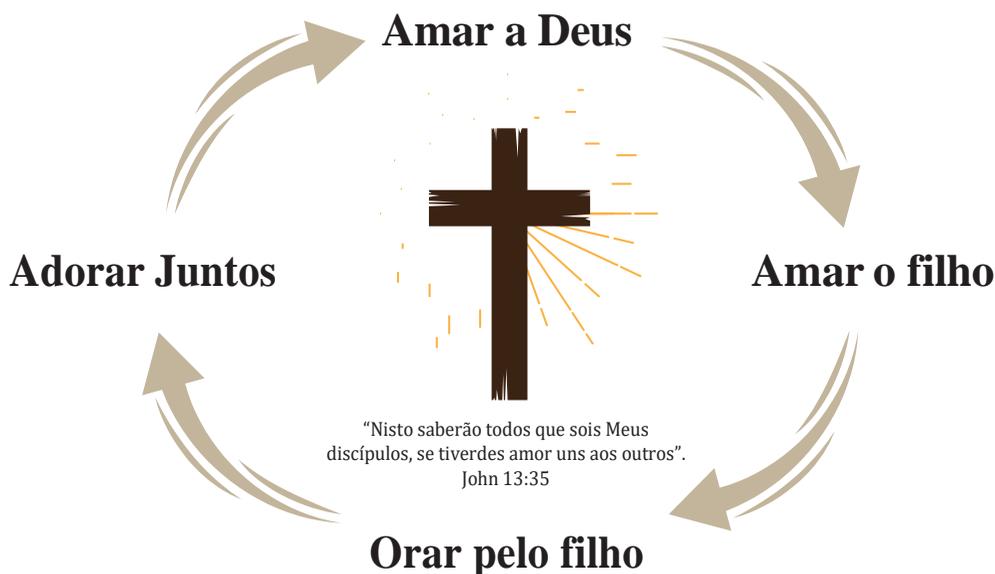
---

**Joseph Kidder**, DMin é professor de Ministério Cristão e Discipulado no Seminário Teológico Adventista do Sétimo Dia da Universidade Andrews em Berrien Springs, Michigan, EUA.

**Katelyn Campbell Weakley**, MDiv, MSW, é pastor da Igreja Adventista do Sétimo Dia Mount Tabor, Portland, Oregon.

A visão de mundo do seu filho é o que o ajudará a orientá-lo na vida. A visão de mundo que seu filho desenvolve responderá a perguntas-chave para eles: quem sou eu? Por que estou aqui? De onde eu venho? Para onde vou? O que é real? O que é certo e errado? Quem é Deus? Todas essas perguntas e outras são respondidas pela visão de mundo que seu filho desenvolve, moldando sua perspectiva e suposições básicas. Nenhuma decisão é tomada sem uma visão de mundo. Para tomar decisões positivas e saudáveis, uma criança precisa de uma visão de mundo positiva e saudável. Uma cosmovisão bíblica é baseada nas Escrituras e pode ajudar as crianças a tomar decisões inteligentes que honrarão a Deus e beneficiarão os outros e também a si mesmas.

Este artigo discutirá princípios importantes e métodos práticos para desenvolver uma cosmovisão bíblica em seu filho por meio do amor a Deus, do amor ao filho, da oração por ele e da adoração em conjunto. Você notará que todo esse processo está enraizado no amor, que é a marca dos seguidores de Cristo. “Nisto saberão todos que sois Meus discípulos, se tiverdes amor uns aos outros” (João 13:35). Se quisermos treinar nossos filhos para serem discípulos de Deus, devemos demonstrar nosso discipulado por meio do amor. Começamos amando a nós mesmos, o que aumenta nosso amor por nossos filhos, o que revigora nossas orações por eles, o que fortalece nossa adoração em família, que por sua vez aumenta nosso amor por Deus. À medida que participamos do processo ilustrado abaixo, encontraremos nossos filhos crescendo em Deus e desenvolvendo uma cosmovisão bíblica.



## AMANDO A DEUS

Como você começa a ensinar as crianças a amar a Deus e cumprir sua Palavra? Comece amando a Deus você mesmo. Quando um bebê encontra um novo alimento e não tem certeza sobre isso, a mãe ou o pai geralmente dão uma mordida para demonstrar que a comida é boa. Quando se trata de Deus, os pais podem aderir ao salmista ao dizer aos filhos: “provem e vejam que o Senhor é bom” (Salmo 34:8). Se você como pai/mãe regularmente aproveite e aprecie a

presença de Deus em sua vida, isso fará duas coisas. Primeiro: você fará uma demonstração na vida real do que está tentando ensinar. Você pode dizer a eles como é amar a Deus, mas essas serão apenas palavras até que eles possam ver uma demonstração do que isso significa. Vamos desvendar mais essa ideia quando discutirmos o ponto abaixo, mas vamos observar aqui que as ações tendem a falar mais alto do que as palavras. Mostrar a eles que você gosta de Jesus é muito mais poderoso do que dizer a eles que gostem de Jesus ou apenas dizer que você ama Jesus.

Um segundo resultado de você mesmo desfrutar de Deus é que seu desejo de que seu filho desenvolva uma cosmovisão bíblica se tornará mais genuíno e, portanto, mais poderoso. Se você genuinamente ama e desfruta do Senhor, isso brilhará em tudo o que você fizer, incluindo o desenvolvimento da visão de mundo de seu filho. Podemos supor que, se você está lendo este artigo, já aprecia a presença de Deus em sua vida. Se for esse o caso, é lindo! Continue mergulhando mais fundo em seu próprio amor por Deus. Em seu livro “Abrindo as janelas espirituais de seu filho”, Cheri Fuller escreve: “A verdade é que você deve primeiro desfrutar de Deus; caso contrário, seus filhos provavelmente não vão. E em segundo lugar, se você não tem um relacionamento de amor e confiança com seus filhos, eles tendem a rejeitar ou perder muito da influência que sua vida espiritual poderia ter sobre eles”. O fato é que, como pai/mãe, você servirá como uma ponte entre seu filho e Jesus. Quanto mais você cultiva seu relacionamento com Jesus, e quanto mais você cultiva seu relacionamento com seu filho, mais forte essa ponte pode se tornar.

## AMANDO SEU FILHO

Jesus amava as crianças. “Então lhe trouxeram criancinhas, para que pudesse tocá-las; mas os discípulos repreenderam aqueles que os trouxeram. Mas quando Jesus viu isso, ficou muito indignado e disse-lhes: ‘Deixem as criancinhas virem a mim e não as proíbam; pois delas é o reino de Deus. Certamente, eu digo a você, quem não receber o reino de Deus como uma criança de forma alguma entrará nele. E Ele os tomou em Seus braços, impôs Suas mãos sobre eles e os abençoou” (Marcos 10:13-16). Se Jesus se importava tanto com as crianças, não devemos demonstrar esse mesmo amor por elas? Fomos chamados para mostrar o maior amor aos nossos meninos e meninas.

Jesus levou o cuidado das crianças tão a sério que disse: “quem quer que faça pecar um desses pequeninos que creem em mim, seria melhor para ele se uma pedra de moinho fosse pendurada em seu pescoço e ele se afogasse nas profundezas do mar” (Mateus 18:6). Continuando com essa ideia, Paulo escreveu em Colossenses 3:21: “Pais, não provoquem os vossos filhos, para que não desanimem”. Espera-se que os pais valorizem e direcionem amorosamente seus filhos no caminho da retidão. Isso não pode ser feito sem uma conexão íntima e amorosa entre os pais e os filhos.

Se você tem um forte amor por Jesus, mas um relacionamento fraco com seu filho, ele não será atraído para mais perto de Jesus. Seu filho pode querer se afastar ainda mais dEle. Eles associarão você a Jesus. Se a criança se sentir segura, amada e cuidada por você, é provável que tenha uma experiência positiva com Deus. No entanto, se seu filho não sente um relacionamento íntimo com você, mas vê seu relacionamento íntimo com Deus, há uma boa chance de que ele o experimente de forma negativa. Em um recente estudo multigeracional, o sociólogo Vern Bengtson observa esse

fato: “Por todas as medidas neste estudo, um jovem adulto estava mais propenso a compartilhar as crenças religiosas e a participação de seus pais se sentissem que tinham um relacionamento próximo com esses pais”. O relacionamento é fundamental.

Nessa linha, não devemos estar ansiosos para manipular nossos filhos para virem a Deus. A autora Karyn Henley escreve: “Não devemos pressionar pelo que gostaríamos que acontecesse. Em vez disso, devemos esperar em Deus e dar-lhe espaço e tempo para trabalhar como quiser. Temos o privilégio de ver Deus trabalhar na vida dos filhos, para que ‘a fé deles não repouse na sabedoria dos homens, mas no poder de Deus’” (1 Coríntios 2:5). Simplesmente por ter um relacionamento de amor com seu filho, Deus pode usar você em seu tempo para atrair seu filho para Ele.

Quando Jesus estava na terra, Ele disse aos seus discípulos: “Quem me vê, vê o Pai” (João 14:9). Da mesma maneira, os filhos entenderão seu Pai celestial por olharem para os pais. Portanto, além de desfrutar e amar a Deus, os pais precisam desfrutar e amar seus filhos.

Existem muitas maneiras simples de demonstrar seu amor por seu filho. Vocês podem brincar, cozinhar ou cantar juntos. Você pode inventar um nome de animal de estimação exclusivo para eles, fazer um elogio quando eles realizam uma tarefa e dizer-lhes que você sentiu falta deles depois de se separarem. Quando eles estão frustrados, você pode ouvir suas frustrações e ter empatia por eles. Quando eles são irresponsáveis, você pode dizer a eles: “Eu te amo demais para deixar você fazer isso; por favor pare”. Quando estiverem tristes, você pode abraçá-los e embalá-los suavemente. Deixe seu filho saber que você o ama com a maior frequência possível, tanto quando é fácil quanto quando é difícil amá-los. Quanto mais eles ouvem, mais o amor entre vocês vai crescer. É através do crescimento consciente do amor e da confiança entre você e Deus e entre você e seu filho que se forma uma base sólida para o desenvolvimento da cosmovisão bíblica de seu filho. Seu filho crescerá e confiará que o Senhor é realmente bom.

## ORANDO POR SEUS FILHOS

Como você está amando e cuidando de seu filho, é claro que orará por ele. Essa é uma parte importante do desenvolvimento da cosmovisão bíblica do seu filho. Ao orar pelo desenvolvimento cristão de seu filho, lembre-se de orar por essas áreas-chave:

1. **Ore pela salvação deles.** “Por isso, tudo suportar por causa dos eleitos, para que também eles alcancem a salvação que está em Cristo Jesus, com glória eterna” (2 Timóteo 2:10).
2. **Ore para que Deus direcione suas vidas.** “Confie no Senhor de todo o seu coração e não se apoie em seu próprio entendimento; reconheça o Senhor em todos os seus caminhos, e ele endireitará as suas veredas” (Provérbios 3:5,6).
3. **Ore para que desenvolvam a compaixão.** “Sejam bondosos e compassivos uns para com os outros, perdoadando-se mutuamente, assim como Deus perdoou vocês em Cristo” (Efésios 4:32).
4. **Ore por sua proteção física e espiritual.** “(...) meu coração exulta no Senhor; no Senhor minha força é exaltada. Minha boca se exalta sobre os meus inimigos, pois me

alegro em tua libertação. Não há ninguém santo como o Senhor; não há outro além de ti; não há rocha alguma como o nosso Deus” (2 Samuel 2:1,2).

5. **Ore pelo desenvolvimento do caráter deles.** “Portanto, meus amados irmãos, mantenham-se firmes, e que nada os abale. Sejam sempre dedicados à obra do Senhor, pois vocês sabem que, no Senhor, o trabalho de vocês não será inútil” (1 Coríntios 15:58).
6. **Ore para que Deus encha seus corações de alegria.** “(...) Não se entristeçam, porque a alegria do Senhor os fortalecerá” (Neemias 8:10b).
7. **Ore para que eles desejem o que Deus deseja.** “Darei a vocês um coração novo e porei um espírito novo em vocês; tirarei de vocês o coração de pedra e lhes darei um coração de carne” (Ezequiel 36:26).
8. **Ore para que eles conheçam o amor de Deus.** “Por essa razão, ajoelho-me diante do Pai, para que Cristo habite em seus corações mediante a fé; e oro para que vocês, arraigados e alicerçados em amor, possam, juntamente com todos os santos, compreender a largura, o comprimento, a altura e a profundidade, e conhecer o amor de Cristo que excede todo conhecimento, para que vocês sejam cheios de toda a plenitude de Deus” (Efésios 3:14,17-19).
9. **Ore para que eles venham a amar a Palavra de Deus.** “A tua palavra é lâmpada que ilumina os meus passos e luz que clareia o meu caminho” (Salmo 119:105).
10. **Ore para que Deus lhes dê uma atitude de servo.** “Sirvam aos seus senhores de boa vontade, como ao Senhor, e não aos homens” (Efésios 6:7).

A oração é uma ferramenta poderosa. Derrame continuamente suas orações a Deus em nome de seus filhos e Ele ouvirá e responderá suas orações. Tem sido visto uma e outra vez que os pais que são consistentes em orar por seus filhos verão seus filhos e filhas crescerem e permanecerem na fé.

“Seu compassivo Redentor está observando você com amor e simpatia, pronto para ouvir suas orações e prestar-lhe a ajuda de que você precisa”, escreve Ellen White. “Ele conhece o peso do coração de cada mãe e é seu melhor amigo em todas as emergências. Seus braços eternos sustentam a mãe fiel e temente a Deus. Quando estive na Terra, Ele teve uma mãe que lutou contra a pobreza, tendo muitos cuidados e perplexidades ansiosas, e se compadece de toda mãe cristã em seus cuidados e ansiedades. Aquele Salvador que fez uma longa jornada com o propósito de aliviar o coração ansioso de uma mulher cuja filha estava possuída por um espírito maligno ouvirá as orações da mãe e abençoará seus filhos”. As orações de uma mãe, ou pai, buscando de Deus a intervenção na vida de uma criança, não será ignorada.

## ADORANDO JUNTOS

A base do amor de seu filho por Deus pode crescer por meio do culto familiar consistente. Em “Orientação à Criança”, Ellen White escreve: “De manhã, os primeiros pensamentos do cristão devem ser sobre Deus. O trabalho mundano e o interesse próprio devem ser secundários. As crianças devem ser ensinadas a respeitar e reverenciar a hora da oração (...) é o dever dos pais cristãos, de

manhã e à noite, por oração fervorosa e fé perseverante, fazer uma cerca ao redor de seus filhos. Devem instruí-los pacientemente - ensiná-los de maneira gentil e incansável como viver para agradar a Deus”. Vários componentes podem ser usados para criar filhos em Cristo durante o culto familiar.

O primeiro é a oração em adoração. Quando o filho é uma criança, orar com ela significará que o pai mostrará à criança uma postura reverente (como mãos postas e olhos fechados) e, em seguida, fará uma oração breve. À medida que a criança cresce, os pais podem fazer orações mais longas. Quando a criança ultrapassa o estágio de bebê, ela pode começar a fazer orações repetidas, em que o pai diz uma frase curta e a criança repete. Eventualmente, a criança será capaz de dizer pequenas orações sem ajuda. Incentivamos os pais a demonstrar apreço pela oração para que a criança possa ver que é uma conversa especial entre eles e Deus. Os pais devem ensinar aos filhos que a oração é uma oportunidade de conversar de coração a coração com o Pai Celestial. Isso é demonstrado nos Salmos e na própria vida de oração de Jesus, que mostram abertura e autenticidade para com Deus ao compartilhar mágoas, alegrias, frustrações, problemas e vitórias.

Cantar também é um componente maravilhoso da adoração. Ellen White escreveu certa vez: “Cantar é um ato de adoração tanto quanto orar”. As crianças aprendem bem com canções e rimas e geralmente gostam de cantar de coração. Ensine-lhes canções bíblicas infantis para que entendam e se conectem bem com as letras, mas não tenha medo de ensinar-lhes alguns hinos e canções de louvor também - muitas vezes eles podem entendê-los mais rápido do que você imagina. Cantar em família pode ser uma experiência de grande união e uma ótima maneira de adorar a Deus. Músicas podem ser cantadas ao longo do dia: em caminhadas, passeios de carro, na escola etc. Se você encorajar a música em seu filho, essa forma de adorar a Deus pode ser integrada ao longo de todo o dia. Paulo escreve: “Que a palavra de Cristo habite em vocês ricamente em toda a sabedoria, ensinando e admoestando uns aos outros em salmos, hinos e cânticos espirituais, cantando com graça em seus corações ao Senhor” (Colossenses 3:16). O canto glorifica a Deus, faz crescer a Sua Palavra no seu coração e faz com que você ande na alegria do Senhor.

Outro componente da adoração é discutir a vida juntos. Compartilhe como foi seu dia e mostre como você viu Deus trabalhando em sua vida. Jesus compartilhou muito com Seus discípulos, apontando tarefas e objetos diários como grãos, luz, agricultura e muito mais para demonstrar e discutir verdades espirituais. Há muito a ser aprendido sobre Deus compartilhando sobre o dia uns dos outros.

Claro, um componente chave da adoração é ler a própria Bíblia, de preferência uma tradução simples ou de livros de histórias - como histórias bíblicas escritas para crianças ou histórias que falam sobre Deus ou ensinam a moral bíblica na vida real. Ambos os tipos de leitura são edificantes para as crianças. Os pais podem ser tentados a ler apenas versões de livros de histórias da Bíblia para seus filhos. Ainda assim, é bom começar a ler as Escrituras juntos desde tenra idade, para que possam começar a apreciar e se acostumar com a própria Bíblia. Ao ler a Bíblia, seu filho ganhará uma consciência bíblica do mundo e começará a ver como as escrituras podem se aplicar à vida cotidiana. As crianças aprenderão o certo do errado, bem como aprenderão sobre o caráter de Deus. Este nível de aprendizagem só pode ser alcançado

expondo seu filho à própria Bíblia. Os pais podem ler para bebês e crianças pequenas, mas à medida que os filhos crescem, o culto familiar também pode ser um bom momento para praticarem a leitura por si próprios. Ao lerem juntos, façam perguntas sobre a leitura e respondam às perguntas que eles possam ter. Envolver-se com as histórias e discutam juntos.

Recomendamos começar cada dia com uma breve adoração em família para convidar Deus a entrar em sua casa e em seu coração. A adoração matinal não precisa durar mais do que dez minutos e deve ser centrada no que seus filhos se identificam melhor. Você pode cantar algumas canções ou ler uma parte das escrituras ou um livro de histórias infantis da Bíblia e terminar com uma oração. Adorações familiares mais longas (30 minutos ou menos) podem ser uma boa maneira de terminar o dia juntos à noite.

No livro “Oração” de Ellen White, ela escreve: “O culto em família não deve ser governado pelas circunstâncias. Você não deve orar ocasionalmente e, quando tiver um longo dia de trabalho a fazer, negligencie-o. Ao fazer isso, você leva seus filhos a considerarem a oração sem consequências especiais. A oração significa muito para os filhos de Deus e ofertas de agradecimento devem ser feitas diante de Deus de manhã e à noite. Diz o salmista: 'Venha, cantemos ao Senhor: façamos um barulho alegre à rocha da nossa salvação. Vamos estar diante de sua presença com ações de graças e cânticos de alegria com salmos. Pais e mães, por mais urgentes que sejam seus negócios, não deixem de reunir sua família em torno do altar de Deus”.

O culto familiar é de extrema importância para o desenvolvimento de uma cosmovisão bíblica em seu filho. Vocês podem orar juntos, ler juntos, cantar juntos e compartilhar juntos. Esta é uma maneira maravilhosa de moldar a perspectiva de seu filho sobre Deus e o mundo, solidificando melhor sua visão de mundo bíblica.

## CONCLUSÃO

O relacionamento exige muito trabalho, compromisso e paciência. Isso não acontece da noite para o dia. Como pai, porém, o relacionamento que você tem com seu filho é o fator mais forte para transmitir uma cosmovisão bíblica a eles. Assim, vale a pena o tempo e o esforço.

O amor que você mostra ao seu filho, o tempo que você passa em oração em nome dele, a experiência de adorar juntos, tudo isso contribui para o crescimento do seu filho em Cristo. Ellen White escreve em “Evangelismo”: “Por sua maneira de lidar com os pequeninos, você pode, pela graça de Cristo, moldar seu caráter para a vida eterna, ou, por meio de ação errada, você pode dar-lhes a impressão de um caráter satânico. Nunca aja por impulso ao ensinar crianças. Deixe que autoridade e afeto se misturem. Aprecie e cultive tudo o que é bom e amável e leve-os a desejar o bem maior, revelando Cristo a eles”.

Quanto mais amor você demonstrar ao seu filho, mais amor ele terá por Deus. É simples assim. Reserve tempo para seu filho, ouça-o, mostre respeito por ele e mostre o melhor que ele tem a oferecer.

## REFERÊNCIAS

Todas as citações da Bíblia foram tiradas da NVI.

Ellen White, A Ciência do Bom Viver, (Nampa, ID: Pacific Press Publishing Association, 2003), 380.

Cheri Fuller, Abrindo as janelas espirituais de seu filho: ideias para nutrir o relacionamento de seu filho com Deus (Grand Rapids, MI: Zondervan, 2001), 26.

Conforme citado em Dustin McClure, “Helping Kids Keep the Faith,” Fuller Youth Institute, recuperado em 28 de março de 2019, <https://fulleryouthinstitute.org/articles/helping-kids-keep-the-faith>.

Karyn Henley, Child-Sensitive Teaching (Cincinnati, OH: The Standard Publishing Company, 1997), 31.

Você pode encontrar muitas ideias para mostrar a seus filhos que os ama. Aqui estão dois ótimos sites para começar a dar ideias: <https://afineparent.com/positive-parenting-faq/101-simple-ways-to-love-your-child.html>; <https://www.lifehack.org/articles/lifestyle/10-little-way-show-your-children-you-love-them-every-day.html>.

Para obter mais ideias sobre o que orar por seus filhos, veja o que Lisa Jacobson escreve em <https://club31women.com/12-powerful-verses-pray-children/> e Nancy Jergins em <https://www.imom.com/10-maneras-de-orar-por-seu-filho/#.XIGTx2hKhPY>

Ellen White, Adventist Home (Silverspring, MD: Review and Herald, 2002), 204.

Ellen White, Child Guidance (Washington, D.C: Review and Herald Publishing Association, 1954), 519.

The Youth Instructors Articles, (Morrisville, NC: Lulu Press Incorporated, 2013), 1238.

Observe também Efésios 5: 18b, 19: “mas sede cheios do Espírito, falando uns com os outros em salmos, hinos e cânticos espirituais, cantando e entoando melodias em seu coração ao Senhor”.

Wesley Haystead, Everything You Want to Know About Teaching Young Children: Birth — 6 Years (Ventura, CA: Regal Books, 1989), 12-13.

Ellen White, Prayer (Nampa, ID: Pacific Press Publishing Association, 2002), 189.

Ellen White, Evangelism (Silverspring, MD: Review and Herald, 2003), 582.

# O IMPACTO DAS EXPERIÊNCIAS ADVERSAS NA INFÂNCIA

POR INGRID WEISS SLIKKERS E ERICK PENA

## INTRODUÇÃO

Foi no final da década de 1990 que o estudo de Experiências Adversas da Infância (EAIs- <https://www.cdc.gov/violenceprevention/aces/index.html>), através do CDC-Kaiser Permanente, foi feito. Essa pesquisa inovadora abriu a porta para a realidade de que os desafios da infância e da casa, incluindo, mas não se limitando a, abuso, negligência e até divórcio, podem impactar dramaticamente a saúde e o bem-estar de uma pessoa ao longo da vida. Muito trabalho foi feito desde 1997 para estudar mais e, subsequentemente, reduzir o impacto dos EAIs. Mas a triste verdade é que, embora muito esforço tenha sido feito para combater experiências adversas, as EAIs ainda são muito prevalentes hoje e até mesmo nossas próprias congregações são tocadas. Apesar desse estudo ter sido feito nos Estados Unidos, suas implicações são transferíveis para todas as áreas ao redor do globo e nos dão motivos para fazer uma pausa.

Então, as EAIs podem ser reduzidas? Esse é claramente o objetivo e deve ser enfatizado e trabalhado incansavelmente. No entanto, considerando o difícil estado de nosso mundo, gostaríamos de sugerir que nosso foco também deveria ser em diminuir o impacto dos EAIs, amortecendo essas experiências negativas com as positivas intencionais. “A pesquisa demonstra que experiências positivas e adversas moldam o desenvolvimento do cérebro e a saúde ao longo da vida” (Bethell, Jones, Gombojav, Linkenbach, & Sege, 2019). Em um estudo que usou dados acumulados pela Pesquisa de Fator de Risco Comportamental de Wisconsin de 2015, os pesquisadores concluíram que “avaliar e promover de forma proativa as Experiências Positivas

---

Ingrid Weiss Slikkers, LMSW, CCTP, CFTP é Professor Assistente e Diretor Executivo do Centro Internacional de Educação e Cuidado do Trauma da Escola de Trabalho Social da Andrews University em Berrien Springs, Michigan, EUA.

Erick Pena, MDiv, MSW está atualmente trabalhando em um centro comunitário de saúde mental que fornece terapia para crianças e adolescentes em South Bend, IN, EUA.

da Infância (EPIs) pode reduzir a mentalidade do adulto e problemas de saúde relacionais, mesmo na presença simultânea de EAIs” (Bethell, Jones, Gombojav, Linkenbach, & Sege, 2019).

Este capítulo discutirá brevemente as sete experiências positivas da infância sugeridas pelos pesquisadores mencionados e publicadas pelo *Journal of American Medical Association Pediatric*, aplicando-as especificamente em nosso contexto Adventista do Sétimo Dia. É nossa esperança que, como cristãos, a clareza da conexão com nossas práticas de fé promova um senso de reorientação e energia em nossa intencionalidade de implementação.

## 1. A HABILIDADE DE FALAR SOBRE SENTIMENTOS

As crianças precisam se sentir à vontade para falar sobre se estão com medo, alarmadas, tristes, felizes ou animadas. Como adultos, precisamos normalizar, refletir e ensinar o reconhecimento e o controle dos sentimentos. Estamos parando e discutindo quais emoções nossos heróis da Bíblia sentiram? Mesmo permitindo emoções mistas. Como os filhos de Israel se sentiram quando começaram a cruzar o Mar Vermelho? Animados? Admirados? Um pouco assustados? Precisamos permitir a presença e o reconhecimento de todos os sentimentos, mesmo na presença de nossa fé e crença. Saber onde esses sentimentos são sentidos no corpo pode ajudar a melhor identificá-los e expressá-los com precisão. Verificações estruturadas de sentimentos são ideais e se tornam parte da cultura de cuidar uns dos outros.

## 2. UMA EXPERIÊNCIA SENTIDA QUE A FAMÍLIA MANTERÁ DURANTE TEMPOS DIFÍCEIS

As crianças precisam saber que não importa o que façam ou o que aconteça com elas, elas têm uma família que estará lá para ajudá-las. Uma família que não se abandonará quando as coisas ficarem difíceis, mas que se manterá mais firme do que nunca. Para alguns, esse conceito pesa muito sobre o que “família” significa. Muitos ficam preocupados porque os pais solteiros ou os avós criam um filho que não se enquadram na norma. Mas observe que a mensagem é “família”, não menciona quais membros. Os pesquisadores há muito estabeleceram a importância de provedores de cuidados primários e de afeto. Mesmo que a família esteja passando por circunstâncias devastadoras, há algum membro da família que estará presente nos bons e maus momentos (isso não significa que eles tenham que ter todas as respostas ou soluções, simplesmente estar lá é o que é importante)?

## 3. PARTICIPAR NAS TRADIÇÕES COMUNITÁRIAS

Participar de atividades comunitárias é outra experiência que pode atenuar os efeitos das EAIs. A participação nas tradições da comunidade ou da igreja pode esclarecer e fortalecer os valores familiares e ajudar a fornecer fontes de identidade. As tradições da comunidade e da igreja podem ajudar as famílias a se unirem mais e isso tem sido visto no decorrer da história e

culturas. As tradições ajudam a dar às crianças uma sensação de segurança em um mundo tão caótico. Começando com os escritos de Ellen White e como uma denominação adventista, temos celebrado e incentivado tradições, pequenas e grandes. O que podemos fazer para continuar a apoiar que nossas comunidades sejam capazes de fazer isso?

#### 4. SENSAÇÃO DE PERTENCIMENTO

A adolescência é uma fase crítica e delicada da vida de uma pessoa. Este é o estágio em que os jovens estão tentando descobrir o que está acontecendo em seus corpos e quem eles são. Sentir que pertencem a um ambiente pode realmente se tornar um fator na forma como lidam com o estresse prejudicial em suas vidas. Pode parecer óbvio que nossos colégios trabalham intencionalmente nisso, mas nem todo adolescente consegue frequentar nossas escolas ou mesmo sentir isso. Aqui, novamente, podemos ver o impacto positivo que um grupo de jovens, grupo de canto ou até mesmo um estudo bíblico semanal em uma casa pode causar.

O Modelo de Cuidado do Santuário é um modelo secular desenvolvido pela psiquiatra Sandra Bloom (<https://www.thesanctuaryinstitute.org/about-us/the-sanctuary-model/>) para promover a segurança e a recuperação na adversidade. No fundo, esse modelo nos lembra da importância de, ao invés de perguntar, "o que há de errado com você?" como sociedade, perguntamos: "o que aconteceu com você?" Trazer essa questão para o primeiro plano pode ajudar os alunos do Ensino Médio a desenvolver empatia uns pelos outros e, como um subproduto, aumentar o sentimento de pertencimento durante esta fase crucial da vida.

#### 5. SENSAÇÃO DE SER APOIADO PELOS AMIGOS

Os humanos são seres relacionais. Quando Deus criou Adão, Ele deixou claro que não era bom para os humanos ficarem sozinhos (Gênesis 2:18). Embora muito tempo tenha se passado desde que Deus expressou essas palavras, elas continuam sendo verdadeiras hoje. A sensação de ser apoiado por amigos é uma parte essencial da construção da resiliência. É tão importante que até mesmo Jesus, o cordeiro perfeito de Deus, o usou em seu benefício. Jesus tinha pelo menos três amigos íntimos em Pedro, Tiago e João. Existem várias sugestões que uma rápida pesquisa na Internet mostrará quanto ao número de amigos necessários para ser saudável. A maioria parece concordar que 2-3 amigos íntimos são vitais. Estamos incentivando e ensinando nossos jovens a ter relacionamentos profundos com algumas pessoas em vez da necessidade de ter centenas de amigos superficiais nas redes sociais?

#### 6. TER PELO MENOS DOIS ADULTOS (NÃO OS PAIS) QUE GENUINAMENTE SE PREOCUPAM

A resposta de indivíduos que tiveram uma pontuação EAI alta, mas que foram capazes de controlar os efeitos do trauma e viver uma vida produtiva, mostra a importância dos relacionamentos-chave. De acordo com esse estudo, ter pelo menos dois outros adultos que genuinamente se preocupam com uma criança é tão importante quanto ter pais ou um pai que faz o mesmo. As congregações da igreja são um terreno fértil para as crianças construírem relações

saudáveis fora do círculo familiar. Uma comunidade de igreja genuína pode fornecer a influência externa de que as crianças precisam para crescer e prosperar. A questão surge novamente: o que estamos fazendo para garantir intencionalmente que isso está acontecendo?

## 7. SENTINDO-SE SEGURO E PROTEGIDO POR UM ADULTO EM CASA

Ninguém pode argumentar contra a importância da segurança de uma criança em casa. O lar deve ser um lugar de refúgio, um lugar onde o mundo hostil está trancado do lado de fora, e aqueles dentro das paredes da casa são amados e protegidos, mesmo que não seja a perfeição. Novamente, às vezes surge a questão de "e se eu não tiver a casa ideal com ambos os pais?" Leia o subtítulo novamente. Diz "adulto". Pode até ser um irmão adulto que ainda mora em casa, e que pode ter um impacto positivo significativo. Podemos compartilhar essa mensagem com todos?

## CONCLUSÃO

Todos nós desejamos uma família e um ambiente perfeitos para cada criança, mas sabemos que isso não é realidade e que nosso inimigo vem atrás de nossos filhos. Mas suponha que os princípios dessas sete experiências positivas sejam posteriormente incorporados intencionalmente a tudo o que fazemos como comunidade adventista, de relacionamentos a programas? Com a ajuda de nosso Senhor e Salvador, o adventismo se tornará um catalisador para a construção de resiliência em nossos lares, na igreja, na comunidade e no mundo.

## REFERÊNCIAS

Bethell, C., Jones, J., Gombojav, N., Linkenbach, J., & Sege, R. (2019, 9 de setembro). Experiências positivas na infância e saúde mental e relacional de adultos em uma amostra estadual: associações entre níveis de experiências adversas na infância. *JAMA Pediatrics*, 173 (11).

Centros de Controle e Prevenção de Doenças. (setembro de 2021). Estratégia de prevenção de experiências adversas na infância. <https://www.cdc.gov/violenceprevention/aces/index.html>

Conexão PACEs. <https://www.pacesconnection.com/>

Sanctuary Institute. O modelo do santuário. <https://www.thesanctuaryinstitute.org/about-us/the-sanctuary-model/>

# A VISÃO BÍBLICA DA SEXUALIDADE HUMANA

POR ROBERTO IANNÒ

## INTRUDUÇÃO

Este ensaio visa estimular uma reflexão psicológica e espiritual sobre o valor da sexualidade como um presente para a intimidade do casal e, ao mesmo tempo, como meio de crescimento espiritual para compreender melhor como Deus ama a humanidade.<sup>1</sup>

Essa dúade - sexualidade e espiritualidade - parece tão atipicamente montada e estranha ao pensamento religioso comum. Além disso, não é de admirar, porque tendemos a ser filhos da cultura grega, que eleva o invisível - isto é, a alma - a um valor eterno e espiritual, e reduz o tangível - isto é, o corpo - à baixeza carnal. Dentro desse paradigma, invocamos, sem saber, tabus, censuras e constrangimentos pessoais a ponto de excluir, para alguns de nós, a sexualidade dos dons da criação. Ou, pelo menos, aceitar a sexualidade como criada por Deus, mas de alguma forma negada a Adão e Eva até o fim do primeiro sábado. Essa é a essência na qual surge a questão adventista única, se um casal pode ter momentos íntimos durante as horas sagradas do sábado.

## SEXUALIDADE NA BÍBLIA

No entanto, na Bíblia, não encontramos nenhum traço dessa tensão. A sexualidade é reconhecida como um dom de Deus e um dos meios dados à humanidade para conhecer a Deus e seu amor pela humanidade. Um texto, entre muitos, encontrado em Ezequiel 16:7,8, narra a aliança de Deus com os Filhos de Israel nos seguintes termos amorosos:

---

Roberto Iannò, DMin(c), é o Diretor do Departamento de Ministérios da Família da União Italiana dos Adventistas do Sétimo Dia em Roma, Itália.

“(…) E eu a fiz crescer como uma planta no campo. Você cresceu e se desenvolveu e se tornou a mais linda das joias. Seus seios se formaram e seu cabelo cresceu, mas você ainda estava totalmente nua. ‘Mais tarde, quando passei de novo por perto, olhei para você e vi que já tinha idade suficiente para amar; então estendi a minha capa sobre você e cobri a sua nudez. Fiz um juramento e estabeleci uma aliança com você, palavra do Soberano Senhor, e você se tornou minha”.

Esse texto me comove. Mostra que Deus não se envergonha de mencionar partes do corpo feminino - seios - criados não apenas para amamentar, mas também para despertar emoções amorosas em seu marido. Essa realidade eleva a intimidade entre marido e mulher à história teológica do amor de Deus pela humanidade. Deus descreve, passo a passo, os blocos de construção da atração e do compromisso sexual: da observação cuidadosa sobre o crescimento ao namoro; de um relacionamento de aliança à intimidade sexual.

Até o apóstolo Paulo faz uma declaração ousada em 1 Coríntios 7:5. A mensagem bíblica é clara quando declara: “Não se privem uns dos outros, exceto talvez por mútuo consentimento e por algum tempo, para que se dediquem à oração. Depois, reúnam-se novamente para que Satanás não os tente por causa de sua falta de autocontrole”. Aqui, Paulo enfatiza que nossa vida de oração e sexualidade são parte integrante de um todo. Gary Thomas comenta essa passagem declarando: “Use o casamento da maneira que Deus o planejou. Satisfaça suas necessidades sexuais fazendo amor com seu cônjuge. Então sua mente e alma estarão mais abertas à oração”.<sup>2</sup>

Seguindo a análise entre espiritualidade e sexualidade compartilhada acima, Ellen White oferece sua própria associação entre intimidade e realidades celestiais quando afirma: “Os anjos de Deus serão hóspedes no lar, e sua presença sagrada santificará a câmara matrimonial”.<sup>3</sup> É claro, muitos casais não só ficariam com vergonha de pensar que Deus os está observando em seu quarto, mas também podem ser fortemente inibidos por essa noção.<sup>4</sup>

## **SEXUALIDADE COMO FORMA DE COMPREENDER O AMOR DE DEUS PELA HUMANIDADE**

Se pudermos aceitar a ideia de que a sexualidade tem sua legitimidade no contexto espiritual, podemos descobrir suas diferentes nuances. À medida que crescemos no aprendizado de como amar nosso cônjuge - um amor que é, ao mesmo tempo, espiritual e físico - também podemos descobrir os vários aspectos do amor de Deus pela humanidade.

## UM DOM

Como Deus - para amar a humanidade - se dá; também, maridos e esposas - no amor conjugal - devem lembrar que a sexualidade é fundamentalmente uma dádiva de si mesmo. Esse princípio divino tem origem no conhecido texto de João 3:16 que diz: “Porque Deus amou o mundo de tal maneira que deu o seu Filho unigênito, para que todo aquele que nele crê não pereça, mas tenha a vida eterna”. Evidentemente, o texto descreve o amor maduro, não egocêntrico, mas aberto à alteridade da pessoa amada. Esse modelo de sexualidade se distanciou do tipo encontrado inicialmente nas formas juvenis, caracterizadas principalmente pelo desejo de possuir o outro. Seja sobre a garota mais bonita da escola, ou o garoto mais bonito e atlético que a faz se sentir bonita e apreciada.

## UM DEVER

Assim como Deus - ao amar a humanidade - se compromete com o dever, assim - no amor conjugal - a sexualidade é igualmente um dever do marido e da mulher um para com o outro. Quando pensamos em Deus e em Sua disposição para atender às nossas necessidades, presumimos que Ele sempre estará pronto para atender às nossas, mesmo quando não quiser. No entanto, a mesma noção paulina move nosso Criador e nos move: “O amor de Cristo nos constrange” (2 Cor 5:14). Esse duplo aspecto de “presente” e “dever” é evocado nos votos matrimoniais, “para o bem ou para o mal”. Assim, mesmo o ato sexual entre marido e mulher obedece à mesma lei, doada e, ao mesmo tempo, devida. Essa é a mensagem profunda do princípio compartilhada por Paulo quando diz: “A esposa não tem autoridade sobre o seu próprio corpo, mas o entrega ao marido. Da mesma forma, o marido não tem autoridade sobre seu próprio corpo, mas o entrega para sua esposa” (1 Cor 7:4).

Essa propriedade simétrica de um corpo nos lembra que nosso corpo - nossa sexualidade - não é apenas doado ao nosso cônjuge, mas também devida, pois ele/ela é aquele(a) a quem dedicamos toda a nossa vida. Ao mesmo tempo, esse relacionamento pode se tornar assimétrico quando um dos cônjuges deseja dominar o outro. No passado, eram os homens que tradicionalmente governavam as mulheres, decidindo “quando” e “como” ter relação sexual “na” - e não “com” - sua esposa, sem se perguntar se ela estava pronta para se entregar. Hoje, pode ser a mulher que, reagindo à dominação masculina injusta, pode se envolver em uma contrarrevolução declarando: “é o meu corpo”. Claro, sabemos que este não é um conceito bíblico da perspectiva masculina ou feminina. Essa realidade levanta a questão: como pode um casal experimentar o amor de Deus na sexualidade se um deles “domina” o outro, ou se um se distancia do outro? A sexualidade - permeada de espiritualidade - terá o cuidado de não participar de jogos de poder, onde “uma dor de cabeça” ou “um dia estressante de trabalho” se torna uma ferramenta para dominar ou evitar o outro.

## CUIDANDO

Como Deus - ao amar a humanidade, se adapta ao outro por meio da encarnação, um processo semelhante ocorre no amor humano conjugal. Visto que, ao amar nosso cônjuge, dramatizamos que a sexualidade também trata de nos adaptarmos ao outro.

Isso é o que um casal experimenta - especialmente em sua dimensão íntima - quando reconhece suas peculiaridades sexuais - não apenas fisicamente, mas também emocionalmente. Homem e mulher - com suas limitações inerentes - experimentam o prazer físico de maneiras diferentes. No entanto, a sexualidade espiritualmente madura ensina os cônjuges a serem encarnados, a aprender e se adaptar à maneira do outro de vivenciar a sexualidade. O amor - como Paulo afirma - “não é egoísta” (1 Cor 13:5). O amor não impõe sua própria sexualidade ao outro - sustentando-o como o ideal - mas reconhece as diferenças e abraça os atos mutuamente benéficos do amor. Casais espiritualmente maduros aprendem a dialogar para compreender e responder às necessidades íntimas e sexuais de seu parceiro, pedindo a Deus sabedoria para responder a essas necessidades.

## UNIDADE

Assim como Deus - ao amar a humanidade - amado na perfeita unidade da tríade divina, também maridos e esposas, no amor conjugal - devem nutrir a, embora imperfeita, unidade da díade conjugal. A intimidade sexual é um dos presentes de Deus para o casamento, para que um marido e sua esposa - e vice-versa - nos poucos anos que terão juntos na Terra, sejam capazes de experimentar uma unidade quase simbiótica - mas diferenciada. Sendo jocosos, poderíamos dizer que um casal pode ter uma discussão antes ou depois da relação sexual, mas dificilmente durante ela. Isto porque se os maridos e as mulheres podem aceitar o presente que Deus lhes oferece em casamento, podem voltar a ver-se como uma unidade, podendo declarar: “Você agora é osso dos meus ossos e carne da minha carne” (Gn. 2:23).

Como tal, o ato sexual pode ser visto como a realização culminante de uma resolução de conflito entre marido e mulher e como o pré-requisito para essa reconciliação. No ato sexual, eles podem celebrar que são “mais” do que simplesmente discussões e desentendimentos. Maridos e esposas podem expressar um ao outro que não querem mais que nada crie o tipo de distância física entre eles que não permita que se vejam como sua outra metade. Eles podem declarar categoricamente que ao doar-se uns aos outros - mesmo antes que um problema seja completamente resolvido - eles acreditam de forma tangível no “nós” e no que ainda é bom sobre sua união.

## SEXUALIDADE E ALGUNS OBSTÁCULOS

Para desfrutar desse tipo de sexualidade - e não ter vergonha diante de Deus - nossa sexualidade deve ser purificada de experiências passadas, traumas ou apenas visões negativas a respeito.

Se alguém sofreu abuso, será difícil para essa pessoa ver a sexualidade como um presente - menos ainda - como um dever. Em vez disso, isso apenas evocará dor.

Se alguém teve experiências prematuras, pode ver a sexualidade como uma forma de ser aceito ou controlar outra pessoa - ambas dinâmicas típicas da sexualidade adolescente.

Se alguém foi exposto a pornografia prolongada, eles podem ver a sexualidade como um ato performativo - pior ainda - eles podem não ser capazes de ver a outra pessoa, pois ela será apenas um objeto de seus desejos.

Se alguém foi ensinado a controlar a outra pessoa, será difícil cuidar de seu cônjuge - mesmo no contexto sexual.

## CONCLUSÃO

A unidade sexual é - ou pode se tornar - uma experiência espiritual porque a outra é o “templo do Espírito Santo” (1 Coríntios 6:19). Porque mesmo na experiência sexual, os cônjuges cristãos devem se ver como corpos santificados nos quais o Espírito Santo está presente. Maridos e esposas poderiam entrar - física e espiritualmente - e experimentar a singularidade que Deus planejou para seu casamento. A sexualidade pode ser uma forma de agradar um ao outro e aprender a ser generosos um com o outro. Na sexualidade conjugal, maridos e esposas aprendem a dar por amor, não por obrigação, mesmo quando não têm vontade. Na sexualidade conjugal, maridos e esposas podem aprender que a fidelidade é tão importante quanto o prazer. Portanto, a sexualidade dentro de um casamento comprometido pode ensinar muito sobre Deus aos maridos e esposas, uma vez que a sexualidade foi criada intencionalmente por Deus e Sua impressão digital pode ser claramente identificada nesse presente para o casamento.

## REFERÊNCIAS

- 1 Thomas, G. (2000). *Sacred Marriage*. Grand Rapids, MI: Zondervan.
- 2 Ibid, p. 80.
- 3 White, E. G. (1952). *The Adventist Home* (p. 94). Nashville, TN: Southern Publishing Association.
- 4 Campbell, M. W. (2015). “Sex on the Sabbath,” in *Dialogue* 27.1, pp. 29-21.

# ARTIGOS REIMPRESSOS

— Nesta seção você encontrará artigos atemporais que são cuidadosamente selecionados para prepará-lo em uma ampla gama de assuntos.

# UM LAR ADVENTISTA ESPIRITUALMENTE VIBRANTE

POR WILLIE E ELAINE OLIVER

**QUANDO VOCÊ PENSA EM ALGUÉM** que influenciou sua fé, em quem você pensa?

Eu (Elaine) penso em minha avó, Gwendolyn Powell. Ela amava sua igreja, sua família e, acima de tudo, Jesus. Ela não conhecia estranhos e nunca perdeu uma oportunidade de compartilhar sua fé, com todos nós da casa ou qualquer pessoa que aparecesse em nossa porta: o carteiro, o reparador, o vendedor ou antigos e novos vizinhos. Agora, com certeza, ela iria seduzi-lo com seus maravilhosos produtos assados: biscoitos, bolos, pão/pãezinhos doces jamaicanos e guloseimas de coco. Lembro-me de sua disciplina espiritual de orar - três vezes ao dia. Ela estaria de joelhos à primeira hora da manhã e à noite. Mesmo com a tenra idade de 99 anos, ela ainda visitava enfermos, reclusos e idosos - orando com eles e por eles.

Eu (Willie) penso em meu pai — um pastor. Ele era um homem maravilhoso, cheio de alegria, paciência, bondade, sabedoria, um amor genuíno pelas pessoas e dedicação incondicional à sua família e a seu Deus. Todos pareciam confortáveis com ele porque ele não fingia nada. Ele estava confortável em sua pele e fazia aqueles que falavam com ele se sentirem confortáveis também. Quando criança, gostava de ouvi-lo cantar e orar em nossos cultos familiares. Seu canto era alegre e cheio de gratidão a Deus por Sua provisão, presença, paz e salvação. Ele gostava de visitar seus membros e vizinhos; ele era bem conhecido na comunidade como alguém que ajudaria em caso de necessidade. Jovens e velhos o procurariam para conselho e encorajamento. Ele era meu herói espiritual e modelo, que me fez desejar estar conectado ao Deus de quem ele falou, orou e pregou sobre Seu iminente regresso.

---

Willie Oliver, PhD, CFLE e Elaine Oliver, PhDc, LCPC, CFLE  
são diretores do Departamento de Ministérios da Família na Sede Mundial da Associação Geral dos Adventistas do Sétimo Dia em  
Silver Spring, Maryland, EUA.

Não havia nada que eu não pudesse falar com meu pai, e eu experimentei Deus por meio do cuidado que ele demonstrou por minha mãe, meus irmãos e eu.

Pessoas que influenciam nossa fé são pessoas em quem confiamos e admiramos. Podem ser membros da família, amigos próximos ou pessoas específicas que ganharam nossa confiança, como um membro da igreja ou um pastor.

Quando ouvimos palavras como: discipulado, missão, relacionamento e até evangelismo, geralmente olhamos para a estrutura organizacional - a igreja local. No entanto, nossas famílias de fé - nossas casas - podem ser centros de evangelismo para nutrir a fé em Deus e o compromisso futuro com a igreja.

Os lares de hoje são compostos de vários tipos de formações familiares. De acordo com U.S. Census Bureau, uma família se refere a "todas as pessoas que ocupam uma unidade habitacional". Portanto, você pode ter familiares que sejam parentes por nascimento, casamento ou adoção, além de amigos, parentes distantes, funcionários, colegas de trabalho, filhos adotivos, internos ou outros morando juntos em tal unidade.

As famílias também podem ser classificadas por tipos, como família nuclear, casa com apenas um dos pais, casa com família extensa, ninhos vazios, famílias com filhos bumerangues, adultos solteiros que vivem sozinhos, casais que coabitam, famílias do mesmo sexo e famílias urbanas.

Quando observamos as tendências nessas famílias do século XXI, podemos ver que é mais comum ter famílias com filhos bumerangues - jovens adultos casados que estão se mudando para a casa dos pais para economizar dinheiro. Adultos solteiros estão morando com colegas de quarto, e vários jovens adultos estão criando uma família urbana morando juntos.

Também vemos a geração do milênio atrasando o casamento e a família, e essa cultura pós-cristã está moldando nossos filhos e adultos. Isso se torna visível no declínio da frequência à igreja.

As pessoas estão usando muitos recursos disponíveis, como Facebook/YouTube /ou Podcasts para a formação da fé. Esses recursos tornam mais fácil investir na fé sem ir a uma determinada igreja. O acesso aos estudos bíblicos está disponível em várias fontes e não depende mais da igreja ou religião de alguém.

Reconhecemos que existem vários tipos de famílias que não se enquadram na construção tradicional ou estereotipada de família, que agora são mais a norma do que a exceção. A maioria das pessoas progredirá por meio de vários tipos de formações familiares ao longo de sua vida. Portanto, pastores e líderes de igreja devem ter interesse em tal diversidade de famílias, uma vez que a maioria de nossas igrejas as reflete. Cada um desses arranjos domésticos oferece oportunidades para discipular, nutrir e recuperar membros por meio da habilidade de formar rituais e relacionamentos dentro da família.

Em 2018, o Grupo Barna conduziu pesquisas em mais de 2.000 lares cristãos para descobrir como a fé é alimentada dentro das famílias. O estudo desdobrou ideias poderosas sobre como a fé é tratada em lares cristãos praticantes e determinou que todas as famílias podem ser categorizadas em quatro níveis de dinâmica espiritual: dormente, hospitaleiro, devocional e vibrante.

**Famílias dormentes** não falam sobre Deus ou fé juntas; eles não oram ou leem a Bíblia

juntos regularmente, e eles não recebem visitantes de fora da família regularmente. Este nível de vibração espiritual consistia em 28% de todas as famílias.

**Famílias hospitaleiras** recebem visitantes não pertencentes à família regularmente - várias vezes por mês - e eles podem participar de algumas atividades espirituais, mas nem todos participam regularmente. Esse nível de dinâmica espiritual incluiu 14% de todas as famílias.

**Famílias devocionais** falam sobre Deus ou fé juntos; eles oram e leem a Bíblia juntos regularmente, mas não recebem visitantes que não sejam da família várias vezes por mês. Um terço (33%) de todas as famílias pertenciam a este nível de dinâmica espiritual.

**Famílias vibrantes** conversam sobre Deus ou fé juntas; eles oram juntos, leem a Bíblia juntos regularmente e dão as boas-vindas aos visitantes que não são da família várias vezes por mês. Um quarto (25%) de todas as famílias consistia nesse nível de dinâmica espiritual.

### Níveis de Dinâmica Espiritual

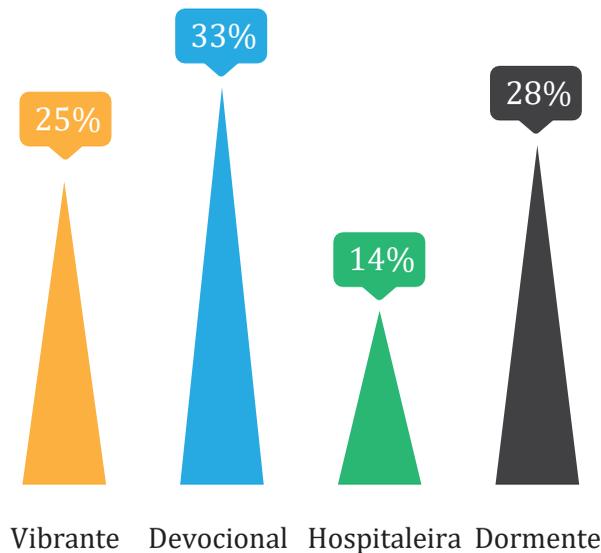


Figura 1. BARNA *Households of Faith* Study 2018, n=2,347

As descobertas da pesquisa de Barna também determinaram que, embora o tamanho, a forma e as tendências das famílias estejam mudando, o impacto da casa permanece o mesmo, pois continua a desempenhar um papel fundamental em instilar, nutrir e moldar a fé cristã. Ellen White declara em “A Ciência do Bom Viver”: “O bem-estar da sociedade, o sucesso da igreja, a prosperidade da nação, dependem das influências domésticas.”<sup>1</sup>

O tema central do estudo *Households of Faith*<sup>2</sup> expressou como os relacionamentos são essenciais para os cristãos praticantes que se envolvem em conversas reflexivas e transformadoras sobre a fé.

Um estudo anterior do Barna Group<sup>3</sup> realizado com 1.714 adultos norte-americanos em 2017, revelou que a maioria das pessoas reluta em falar sobre sua fé. Alguns acham que é pessoal e privado, alguns acreditam que é impróprio e outros simplesmente não estão interessados em

conversar sobre fé. Consequentemente, muitos cristãos têm relegado as conversas de natureza espiritual para a esfera privada e geralmente apenas com pessoas com as quais já tenham um relacionamento estabelecido, de preferência com familiares e amigos próximos. Essa pesquisa destaca o poder da intimidade na formação da fé; em outras palavras, as pessoas estão mais inclinadas a discutir sua espiritualidade com aqueles em quem confiam e conhecem bem.

Vejamos algumas outras descobertas importantes do estudo *Households of Faith* de 2018.

## **A PRESENÇA DE CRIANÇAS/MENORES CATALIZA A DINÂMICA ESPIRITUAL**

Como Jesus disse: “Deixai que as criancinhas venham a mim” (Mateus 19:14)<sup>4</sup>. Quando há crianças presentes, há um senso de curiosidade e admiração, o que leva a maiores oportunidades de compartilhar a fé e ter conversas significativas e espirituais. Pelo contrário, lares sem menores têm menos a dar e receber. Os membros da família são mais independentes; portanto, a interação precisa ser fomentada com a intenção de ter conversas reais e tempo de qualidade para o envolvimento religioso.

## **A FORMAÇÃO DA FÉ ESTÁ CONECTADA E AUMENTA COM A HOSPITALIDADE**

A hospitalidade é o principal indicador de uma casa espiritualmente vibrante. Quando as pessoas se reúnem, conversas acontecem, ideias são trocadas, conhecimento compartilhado e, portanto, é o lugar ideal para compartilhar Jesus e Suas bênçãos uns com os outros. Isso às vezes pode ser um desafio para famílias de casais que não têm filhos. Eles vivem estilos de vida mais isolados, onde trocas significativas acontecem entre os cônjuges, mas raramente com outra pessoa. Com atividades hospitaleiras intencionais, essas casas podem se tornar mais vibrantes. Outro grupo que luta contra a vibração espiritual são os jovens adultos solteiros que vivem juntos, geralmente como companheiros de casa. Eles têm interações espirituais mais esporádicas, mesmo que suas casas sejam hospitaleiras. Independente do contexto e/ou estação da vida, um lar espiritualmente vibrante pode ser nutrido.

## **CASAS ESPIRITUALMENTE VIBRANTES SÃO CARACTERIZADAS POR DIVERSÃO E TEMPO DE QUALIDADE**

As pessoas nessas casas comem juntas, compartilham tarefas domésticas, brincam e cantam juntas. Eles praticam esportes e gostam da companhia uns dos outros fazendo atividades domésticas comuns. Eles reservam tempo para interações religiosas, como adoração em família, oração e tempo de leitura da Bíblia. Vibram, também, com discussões não espirituais.

## A HERANÇA DA FÉ IMPACTA AS CRENÇAS E PRÁTICAS CRISTÃ A LONGO PRAZO

A fé transmitida é boa quando há uma conexão calorosa e emocional com a igreja. A luta espiritual ou luta contra a fé também pode ser um catalisador para o desenvolvimento da fé. Especialmente quando pode ser mesclado com memórias positivas de uma igreja.

Vamos dar uma outra olhada em como é uma casa espiritualmente vibrante.

Lares espiritualmente vibrantes têm tempo de qualidade significativo com seus familiares e colegas de casa, além de pessoas de fora da casa. Jantares em família, atividades divertidas, como jogos, canto, atividades esportivas e leitura de livros fazem parte de suas vidas. Essas famílias diferem das famílias devocionais e hospitaleiras porque combinam atributos devocionais e hospitaleiros. Eles têm a intenção de compartilhar atividades religiosas como adoração em família, oração e leitura da Bíblia. Eles falam sobre sentimentos e têm conversas espirituais; eles se envolvem em treinamento espiritual intencional. Os discipuladores procuram oportunidades de ter momentos de reverência com membros individuais da família; eles compartilham sobre o perdão de Deus, discutem a Bíblia, mantêm as tradições de fé da família e também podem encorajar a frequência à igreja.

### COMO SÃO AS NOSSAS CASAS?

Em 1990, 2000 e 2010, a *Value Genesis Research* estudou a fé e os valores de jovens que frequentavam escolas de segundo grau Adventistas do Sétimo Dia na América do Norte. Eles examinaram três aspectos da vida do adolescente: família, escola e igreja. A pesquisa *Value Genesis 2* revelou boas notícias sobre a família, pois aproximadamente dois terços dos adolescentes entrevistados relataram que sua vida familiar era feliz, amorosa, solidária e calorosa, o que é um ligeiro aumento em relação ao *Value Genesis 1*. Essas estatísticas são muito importantes porque continuam a emergir como preditores-chave de maturidade espiritual e lealdade denominacional de longo prazo.

### POR QUE OS MEMBROS SE TORNAM INATIVOS OU DEIXAM A IGREJA?

Em 2014, o Escritório de Arquivos, Estatística e Pesquisa (ASTR) na Associação Geral conduziu um estudo de pesquisa sobre membros antigos e inativos da igreja. Essa pesquisa foi chamada de “Estudo Deixando a Igreja”. Nesse estudo 48,9% de todos os participantes eram membros por 5 anos ou menos, 18,3% eram membros por 6 a 10 anos, 12,3% eram membros por 11 a 15 anos e 20,4% eram membros por 16 ou mais anos. Quando questionados sobre o motivo principal para deixar a igreja, 38% dos entrevistados relataram problemas de casamento e família como principais problemas de conflito, 33,6% relataram a morte dos pais e 4,3% a morte de outros membros da família. Outros 20% relataram conflito na igreja ou conflito com outros membros da igreja como razão para deixar a igreja. Mais da metade dos que deixaram a igreja relataram problemas de relacionamento como gatilhos primários. A maioria (82%) de todos os entrevistados relataram

frequentar a igreja pelo menos uma ou duas vezes por semana, com 36,2% frequentando mais de uma vez por semana e 45,8% frequentando apenas no sábado. Menos da metade (41,9%) relatou seu nível de engajamento na vida da igreja apenas como observador e um quarto (25,7%) como participante. Mais da metade (63,6%) afirmou estar envolvida em atividades espirituais, como adoração em família diariamente ou uma a três vezes por semana. Mais da metade (62,4%) orava diariamente e quase três quartos (72,1%) tinham estudo pessoal da Bíblia diariamente ou uma a três vezes por semana. Quando questionados se eles estão abertos para se reconectar à Igreja Adventista do Sétimo Dia, 63,8% relataram que são prováveis ou pouco prováveis de serem reconectados.

O estudo também revelou que 24% dos membros inativos simplesmente se afastaram sem um motivo específico. Os jovens adultos com 63,5% são o maior grupo de pessoas que pararam de frequentar a igreja. O segundo maior grupo com 35,1% é a geração de meia-idade.

Essas idades específicas indicam momentos de transição na vida das pessoas. Os jovens estão saindo de casa, concluindo a faculdade, morando sozinhos, se casando e tendo filhos. Os membros de meia-idade estão se tornando ninhos vazios e estão procurando um novo propósito na vida depois que seus filhos foram para a faculdade.

### Perfil dos membros que deixaram a IASD

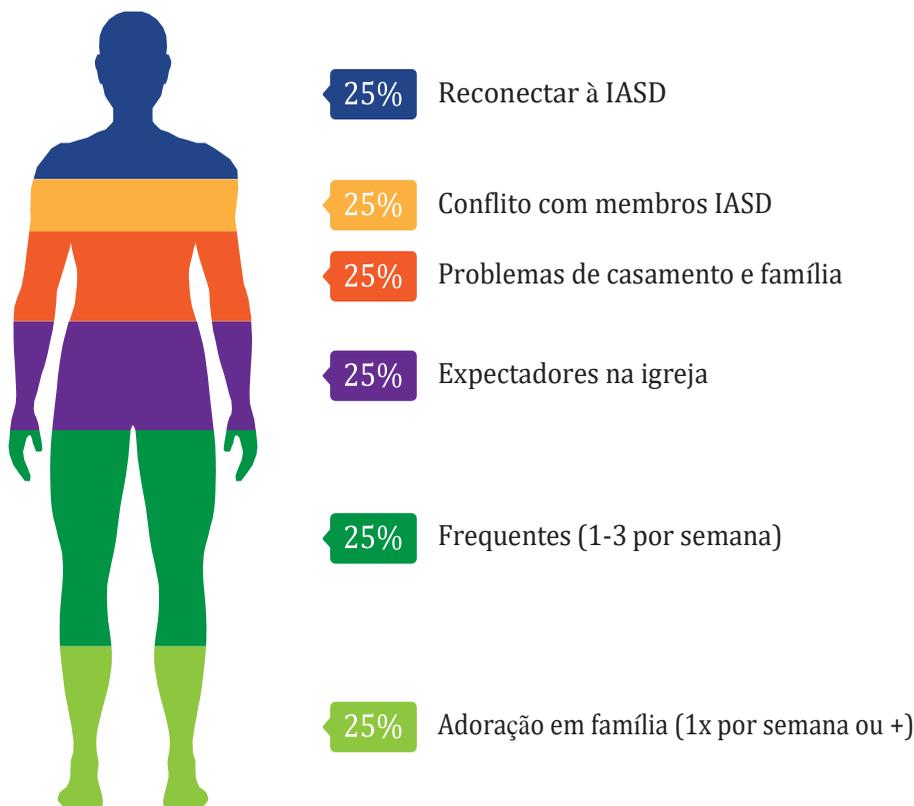


Figura 2. ASTR Study 2014 *Leaving the Church*, n=415

Roger Dudley declarou o seguinte no livro “Por que nossos adolescentes deixam a igreja”: “As razões para abandonar a igreja parecem estar altamente relacionadas. Aqueles que optam por se desconectar percebem a igreja como irrelevante porque sentem que não são aceitos e que suas necessidades são negligenciadas. Eles também se sentem inaceitáveis porque não percebem que sua igreja está tentando fornecer-lhes uma programação relevante e direcionada. O inconveniente de acordar cedo no sábado de manhã é outro indicador de que a igreja está alheia à realidade de suas vidas. Isso, combinado com vários problemas pessoais e uma aversão e desapontamento muito elevados com a percepção de intolerância, hipocrisia e condenação, afastaram os jovens adultos de sua igreja.”<sup>5</sup>

A declaração mostra que a igreja é vista de forma muito negativa pelos jovens que estão decidindo parar de frequentar a igreja. Como essa percepção negativa pode ser mudada?

Como um lar adventista espiritualmente vibrante pode ajudar a alimentar e reter os membros da igreja, especialmente a reter os jovens e o grupo de meia-idade?

A criação de um ambiente acolhedor e divertido tem um grande impacto na construção de relacionamentos significativos com os membros dentro e fora da família. Isso aproximará familiares e amigos e lhes dará oportunidades de compartilhar conversas sobre problemas da vida real e experiências de fé. Isso ajudará a aumentar a fé e a proporcionar um sentimento de ser valorizado e incluído. Quando as famílias abrem suas casas para outras pessoas na igreja, elas criam oportunidades únicas para mostrar amor e inclusão. Essas oportunidades podem ajudar as pessoas em risco de deixar a igreja a se sentirem valorizadas. Amigos recém-convertidos que estão incluídos no culto familiar e nas conversas de fé experimentarão práticas espirituais que podem não ter aprendido ao crescer e podem ajudá-los a se tornarem membros ativos na igreja.

No livro *Valuegenesis: Faith in the Balance*, Roger Dudley destaca a importância do culto familiar frequente ao declarar: “O culto familiar parece ser um fator significativo para ajudar os jovens a desenvolver uma fé profunda, rica e capaz de mudar vidas. É interessante que algo tão simples de fazer, como as devoções familiares regulares, possa ser tão útil. Pense no que poderia acontecer se esta atividade familiar fosse reinstaurada em cada casa?”<sup>6</sup>

O culto familiar adequado à idade que seja interessante, atencioso e aplicável em combinação com verdadeiros exemplos de hospitalidade é a chave para a retenção de nossos filhos na igreja. Criar memórias calorosas e significativas em conexão com a vida da igreja é um componente-chave para nutrição e retenção.

O treinamento espiritual pode fornecer oportunidades para conversas na vida real dentro da família ou com amigos da igreja na privacidade do lar. Pode mostrar o poder da fé em um ambiente intencional de cuidado e sem julgamentos. A honestidade sobre os sentimentos de mágoa ou culpa, decepções, solidão e perdão pode melhorar os relacionamentos e curar os relacionamentos rompidos. Ninhos vazios podem se tornar patrocinadores da família e fornecer treinamento espiritual para adolescentes na igreja ou famílias com crianças pequenas.

Tornar-se um anfitrião dos estudos de Liderança Espiritual no Lar ajudará outros pais a se tornarem treinadores espirituais. Dando aos pais dicas práticas sobre como conduzir sua família na leitura da Bíblia, conversas baseadas na fé e oração; ensinando-os a aplicar a Bíblia em suas

interações diárias com seus filhos pela prática do amor, perdão e cuidando uns dos outros; e também como criar oportunidades para discutir os princípios bíblicos que irão melhorar sua vida cotidiana e desenvolvimento espiritual.

O treinamento espiritual pode ajudar as famílias a lidar com os problemas familiares e, portanto, ajudar a nutrir e reter os membros da igreja.

Nos seguintes versículos, a Bíblia compartilha conhecimento sobre como se conectar e tratar outros:

“Que todas estas palavras que hoje lhe ordeno estejam em seu coração. Ensine-as com persistência a seus filhos. Converse sobre elas quando estiver sentado em casa, quando estiver andando pelo caminho, quando se deitar e quando se levantar” (Deuteronômio 6:6,7).

“Um novo mandamento lhes dou: Amem-se uns aos outros. Como eu os amei, vocês devem amar-se uns aos outros. Com isso todos saberão que vocês são meus discípulos, se vocês se amarem uns aos outros” (John 13:34, 35).

“Por isso, exortem-se e edifiquem-se uns aos outros, como de fato vocês estão fazendo” (1 Tessalonicenses 5:11).

“Sejam mutuamente hospitaleiros, sem reclamação” (1 Pedro 4:9).

Vamos levar a sério essas palavras de sabedoria e nos concentrar nas pessoas ao nosso redor. Quando ensinamos nossos filhos sobre a Bíblia a como desenvolver um relacionamento com Jesus, nossa fé também é fortalecida. Quando abrimos nossas casas e somos hospitaleiros, criamos oportunidades de compartilhar com outros o que Jesus fez por nós. Quando apoiamos e encorajamos outras pessoas, construímos relacionamentos e podemos até mesmo nos tornar amigos. Então, nossas casas serão casas vibrantes que impactarão as pessoas ao nosso redor, e podemos ver Deus trabalhando na vida uns dos outros.

Provérbios 24:3, 4 diz: “Pela sabedoria se edifica uma casa, e pelo entendimento é estabelecida; através do conhecimento, suas salas estão repletas de tesouros raros e belos”.

Que as informações apresentadas transmitam sabedoria e compreensão para produzir discípulos de Jesus Cristo espiritualmente vibrantes, Lares Adventistas espiritualmente vibrantes e igrejas espiritualmente vibrantes. Vamos dar o exemplo para que a fé que é sustentável se desenvolva e possa ser passada para a próxima geração.

“Sejam bondosos e compassivos uns para com os outros, perdoadando-se mutuamente, assim como Deus perdoou vocês em Cristo” (Efésios 4:32).

“E consideremo-nos uns aos outros para incentivar-nos ao amor e às boas obras” (Hebreus 10:24).

## REFERÊNCIAS

- 1 Ellen G. White, *A Ciência do Bom Viver* (Mountain View, Califórnia: Pacific Press Pub. Assn., 1905), p. 349.
- 2 Barna Resources, *Households of Faith* (2018), disponível em: [https://shop.barna.com/produtos / famílias-de-fé](https://shop.barna.com/produtos/familias-de-fe), acessado em 25 de novembro de 2019.
- 3 Barna Group, *Spiritual Conversations in the Digital Age* — Barna Group (2017), disponível em <https://www.barna.com/spiritualconversations>, acessado em 25 de novembro de 2019.
- 4 textos bíblicos neste artigo são da Nova Versão Internacional.
- 5 Roger L. Dudley, *Why Our Teenagers Are Leaving the Church* (Hagerstown, Md .: Review and Herald Pub. Assn., 2000), p. 66
- 6 Roger L. Dudley e V. Bailey Gillespie, *Valuegenesis: Faith in the Balance* (Riverside, Califórnia: La Sierra University Press, 1992).Press, 1992).

# TENHO VONTADE DE DAR A ELE UM PEDAÇO DA MINHA MENTE!

POR WILLIE E ELAINE OLIVER

## ASSUNTO

No próximo mês é nosso sexto aniversário, o que me leva a avaliar a qualidade do meu casamento. Meu marido é um cara legal, mas continua repetindo os mesmos erros. Às vezes eu acho que ele provavelmente não seja inteligente ou simplesmente não me entende. Quando digo "erros", não quero dizer que ele está me traindo ou algo assim. É mais como não prestar atenção às coisas que continuo pedindo a ele para cuidar da casa, ou às coisas que preciso que ele faça por mim e que me deixem saber que sou especial para ele. Às vezes, só sinto vontade de gritar com ele ou repreendê-lo, e honestamente às vezes faço isso, mas nada parece funcionar. Por favor ajude! Sinto que vou enlouquecer ou simplesmente deixar de me interessar pelo meu casamento, o que me assusta, pois temos uma filha e quero algo melhor para ela do que o que eu tive.

## RESPOSTA

A maioria dos relacionamentos que terminam em casamento experimentam certa excitação e euforia durante os primeiros dias após se conhecerem e se apaixonarem. É um espaço de fantasia e alegria extática sentida quando você está junto com outro ser humano. Os abraços e beijos, e às vezes mais, fazem um número em sua cabeça que faz você se sentir como se tivesse tirado a sorte grande e você se ouve dizendo: "temos muito em comum", quando tudo o que você está realmente dizendo é como você sente quando está no meio dessas experiências.

---

Willie Oliver, PhD, CFLE e Elaine Oliver, PhDc, LCPC, CFLE  
são diretores do Departamento de Ministérios da Família na Sede Mundial da Associação Geral dos  
Adventistas do Sétimo Dia em Silver Spring, Maryland, EUA.

Os sentimentos de alegria, euforia, deleite e felicidade inexplicável emergem nessas situações. Isso faz sentido porque todos precisam se sentir queridos, cuidados e que são especiais para outra pessoa. Seu relacionamento continuará a disparar, alimentado principalmente por hormônios produzidos naturalmente por seus corpos. Você pode criar uma sensação real quando estão juntos.

Tudo bem, nós sabemos, você superou esses sentimentos. Estamos ouvindo você dizer que está sempre se sentindo maluca hoje em dia por causa da falta de atenção de seu marido para com a vida de vocês. Você provavelmente tem vontade de gritar, berrar e dar para que ele possa se endireitar e voar direito. E você está no ponto em que está se perguntando o que aconteceu com o cara que trouxe flores para você, sempre se lembrou do seu aniversário - bem, provavelmente só havia um antes de você se casar - e fez você se sentir uma rainha? Atualmente, você provavelmente está se sentindo mais como a mãe e a empregada dele. Estamos acertando até agora?

Bem, antes de desistir de seu casamento, queremos convidá-lo a voltar e explorar o que fez com que seu marido quisesse se casar com você? Ele ainda é fundamentalmente a mesma pessoa com quem você se comprometeu? Suas respostas provavelmente são sim. Mas agora a vida se tornou mais complicada e complexa. Vocês dois precisam desenvolver mais paciência um com o outro. Vocês dois precisam ser deliberados sobre injetar gentileza e compreensão em seu casamento - muito - para se darem mais combustível para a jornada à frente, certo? Você também pode precisar se lembrar neste momento que se casou com um ser humano imperfeito e deve reformular a maneira como encara o seu casamento para preservar sua sanidade mental.

Embora às vezes frustrada, dar a ele um pedaço de sua mente não resolverá seu dilema nem melhorará a qualidade de seu casamento. Em vez disso, encorajamos você a manter uma conversa calma e civilizada com seu marido, ouvindo primeiro e depois falando. Convide-o a compartilhar seus sonhos e necessidades com você e pergunte o que ele precisa de você para que se sinta amado. É verdade que ele pode suspeitar e pensar que você está tramando algo. No entanto, assegure-lhe que você está simplesmente tentando ser uma esposa melhor criando um ambiente mais agradável em sua casa.

Lembre-se, você não pode controlar ou mudar seu marido, você só pode controlar sua resposta. E, ao criar uma atmosfera mais positiva em sua casa, é bastante provável que você influencie seu marido a se envolver mais e a se interessar pelo que você está dizendo. É claro que, se depois de tentar esse método por um tempo você ficar insatisfeito com os resultados, encontre um bom conselheiro cristão que possa ajudá-los a lidar com as reais necessidades de seu casamento neste momento.

Nós a encorajamos com as palavras da Bíblia em Colossenses 3:12-14 que afirmam: “Portanto, como os eleitos de Deus, santos e amados, revesti-vos de ternas misericórdias, benignidade, humildade, mansidão, longanimidade; suportando uns aos outros e perdoando-se uns aos outros, se alguém tiver queixa contra outro; assim como Cristo o perdoou, você também deve perdoar. Mas acima de todas essas coisas coloque o amor, que é o vínculo da perfeição”.

Você e seu marido continuarão em nossas orações.

# JÁ FOI VACINADO(A)? E AÍ?

POR WILLIE E ELAINE OLIVER

## QUAL É A ATITUDE CERTA PARA A VACINAÇÃO?

Ser ou não ser, eis a questão - uma frase do que é provavelmente o monólogo mais famoso do Hamlet de Shakespeare, Príncipe da Dinamarca. Muito possivelmente, o solilóquio mais famoso - uma forma erudita de dizer a palavra - na literatura inglesa.

## A PERGUNTA ATUAL

Alguém notou que o paralelo do século XXI com as palavras ilustres de Shakespeare é Codificar ou não codificar, esse é o desafio. No entanto, em 2021 - mais de 400 anos desde a época de Shakespeare - a conversa mais agonizante que as pessoas parecem ter consigo mesmas e com os outros no meio de uma pandemia mundial atroz é: Ser vacinado ou não, eis é a questão. Mais de um ano desde a descoberta do SARS-CoV-2 - a cepa do coronavírus que causa o COVID-19 - o mundo sofreu mais de 3 milhões de mortes em todo o mundo e cerca de 600.000 mortes nos Estados Unidos. Ainda assim, aparentemente não há fim à vista para muitos países - mesmo entre as economias mais avançadas - apesar da chegada de várias vacinas que afirmam ser o nosso caminho de volta a alguma semelhança com a normalidade que estávamos experimentando no mundo pré-pandêmico.

Para ter certeza, as vacinas COVID-19 são um assunto quente nas conversas nos dias de hoje. Particularmente fascinante é observar e ouvir as diferentes opiniões sobre as virtudes ou desvantagens de se obter ou não uma vacina. Uma razão aparente para as vozes concorrentes serem tantas e tão altas pode ter a ver – em parte – com a maravilha, o espetáculo e a sensação

---

Willie Oliver, PhD, CFLE e Elaine Oliver, PhD, LCPC, CFLE  
são diretores do Departamento de Ministérios da Família na Sede Mundial da Associação Geral dos  
Adventistas do Sétimo Dia em Silver Spring, Maryland, EUA.

de que as vacinas foram produzidas de forma rápida e eficaz ou não, dependendo de quem está falando ou fazendo a análise.

## ESTATÍSTICAS SOBRE O ASSUNTO

Nos Estados Unidos, o presidente Joe Biden, logo após assumir o cargo em 20 de janeiro de 2021, anunciou seu plano de vacinar 1 milhão de pessoas por dia nos primeiros 100 dias de seu mandato presidencial. Então, em 21 de abril de 2021, ele declarou que a nação se encaminhava para administrar 200 milhões de vacinas COVID-19 em seu 92º dia de mandato - o dobro de sua promessa inicial e em um tempo mais curto. O presidente exortou os empregadores de todo o país a oferecer licença remunerada para que seus trabalhadores recebam as vacinas como parte do esforço para aumentar as taxas de vacinação. À medida que as taxas de vacinação aumentaram nas semanas subsequentes, e com a disponibilidade de vacinas começando a ser maior do que a demanda, o presidente anunciou novos incentivos fiscais para que as pequenas e médias empresas ofereçam afastamento do trabalho para que seus funcionários possam receber as vacinas e ser capaz de se recuperar, no caso de quaisquer efeitos colaterais das vacinas.<sup>1</sup>

Paradoxalmente, a demanda por vacinas COVID-19 começou a diminuir, apesar do fato de que todo adulto americano agora era elegível para receber uma, e em um momento em que metade de todos os americanos elegíveis haviam recebido pelo menos uma dose da vacina.

### Sentimo-nos muito melhor depois de tomar a vacina do que se estivéssemos esperando para tomá-la.

A hesitação à vacina, uma relutância em tomá-la, foi observada, principalmente nos estados do extremo sul. Além dessa reserva, milhões de americanos optaram por não se inscrever para receber suas vacinas por uma série de outras razões, incluindo não se preocuparem com o problema de encontrar uma consulta online, ou preferindo esperar por resultados de pesquisas adicionais sobre os efeitos colaterais de longo prazo das vacinas.<sup>2</sup>

A ironia de viver no Planeta Terra é que enquanto um grupo de pessoas debate se deve ou não se beneficiar de um produto ou serviço que pode melhorar, proteger ou prolongar a vida, outro grupo não tem acesso ou tem acesso limitado aos mesmos bens ou semelhantes. Esse foi o caso com vacinas durante esta pandemia global. Digno de nota é que em 19 de fevereiro de 2021, cerca de 90 países tinham acesso a pelo menos uma vacina COVID-19. Naquele ponto, 10 países que compõem 60% do produto interno bruto global distribuíram 75% de todas as vacinas COVID-19. Ao mesmo tempo, o Dr. Ghebreyesus, diretor-geral da Organização Mundial da Saúde, e Henrietta Fore, diretora executiva do UNICEF, informaram que cerca de 130 países, com uma população total de 2,5 bilhões, ainda não distribuíram uma única dose.<sup>3</sup>

Qualquer pessoa que esteja se perguntando qual pode ser a posição oficial da Igreja Adventista do Sétimo Dia sobre as vacinas em geral, e as vacinas COVID-19 especificamente, pode tomar nota de um artigo na edição de 18 de dezembro de 2020 da Revista Adventista intitulada “COVID-19 Vacinas: Resolvendo Preocupações, Oferecendo Conselho.”<sup>4</sup> A declaração oficial da Igreja sobre a imunização “coloca forte ênfase na saúde e bem-estar. A ênfase Adventista na saúde é

Baseada na revelação bíblica e inspirada nos escritos de EGW (cofundadora da igreja), e na literatura científica revisada por pares”. Recomenda-se uma atitude "responsável" em relação à imunização/vacinação, informando que "nenhuma razão religiosa ou baseada na fé" existe para evitar "programas de imunização preventiva e protetora". A declaração continua enfatizando a importância da saúde da comunidade e da consciência individual: “Valorizamos a saúde e a segurança da população, o que inclui a manutenção da 'imunidade do rebanho'. Não somos a consciência de cada membro da igreja, e reconhecemos as escolhas individuais que são exercidas pelo indivíduo. A escolha de não ser imunizado não é e não deve ser vista como dogma nem a doutrina da Igreja Adventista do Sétimo Dia”.<sup>5</sup>

## OPOSIÇÃO À QUESTÃO

Apesar da pesquisa contínua dos Centros de Controle de Doenças (CDC) nos Estados Unidos, e apesar do conselho claro da Igreja sobre a questão das vacinas em geral e das vacinas COVID-19 em particular, monólogos zelosos, discursos apaixonados e enérgicos, fervorosos, e ideias furiosas continuam a ser ouvidas contra a vacinação. A resposta do CDC às perguntas sobre a segurança das vacinas COVID-19 é firme: “Milhões de pessoas receberam com segurança uma vacina COVID-19. Mais de 52 milhões de doses de vacinas COVID-19 foram administradas nos Estados Unidos de 14 de dezembro de 2020 a 14 de fevereiro de 2021. As vacinas COVID-19 são seguras e eficazes” (13 de abril, 2021).<sup>6</sup>

E a uma pergunta, especificamente sobre a eficácia da vacina Moderna COVID-19, o CDC respondeu: "Com base em evidências de ensaios clínicos, a vacina Moderna foi 94,1% eficaz na prevenção da COVID-19 confirmadas em laboratório em pessoas que receberam duas doses que não tinham evidência de estarem previamente infectadas” (5 de abril, 2021).<sup>7</sup>

## NOSSA RESPOSTA PESSOAL À PERGUNTA

Para nós mesmos, de bom grado compartilhamos nosso testemunho pessoal em relação às perguntas em nosso título Pergunta 1: “Já está vacinado?” Nós respondemos: “Sim!” Ambos recebemos nossa segunda dose da vacina Moderna em meados de fevereiro de 2021 e, exceto por sintomas leves semelhantes aos da gripe experimentados por Elaine após a injeção de reforço, não sentimos sinais de doenças e permanecemos livres de COVID-19.

Para a segunda questão colocada pelo nosso título, "E daí?" Nossa resposta é que nos sentimos muito melhor depois de tomar a vacina do que se ainda estivéssemos esperando para tomá-la. O que é ainda melhor é que, pela primeira vez em mais de um ano, pudemos nos juntar aos entes queridos, também vacinados, para um jantar em um restaurante favorito e trocar aqueles abraços calorosos que tínhamos ficado sem por mais de um ano. À medida que a pandemia continua, oramos sinceramente por mais compaixão da comunidade internacional, e por capacidade de adquirir vacinas para as populações. Nossas orações também continuarão a ascender a Deus por Sua intervenção providencial.

Vivendo nos Estados Unidos, onde milhões de pessoas ainda não receberam a vacina, continuamos a seguir os melhores conselhos científicos sobre uso de máscaras, distanciamento social e lavagem das mãos. Também persistiremos em outras práticas que são sempre boas: comer alimentos saudáveis, beber muita água, fazer exercícios regularmente, ter comunhão com Deus diariamente e almejar sete a oito horas de sono todas as noites. Além disso, continuaremos sendo fortificados a cada dia pelo conselho ideal da Escritura: “Não andeis inquietos com coisa alguma, mas em todas as situações, pela oração e súplica, com ação de graças, apresentai os vossos pedidos a Deus. E a paz de Deus, que excede a todo entendimento, guardará seus corações e suas mentes em Cristo Jesus” (Filipenses 4:6, 7).

## NOTAS

1 <https://apple.news/AWh3q5Wk2SwKYonrvD4EdEw?>

2 <https://apple.news/AbrJ8sqtRvWm4sYAYWI0ug>

3 <https://rdcu.be/cjb28>

4 <https://www.adventistreview.org/church-news/story15816-covid-19-vaccines-addressing-concerns,-offering-counsel>

5 <https://www.adventist.org/guidelines/immunization/>

6 <https://www.cdc.gov>

7 <https://www.cdc.gov>

# NÃO VAMOS DESPERDIÇAR A PANDEMIA

POR WILLIE E ELAINE OLIVER

Um ano em nossa atual crise mundial de saúde, pode ser a hora de perguntar "o quê", não "por que."

É difícil acreditar que foi um ano que o mundo como o conhecíamos literalmente parou bruscamente. Ainda parece surreal. Milhões de pessoas abrigadas no local, esperando e acreditando que, se todos fizéssemos nossa parte, a vida voltaria ao normal em apenas algumas semanas.

Em um relatório de outubro de 2020, *Stress in America™ 2020: A National Mental Health Crisis*, a *American Psychological Association* emitiu um alerta sobre o impacto do estresse pandêmico na saúde física e mental de longo prazo. Pesquisas revelaram que muitos americanos viram, e continuarão a ver, o declínio da saúde física e mental devido à sua incapacidade de lidar com o estresse da pandemia. Muitos experimentarão consequências de longo prazo, como doenças crônicas, depressão, ansiedade e abuso de substâncias. Além disso, durante a pandemia, os jovens adultos de 18 a 30 anos foram mais suscetíveis ao suicídio e a pensamentos suicidas. Pelo menos um em cada quatro pensou em se matar nos últimos 30 dias.

Essas estatísticas são muito assustadoras e desanimadoras. Alguns de nós podem estar perguntando: "Deus, por quê?" Talvez alguns estejam até pensando que Deus está nos punindo. Na terapia, muitas vezes incentivamos os clientes a perguntar "o quê" em vez de "por quê". A verdade é que nem sempre há uma resposta para o porquê (embora você possa insistir que existe), mas perguntar *o quê* revela um nível de autoconsciência que ajuda o cliente a participar de sua cura e a seguir em frente. Enquanto nós, cristãos, refletimos no ano passado sobre viver

com a pandemia COVID-19, talvez nos beneficiaríamos em fazer algumas perguntas do tipo "o quê". Aqui está um: o que aprendemos sobre nós mesmos, uns sobre os outros, sobre Deus e Seu plano final para nossas vidas? Aqui estão algumas das nossas lições:

**1. A fé em Deus é uma grande bênção.** A mente secular questiona a lógica da fé. No entanto, quando alguém está no meio de uma pandemia, a lógica não oferece consolo. Acreditar nAquele que pode acalmar a tempestade e confortar nossos medos é racional e transcendente. "Não se preocupe com nada; em vez disso, ore sobre tudo. Diga a Deus o que você precisa e agradeça a Ele por tudo o que Ele fez. Então você experimentará a paz de Deus, que excede qualquer coisa que possamos entender. Sua paz guardará seus corações e mentes enquanto você vive em Cristo Jesus" (Filipenses 4:6, 7).

**2. Valorize a família e entes queridos diariamente.** Já ouvimos essas palavras inúmeras vezes, mas depois de um ano de distanciamento social, separação de entes queridos e uma miríade de funerais de Zoom, talvez isso ressoe agora mais do que nunca. Em meados de março de 2021, 2,6 milhões de pessoas morreram em todo o mundo em um ano. Conhecíamos essas pessoas: eram nossos familiares, amigos, colegas de trabalho, vizinhos, balconistas de mercearia, enfermeiras, professores, médicos. Mas para aqueles que ficaram, cuide deles, estenda a mão, chame-os, ore com eles, abrace aqueles que você pode abraçar. (Observação: se você suspeitar que alguém que você conhece está pensando em suicídio, ajude-o a obter ajuda imediatamente: **#COVID19MHI**).

**3. O espírito humano é resiliente.** A resiliência se tornou o axioma do ano passado. Significa ter a capacidade de se adaptar bem e se recuperar das adversidades e dificuldades. Quem poderia imaginar que, um ano depois, ainda estaríamos praticando o distanciamento social, nos comunicando virtualmente, usando máscaras regularmente (embora a contragosto), navegando pela vida em um normal aparentemente novo? Somos mais fortes do que imaginamos e melhores juntos.

**4. Estamos em uma missão.** Apesar da ciência e de tudo o que sabemos sobre o coronavírus, muito ainda é desconhecido e aparentemente arbitrário. Por exemplo, por que uma mulher de 83 anos com doenças pré-existentes sobrevive depois de contrair COVID, mas uma mãe de dois filhos de 35 anos sucumbe a isso? Até agora, não há respostas para essas perguntas do tipo "por quê". No entanto, se perguntarmos "o quê", isso nos empurra para uma compreensão mais profunda do propósito de Deus para nós enquanto permanecemos aqui na Terra. Precisamos fazer mais justiça, amar mais, alimentar mais pessoas famintas, falar mais pelos que não têm voz e marginalizados, caminhar mais humildemente?

Nenhum de nós sabe qual será o efeito de longo prazo ou os efeitos residuais dessa pandemia. Com certeza, os estudos de pesquisa continuarão a revelar mais danos. No entanto, sabemos que Jesus voltará em breve. Não vamos desperdiçar a pandemia. Talvez Deus precise que nos vejamos com mais clareza, que confiemos Nele mais profundamente e façamos brilhar Sua luz com mais intensidade em um mundo que continuará a escurecer enquanto aguardamos Seu retorno. Ele promete uma coroa de ouro em troca das cinzas e alegria pela manhã. Planeje obter a sua!

# DIGA-ME COMO, DIGA-ME O PORQUÊ

POR STEPHEN BAUER

Um pai lamenta a perda de seu filho.

*Nas primeiras horas da manhã de 4 de janeiro de 2021, nosso vibrante e aparentemente saudável filho de 35 anos, Andrew, morreu inesperadamente durante o sono. Ele era um advogado corporativo de sucesso que exalava uma vida espiritual vibrante, era um ancião em sua igreja e era apaixonado por evangelismo pessoal. Embora eu seja pastor e teólogo, acho que o choque espiritual e a crise de fé que acompanham tal tragédia são reais e palpáveis. A morte prematura do meu filho não faz absolutamente nenhum sentido para mim. Este manuscrito é uma expressão da minha luta com este evento devastador —  
O autor.*

Como um pai compreende a ideia de que seu filho, que parecia ser o epítome da saúde e do vigor, foi arrebatado de si mesmo e de sua esposa pela morte? Apenas uma semana antes de sua morte, eu estava com ele em sua oficina no porão, ajudando-o a construir uma nova lareira para pendurar sobre seu fogão a lenha. Como isso pode ser? Entrei naquela mesma oficina horas depois de sua morte para recuperar uma chave de fenda, e lá estava a lareira, lixada e pronta para tingir, com a presilha francesa presa para a cola endurecer, as pinças ainda presas, esperando o fabricante terminar sua elaboração. O trabalho inacabado falou-me sobre a vida inacabada do meu filho.

Minha dificuldade em compreender sua morte vem, em parte, de viver com os privilégios da sociedade moderna. Há um século ou mais, os pais frequentemente enterravam seus filhos, mas os avanços na medicina e nas condições sanitárias de vida mudaram maravilhosamente as chances; agora esperamos que a norma seja sobrevivermos a nossos filhos. Portanto, a perda de Andrew traz grandes questões:

Por quê?

Algum dia saberemos o que causou seu falecimento prematuro?

Como Deus pode permitir que um jovem tão espiritual, dedicado e voltado para o ministério seja repentinamente retirado de nossas vidas sem aviso?

É tão injusto! Ele não merecia isso!

## LUTANDO PARA ENCONTRAR RESPOSTAS

Alguns responderiam que era a vontade de Deus que Andrew morresse agora. Essa visão fatalista de que “Deus quis” procura nos isolar de nosso medo do caos e da imprevisibilidade. Tenho dificuldade com essa perspectiva, no entanto. O Deus da Bíblia que eu conheço não pratica o mal para que o bem venha. Até mesmo o próprio apóstolo de Deus, Paulo, rejeitou a ideia de que fazer o mal para realizar algo bom é uma opção moralmente aceitável (veja Romanos 3:8).

Outra tentação é culpar Satanás por golpear Andrew para frustrar seu serviço a Deus neste mundo. Andrew e eu tínhamos nos aproximado muito um do outro nas coisas espirituais. Sua paixão por levar outras pessoas a conhecer o Deus que ele amava e serviu estava bem unido ao meu próprio coração pastoral. Perdi meu camarada espiritual e amigo, cuja caminhada com Deus me fortaleceu. Satanás pode estar descontente, mas ele não é uma divindade alternativa. O livro bíblico de Jó declara que Deus estabelece limites para o mal que Satanás pode fazer neste mundo.

Ao tentar dar um sentido semelhante à aparente vaidade e caos da vida, Salomão lamentou: “Vi que debaixo do sol a corrida não é para os ligeiros, nem a batalha para os fortes, nem o pão para os sábios, nem as riquezas para os inteligentes, nem favorecido aos que têm conhecimento, *mas o tempo e o acaso acontecem a todos*” (Eclesiastes 9:11; grifo do autor). \*Tempo e acaso. Eu não gosto do acaso. Por que estamos sujeitos ao acaso?

No Éden, Adão e Eva rejeitaram seus limites criados por Deus e sua posição como criaturas sob a soberania divina. Como um movimento redentor, Deus respondeu aumentando significativamente suas limitações para ajudá-los a ver que sua vida e existência dependem de um Deus maior e mais sábio do que eles. Como resultado, eles agora viveriam em um mundo no qual calamidades aleatórias e imprevisíveis afetariam todos os humanos - bons e maus - com todos, em última instância, sujeitos à morte. Mesmo se eu fosse o homem mais rico do mundo ou o político mais poderoso da Terra, ainda seria impotente para salvar e restaurar meu filho da morte. Ninguém escapa enfrentando a morte. Como tal, a vida em tal mundo não é justa, mas então, por que alguém deveria se preocupar com a justiça desta vida se não há nada além dela, exceto a inexistência? Nossas sensibilidades morais exigem algum tipo de destino eterno em que a qualidade moral de nosso estilo de vida realmente importa.

## REGRA SOBERANA DE DEUS

Embora Deus não faça o mal para realizar o bem, ele trabalha nessas tragédias e desastres para trazer o bem para aqueles que o amam (ver Romanos 8:28). Essas mágoas e preocupações com a justiça se tornam os instrumentos de Deus que confrontam você e eu com nossa impotência e nossa necessidade de um Deus amoroso maior e mais poderoso do que nosso eu finito. A boa notícia é que esta bolha terrena de caos em que vivemos é limitada e cercada pela regra soberana. A morte de Andrew está além do nosso controle, destacando nossa impotência e nos chamando a clamar a Deus na fé e na dependência.

Anos atrás, como instrutor de voo, tive um aluno praticando estol de potência total como parte do treinamento para emergências. Nessa manobra, a aeronave entrará facilmente em um giro se o leme não estiver certo. Para me qualificar como instrutor, aprendi a fazer giros de rotação tripla. Como meu aluno não via necessidade de instrução nessa manobra, fiquei quieto e deixei que ele nos colocasse em um giro para a esquerda, mas não deixei a aeronave sair do meu controle. Tudo que eu precisava fazer era dizer “meu avião”, assumir os controles e recuperar a aeronave. Foi um momento instrucional chave.

Da mesma forma, Andrew, enquanto dorme na morte, permanece cercado, não por frieza e desespero, mas pela soberania amorosa de Deus. Embora esteja além de nossa capacidade restaurar Andrew à vida, ele não está além do alcance do poder recriador de Deus. No momento, nossos corações e nosso mundo entraram em um giro de devastação e tristeza que está além do nosso controle. Algum dia, muito em breve, no entanto, Deus dirá: “Meu avião” e tomará o controle de nosso mundo e o recuperará. Então, conforme predito em Daniel 2 - uma profecia que Andrew amava - o reino de Deus virá sem ajuda humana, varrendo todos os reinos caóticos do mundo. Deus então enxugará nossas lágrimas e construirá seu próprio reino baseado nos princípios do amor abnegado, conforme demonstrado em Seu dom de Cristo. Assim como sua lareira inacabada, então, Andrew e sua vida inacabada dormem silenciosamente na oficina do porão de Deus, aguardando o chamado de seu Criador para a vida eterna em glória e plenitude recém-descoberta. Nossa dor e escuridão nos chamam para andar com Deus como Andrew fez, então nós também podemos experimentar aquela transformação final de mortal para imortal na última trombeta.

## AGUARDANDO O RETORNO DE JESUS

Até aquele grande dia, aqueles que amam Andrew sentam-se na escuridão e no buraco negro da tristeza e da dor, no vale da sombra da morte. Em nossas trevas, a voz de Deus fala por meio do profeta Miquéias: *“Não se alegre a minha inimiga com a minha desgraça. Embora eu tenha caído, eu me levantarei. Embora eu esteja morando nas trevas, o Senhor será a minha luz”* (Miquéias 7:8).

Por enquanto, eu, junto com cada membro da família de Andrew e seus amigos, estou sentado na mais profunda escuridão. Sentirei muita falta de nossa camaradagem espiritual. Sentirei falta de discutir seus preparativos para o sermão com ele. Sentirei saudades dos telefonemas em busca de ajuda de como usar uma determinada ferramenta ou realizar um determinado projeto. Sentirei falta de aprender sobre suas últimas leituras e pesquisas. Sentirei muita falta de suas visitas a nossa casa e de sua alegre ajuda no trabalho árduo em nossa casa. Sentirei falta de seu intelecto e humor. Cuidarei do precioso presente de minha nora, que ele trouxe para nossa família. Ele era meu filho amado, de quem estou muito satisfeito!

*Oh, Deus, eu sento na escuridão. Seja minha luz, agora. Oh Deus, nós sentamos na escuridão. Seja nossa luz, agora mesmo. Ajude-nos a encontrar a mesma luz que iluminou a vida de Andrew com alegria, significado e propósito. Amém.*

\* As citações das escrituras marcadas como ESV são da Bíblia Sagrada, Versão Padrão em Inglês, copyright © 2001 da Crossway Bibles, uma divisão da Good News Publishers. Usado com permissão. Todos os direitos reservados.

# ORAÇÕES NO CHÃO

POR STEPHEN BAUER

O silêncio de Deus não significa que Ele não se importe.

Perder seu filho para a morte é um dos maiores traumas da experiência humana. Ele atinge sua psique e alma com uma força bruta e selvagem que não pode ser expressa de forma adequada. Em minha jornada, o trauma ultrapassou minha capacidade emocional de processá-lo, muitas vezes causando dormência emocional que tornava virtualmente impossível chorar. Eu ficava me perguntando: “O que há de errado comigo?”

Além da confusão emocional, um impacto inesperado de ser golpeado por tamanha dor foi o impacto em minha vida espiritual. Em crises anteriores, incluindo a morte de nossos pais, minha caminhada com Deus foi um recurso que me ajudou a superar a aflição. Perder nosso filho no auge de sua vida, no entanto, causou estragos em minha experiência espiritual. Eu lia minha Bíblia em busca de conforto e força, mas as passagens que li pareciam palavras sem vida na tela ou no papel. Eu orava e minhas orações não tinham energia para subir em direção ao teto. Elas simplesmente caíram impotentes no chão. Eu não sentia a presença ou o apoio de Deus. O livro de Jó descreve bem essa experiência: “Mas, se vou para o oriente, lá ele não está; se vou para o ocidente, não o encontro. Quando ele está em ação no Norte, não o enxergo; quando vai para o sul, nem sombra dele eu vejo” (Jó 23:8, 9). \*Meu coração estava gritando: "Onde está você Deus?" ainda não ouvi nenhuma voz respondendo.

Cerca de uma semana depois do serviço fúnebre, como um ato puro de vontade, decidi honrar a memória de meu filho adotando um ambicioso programa de leitura da Bíblia que ele acabara de iniciar. O plano consiste na leitura de 10 capítulos por dia durante 500 dias.

---

Stephen Bauer, PhD, is a professor of theology at Southern Adventist University, Collegedale, Tennessee, in the United States.

O plano começou com Jó. Eu NÃO estava com humor para Jó. Achei que não conseguiria enfrentar a dor e a verbosidade que sabia estar naquele livro.

Fiquei surpreso com minha experiência em Jó. A abertura emocional de Jó me ajudou a eliminar um pouco da dormência emocional em que eu estava permitindo-me enfrentar meus sentimentos com mais honestidade. Só quando cheguei a Jó 12:1, porém, percebi que Jó atacou seus amigos pela primeira vez. Jó critica seus “amigos” nos capítulos seguintes, chamando-os de “médicos inúteis” (Jó 13:4) que “encobrem com mentiras” (ibid.), implorando que se calem (versículos 5, 6). Ele com raiva diz que eles são “consoladores miseráveis” (Jó 16:1) e continua a castigá-los em quase todos os discursos que se seguem. Parei para refletir sobre o que estava lendo. Os amigos de Jó começaram bem. Eles sentaram-se com Jó em choque empático e em silêncio por sete dias, esperando que Jó falasse primeiro. Eles eram magníficos! (...) até que eles começaram a falar. Em vez de perceber o grito emotivo do coração de Jó, no entanto, eles pensaram que ouviram teologia ruim e procuraram endireitar seu pensamento. Jó estava farto deles porque, ao passar da empatia para a explicação e exortação, eles estavam perdendo totalmente a mensagem emotiva de seus gritos. Posso concordar com Jó ao notar que, especialmente no choque inicial do luto, a empatia silenciosa é muito mais útil do que tentativas de explicações ou exortações.

Entendi que o silêncio que eu estava sentindo de Deus não era abandono, mas empatia divina. Como os amigos de Jó, Deus está silenciosamente sentado comigo no choque, horror e dormência. Ao contrário deles, porém, Ele sabe quando ficar quieto. Ao ponderar sobre isso, comecei a perceber algo ainda mais profundo. Percebi que Deus não está tanto sentado comigo em um silêncio empático, mas que Ele está realmente funcionando como o chão sob meus pés para me segurar, porque eu sou incapaz de suportar minhas próprias forças sob essa tristeza. O que isso significa, então, é que minhas orações não precisam ascender a um Deus "lá em cima". Elas nem precisam atingir o teto acima da minha cabeça. Quando minhas orações espiritualmente esgotadas caem no chão, elas estão tomando o caminho mais curto e eficiente para o Deus que está sob meus pés, me segurando em uma empatia silenciosa. Mesmo que eu não possa senti-lo, mesmo que eu me sinta entorpecido, escuro e vazio, posso escolher confiar em que o Deus está captando minhas orações quando elas caem no chão, e que Ele está respondendo de maneiras que eu não posso explicar.

O mesmo Deus que está em silêncio, também pode ser o Deus que sustenta meus pés. Quando você se sente esmagado pela dor e pelo desespero; quando você se sentir emocionalmente entorpecido e espiritualmente morto e incapaz de discernir Deus em sua vida, então deixe suas orações caírem no chão direto nas mãos do Deus que silenciosamente sente nosso horror por nós, e que continua a nos manter de pé.

\* As citações das escrituras no texto original em inglês são da Bíblia Sagrada, Versão Padrão em Inglês, copyright © 2001 da Crossway Bibles, uma divisão da Good News Publishers. Usado com permissão. Todos os direitos reservados.

# RECURSOS

— A Igreja Adventista do Sétimo Dia está constantemente criando materiais para capacitá-lo.

# VIVENDO OS FRUTOS DO AMOR

POR WILLIE E ELAINE OLIVER

Review and Herald® Publishing Association,

julho de 2021

26 páginas

A Bíblia fala de outro tipo de fruto que não se compra no mercado nem se cultiva no pomar ou na fazenda. No livro de Gálatas, o apóstolo Paulo usa frutos para mostrar o que acontecerá conosco quando decidirmos ser cheios do Espírito de Jesus. O fruto do Espírito - amor, alegria, paz, paciência, bondade, fidelidade, mansidão e autocontrole são virtudes que são cultivadas quando somos cheios do Espírito de Jesus em nosso coração. É o resultado de ter um relacionamento com Jesus e permitir que Seu Espírito flua em nós e através de nós.



Saiba mais em: <https://www.adventistas.org/pt/familia/>

# CONECTADO: LEITURAS DEVOCIONAIS PARA UM CASAMENTO ÍNTIMO

POR WILLIE E ELAINE OLIVER

The Stanbrough Press Ltd., 2020

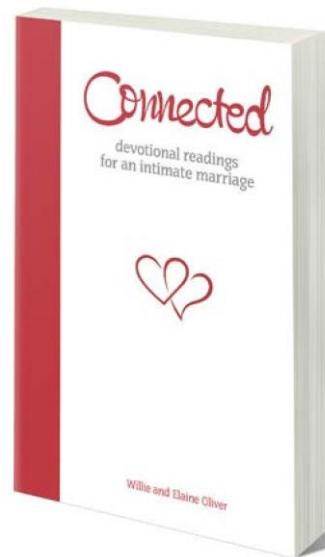
162 páginas

Imagine se você pudesse levar seu casamento ao próximo nível. E se fosse possível passar de um relacionamento que sobrevive para outro que prospera? E se houvesse uma maneira de fortalecer seu compromisso um com o outro? E se uma comunicação melhor pudesse criar maior confiança? E, o melhor de tudo, e se a graça pudesse ajudá-lo a ver o melhor em seu cônjuge?

Em *Conectado: leituras devocionais para um casamento íntimo*, Willie e Elaine Oliver compartilham mais de 35 anos de experiência de casamento, crescendo juntos, aprendendo um com o outro e criando filhos. Eles sabem como fazer o 'e se' se tornar realidade.

Com 52 reflexões devocionais, há um pensamento para cada semana do ano, projetado especificamente para ajudar os casais a fazer uma pausa (refletir sobre as ideias compartilhadas), orar (sobre as ideias compartilhadas e como se relacionam com sua experiência) e, em seguida, escolher (determinar a experiência de mudança juntos).

Descubra mais! Disponível em: [www.lifefsourcebookshop.co.uk](http://www.lifefsourcebookshop.co.uk)



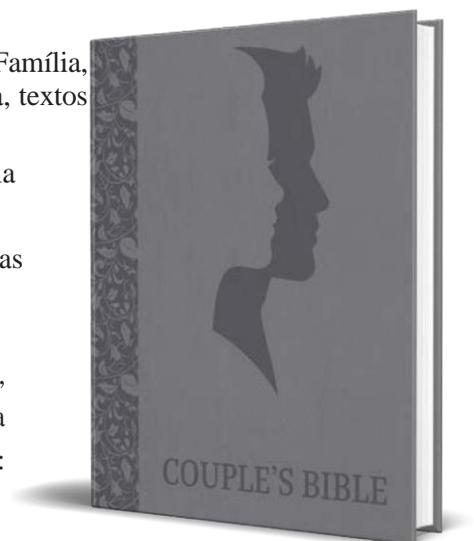
# BÍBLIA DO CASAL

Safeliz, 2019  
1.500 páginas

A Bíblia do Casal foi projetada para ajudar a construir e cultivar relacionamentos. São mais de 170 tópicos divididos em cinco seções, enfocando como fortalecer o casamento e os relacionamentos com os pais, bem como superar os desafios que os casais enfrentam. Os recursos especiais incluem:

- Casamento na Bíblia, Teologia Bíblica da Família, Pilares que sustentam os ministérios da família, textos especiais para casais etc.
- Um curso bíblico especial sobre o lar e a família
- 101 ideias para evangelismo familiar
- Dicionário de vocabulário de casamento e mapas
- E muito mais!

A Bíblia está disponível em vários idiomas, incluindo inglês, espanhol e francês e pode ser encomendada nas Casas Editoras em todo o mundo ou visitando: [www.safelizbibles.com](http://www.safelizbibles.com)



# ESPERANÇA PARA FAMÍLIAS ATUAIS

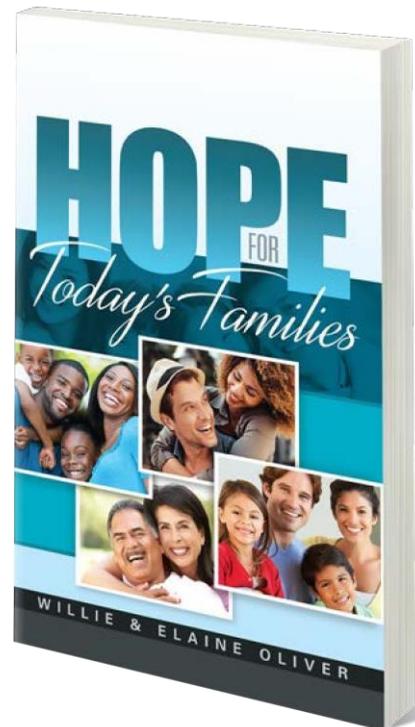
POR WILLIE E ELAINE OLIVER

Review and Herald Publishing Association, 2018

94 páginas

O livro missionário mundial do ano 2019 ainda é bom para ajudar a fortalecer casamentos e famílias a qualquer momento. Ele oferece esperança para as famílias de hoje usando princípios comprovados pelo tempo que irão facilitar uma vida significativa e feliz.

Disponível em muitos idiomas nas Casas Editoras em todo o mundo ou por meio de sua editora local.

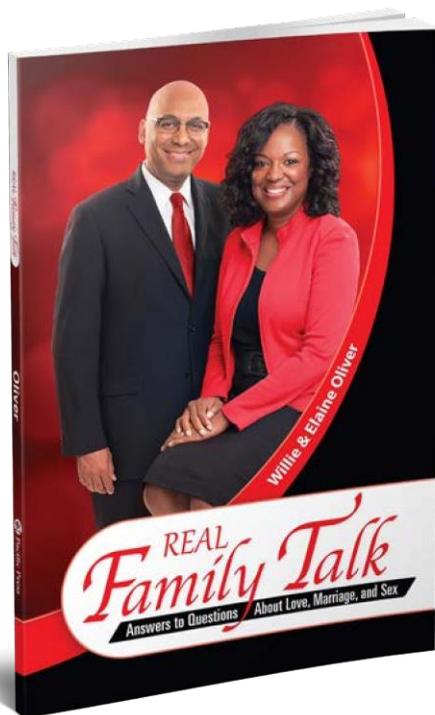


# REAL FAMILY TALK: RESPOSTAS A PERGUNTAS SOBRE AMOR, CASAMENTO E SEXO

POR WILLIE E ELAINE OLIVER

Pacific Press® Publishing Association Nampa, Idaho, 2015  
127 páginas

Este livro é uma compilação de colunas selecionadas sobre relacionamentos, escritas por Willie e Elaine Oliver para a revista *Message* em resposta a perguntas de pessoas reais. Os autores fornecem conselhos de especialistas, com base em princípios bíblicos, para questões sobre casamento, sexo, pais, ser solteiro e outras questões de relacionamento real. Em seu conselho, os autores nos lembram a realidade de que todos enfrentamos desafios em nossos relacionamentos e em nosso lar. Suas respostas perspicazes nos direcionam a buscar a orientação de Deus, nos lembrando que o plano de Deus é para que tenhamos lares e relacionamentos saudáveis, onde cada pessoa busca a harmonia que Deus deseja que experimentemos.



# REAL FAMILY TALK

WITH WILLIE E ELAINE OLIVER

[www.hopetv.org](http://www.hopetv.org)



Por meio de discussões envolventes, informativas e espirituais sobre os problemas enfrentados pelas famílias de hoje, o *Real Family Talk* busca fortalecer as famílias e inspirar esperança. Em cada edição, os Oliver usam sua experiência pastoral, educacional e de aconselhamento para navegar nas discussões sobre a vida familiar, abordando cada tópico com soluções práticas e princípios bíblicos sólidos.

Acesse o programa na sua TV, computador, tablet ou smartphone. Encontre episódios atuais e anteriores por meio do aplicativo HopeTV ou visite [www.hopetv.org](http://www.hopetv.org)

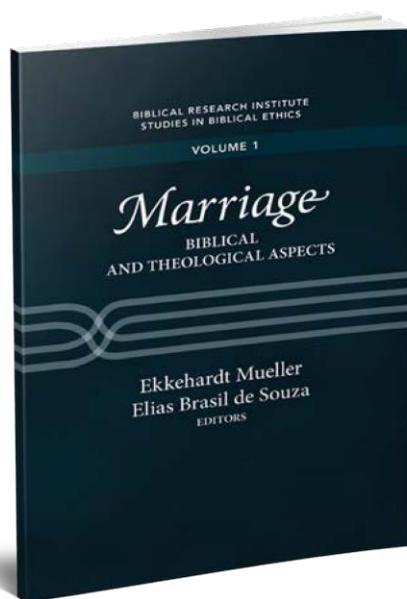
# CASAMENTO: ASPECTOS BÍBLICOS E TEOLÓGICOS, VOL. 1

EKKEHARDT MUELLER E ELIAS BRASIL DE SOUZA, EDITORES

Instituto de Pesquisa Bíblica. Review and Herald Publishing, 2015

290 páginas

Este livro oferece estudos ponderados e detalhados sobre várias áreas de interesse para pastores, líderes de igreja e membros. Depois de mostrar a beleza do casamento e a relevância das Escrituras para uma compreensão sólida do casamento e da sexualidade, este volume aborda tópicos cruciais como: o solteiro, gênero e papéis no casamento, sexualidade, casamentos mistos em termos religiosos e divórcio e novo casamento.



# APÊNDICE A IMPLEMENTAÇÃO DO MINISTÉRIO DA FAMÍLIA

— Por favor, use esses documentos como parte do seu trabalho no Ministério da Família. O conteúdo é o resultado do trabalho com famílias ao redor do mundo.

Nota: Algumas das recomendações listadas nesses formulários precisarão ser adaptadas e modificadas às necessidades específicas e as leis dos territórios nos quais esse recurso será usado.

## **MATERIAL PARA BAIXAR**

Para baixar o Apêndice A – pesquisas e formulários – por favor, visite nosso site: [family.adventist.org/2022RB](https://family.adventist.org/2022RB)

# REGULAMENTO DO MINISTÉRIO DA FAMÍLIA E DECLARAÇÃO DE PROPÓSITO

A congregação e o grupo de trabalho da Igreja de:

.....

Estão comprometidos em fornecer um ambiente seguro para ajudar as crianças a aprenderem a amar e seguir Jesus Cristo. O propósito desta congregação é prevenir qualquer forma de abuso infantil físico, emocional ou sexual e proteger as crianças e aqueles que trabalham com elas. As igrejas com programas para crianças não estão isoladas daqueles que abusam: portanto, essa congregação acredita que é de vital importância tomar medidas decisivas para garantir que a igreja e seus programas sejam seguros, proporcionando uma experiência alegre para crianças e jovens. O regulamento a seguir foi estabelecido para refletir nosso compromisso de oferecer cuidados protetores a todas as crianças quando elas estiverem participando de qualquer atividade patrocinada pela igreja.

- Dos voluntários que trabalham com crianças e jovens é exigido que sejam membros ativos desta congregação por um período mínimo de seis meses e devem ser aprovados pelo pessoal apropriado da igreja antes que possam começar a trabalhar diretamente com crianças, a menos que haja autorização prévia documentada.
- Todos os funcionários e voluntários da DNA (Divisão Norte Americana) que trabalham regularmente com crianças devem preencher um formulário de inscrição (consulte o site do Ministério da Crianças da DNA: <https://www.childmin.org/childrens-safety>). As referências devem ser obtidas de voluntários em potencial. O pessoal ou equipe apropriada deve verificar essas referências. Outras divisões são incentivadas a seguir este procedimento.

- Todos os que trabalham com crianças devem observar a regra das “duas pessoas”, o que significa que os colaboradores devem evitar situações individuais com crianças sempre que possível.
- Sobreviventes adultos de abuso físico ou sexual na infância precisam do amor e aceitação da família da igreja. Indivíduos com tal histórico devem discutir seu desejo de trabalhar com crianças e jovens com um dos membros da equipe em uma entrevista confidencial antes de receber a aprovação para trabalhar nessas áreas.
- Indivíduos que cometeram abuso físico ou sexual, sejam eles condenados ou não, não podem trabalhar em atividades ou programas patrocinados pela igreja para crianças ou jovens.
- Oportunidades para treinamento em prevenção e reconhecimento de abuso infantil serão fornecidas pela igreja. Espera-se que os trabalhadores participem desse treinamento.
- Os trabalhadores devem relatar imediatamente ao pastor ou à administração qualquer comportamento ou outros incidentes que pareçam abusivos ou inadequados. Mediante notificação, ações apropriadas serão tomadas e relatórios feitos em conformidade com o procedimento operacional desse regulamento.
- Diretrizes para voluntários que trabalham com você e seus filhos serão fornecidas a cada voluntário.
- As crianças não devem andar pela igreja sem a supervisão de um adulto. Os pais são responsáveis por supervisionar seus filhos antes e depois da Escola Sabatina.
- Nenhuma criança deve ser liberada para usar o banheiro a menos que acompanhada pelos pais ou irmãos mais velhos.
- Um adulto responsável deve ser designado para circular dentro e ao redor da igreja, incluindo áreas de estacionamento para fornecer segurança. Isso é crucial quando apenas um adulto está presente em alguma atividade para menores, tais como uma classe da Escola Sabatina.
- Qualquer disciplina deve ocorrer sob contato visual de outro adulto. Todas as formas de castigo corporal são estritamente proibidas.
- Todas as reuniões para crianças ou jovens devem ter a aprovação do pastor e/ou comissão da igreja, especialmente as atividades durante a noite. Os menores devem ter a permissão assinada dos pais para cada viagem, incluindo liberação para tratamento médico de emergência.
- Se houver um criminoso sexual conhecido frequentando a igreja, um diácono ou outro adulto responsável será designado para monitorar a pessoa enquanto estiver nas instalações ou em atividades fora da igreja. O infrator será informado do procedimento. Se um agressor sexual se transferir ou frequentar outra igreja, a liderança daquela igreja deve ser notificada.

- Sobreviventes adultos de abuso físico ou sexual na infância precisam do amor e aceitação da família da igreja. Indivíduos com tal histórico devem discutir seu desejo de trabalhar com crianças e jovens com um dos membros da equipe em uma entrevista confidencial antes de receber a aprovação para trabalhar nessas áreas.
- Indivíduos que cometeram abuso físico ou sexual, sejam eles condenados ou não, não podem trabalhar em atividades ou programas patrocinados pela igreja para crianças ou jovens.
- Oportunidades para treinamento em prevenção e reconhecimento de abuso infantil serão fornecidas pela igreja. Espera-se que os trabalhadores participem desse treinamento.
- Os trabalhadores devem relatar imediatamente ao pastor ou à administração qualquer comportamento ou outros incidentes que pareçam abusivos ou inadequados. Mediante notificação, ações apropriadas serão tomadas e relatórios feitos em conformidade com o procedimento operacional desse regulamento.
- Diretrizes para voluntários que trabalham com você e seus filhos serão fornecidas a cada voluntário.
- As crianças não devem andar pela igreja sem a supervisão de um adulto. Os pais são responsáveis por supervisionar seus filhos antes e depois da Escola Sabatina.
- Nenhuma criança deve ser liberada para usar o banheiro a menos que acompanhada pelos pais ou irmãos mais velhos.
- Um adulto responsável deve ser designado para circular dentro e ao redor da igreja, incluindo áreas de estacionamento para fornecer segurança. Isso é crucial quando apenas um adulto está presente em alguma atividade para menores, tais como uma classe da Escola Sabatina.
- Qualquer disciplina deve ocorrer sob contato visual de outro adulto. Todas as formas de castigo corporal são estritamente proibidas.
- Todas as reuniões para crianças ou jovens devem ter a aprovação do pastor e/ou comissão da igreja, especialmente as atividades durante a noite. Os menores devem ter a permissão assinada dos pais para cada viagem, incluindo liberação para tratamento médico de emergência.
- Se houver um criminoso sexual conhecido frequentando a igreja, um diácono ou outro adulto responsável será designado para monitorar a pessoa enquanto estiver nas instalações ou em atividades fora da igreja. O infrator será informado do procedimento. Se um agressor sexual se transferir ou frequentar outra igreja, a liderança daquela igreja deve ser notificada.

# O LÍDER DO MINISTÉRIO DA FAMÍLIA

O líder do Ministério da Família projeta um ministério para as famílias que atenderá às necessidades específicas da congregação e da comunidade. Esta seção fornece apoio no planejamento para líderes do Ministério da Família. O planejamento é fundamental para ministrar aos indivíduos e famílias na congregação. O Ministério da Família também é uma excelente maneira de alcançar as famílias da comunidade. O líder do Ministério da Família é um membro da comissão da igreja local e integra as atividades do Ministério da Família no programa completo da igreja. Abaixo estão as responsabilidades e atividades.

1. Desenvolver e presidir uma pequena comissão do Ministério da Família que reflita as peculiaridades da congregação. Pode incluir pais solteiros, jovens casados, famílias de meia-idade, aposentados, viúvos ou divorciados. As pessoas que servem nesta comissão devem ser cuidadosamente escolhidas como pessoas visionárias, refletindo a graça de Deus.
2. Ser um defensor da família. O Ministério da Família não é meramente orientado para o programa, mas deve olhar para o programa completo da igreja com sensibilidade para seu impacto sobre as famílias. Em algumas situações, o líder do Ministério da Família pode precisar defender o tempo da família. Em outras palavras, pode haver tantos programas em andamento em uma congregação que as pessoas têm pouco tempo para viver suas próprias vidas como famílias.
3. Pesquisar as necessidades e interesses das famílias na congregação. A pesquisa de avaliação de necessidades e a folha de perfil da família podem ser usadas para ajudar a determinar as necessidades da congregação.

---

Reimpresso do Family Ministries Handbook: The complete how-to guide for local church leaders. (2003). Lincoln, NE: AdventSource. Usado com permissão.

4. Planejar programas e atividades para o ano que possam incluir apresentações de vídeo, retiros ou palestrantes especiais que apresentem workshops e seminários. Os planos também devem incluir atividades simples que podem ser sugeridas às famílias por meio do boletim da igreja ou por circulares.
5. Trabalhar com o pastor e a comissão da igreja para garantir que os planos sejam incluídos no orçamento da igreja local.
6. Usar os recursos disponíveis no departamento do Ministério da Família da Associação. Isso pode economizar tempo, energia e servir para manter os custos baixos para a congregação local. Ao planejar apresentações especiais, o diretor do Ministério da Família da associação pode ajudar a encontrar apresentadores interessantes e qualificados.
7. Comunicar-se com a congregação. O Ministério da Família não deve ser visto simplesmente como um acontecimento anual. Mantenha viva a importância de boas habilidades familiares, usando cartazes, o boletim da igreja e/ou um boletim durante o ano todo.
8. Compartilhar seus planos com o diretor do Ministério da Família da Associação.

# O QUE É UMA FAMÍLIA?

Uma das tarefas de um líder do Ministério da Família é definir as famílias a quem ministram dentro de sua congregação. Um ministério apenas para casais com filhos, por exemplo, beneficiará apenas uma pequena porcentagem das pessoas na igreja. Famílias de todos os tipos podem precisar de orientação à medida que avançam em direção a relacionamentos saudáveis. O trabalho de lidar com as tarefas diárias, de compartilhar uma família, e gerenciar conflitos, nunca é fácil quando as pessoas compartilham espaço e recursos ou vêm de casas com valores diferentes. Aqui estão algumas das maneiras como as famílias hoje são configuradas.

- Famílias nucleares – com mãe, pai e filhos que nasceram dessa mãe e desse pai.
- Famílias adotivas – às vezes chamadas de misturadas. As famílias adotivas são formadas quando os pais se divorciam ou ficam viúvos e se casam novamente. Algumas se tornam famílias adotivas quando uma pessoa solteira se casa com alguém que não é o pai ou a mãe de seu filho.
- Famílias solteiras – às vezes só eu e o gato – morando sozinhos. Eles podem ser divorciados, viúvos ou nunca se casaram, mas a família é uma entidade separada. Alguns solteiros podem morar com outros solteiros em uma mesma casa.
- Famílias de pais solteiros – isso pode ocorrer quando um dos pais é divorciado ou viúvo e não se casou novamente, ou é um pai/mãe que nunca se casou.
- Famílias ninho vazio – a mãe e o pai quando os filhos saem de casa.
- Famílias reconectadas – quando os filhos adultos voltam para morar com a mãe e o pai – geralmente um acordo temporário. Uma família é reconectada quando um dos pais mais velho mora com a família de um filho, filha ou neto.

---

Reimpresso do Family Ministries Handbook: The complete how-to guide for local church leaders. (2003). Lincoln, NE: AdventSource. Usado com permissão.

- Família de Deus – Muitos consideram os membros de sua congregação como uma família e podem ter laços mais estreitos entre eles do que aqueles relacionados por nascimento ou casamento.

Além da usual demografia familiar, é possível também estimular as pessoas a pensar sobre seus relacionamentos importantes, incluindo aqueles na família da igreja, colocando questões como estas:

- Se um terremoto destruísse sua cidade, quem você estaria mais desesperado para localizar para ter certeza de que está tudo bem?
- Se você estivesse se mudando a milhares de quilômetros de distância, quem se mudaria com você?
- Quem seriam aqueles com quem você manteria contato, por mais difícil que fosse?
- Se você desenvolvesse uma doença de longa duração, com quem poderia contar para cuidar de você?
- Quem será sua família de agora até você ou eles morrerem?
- De quem você poderia pedir dinheiro emprestado e não sentir que teria que devolvê-lo imediatamente?

# ORIENTAÇÃO SOBRE COMISSÃO E PLANEJAMENTO

Os líderes do Ministério da Família que são novos no cargo ou nunca serviram como líderes se perguntam por onde começar! Esta seção é para ajudar um líder a começar. Com frequência é útil selecionar uma pequena comissão com quem se pode trabalhar bem – pessoas bem orientadas na graça de Cristo e que não tenham razões egoístas ou opinião pessoal forte. Uma comissão do Ministério da Família, mais do que qualquer outra, deve buscar modelar a família. A seguir estão algumas maneiras de fazer isso. Embora essas ideias não sejam a única maneira de funcionar, elas podem ajudar um grupo a trabalhar em conjunto com mais harmonia. (Elas também podem ser úteis para outras comissões).

- Selecione um pequeno número de pessoas com preocupações semelhantes às das famílias. Eles devem representar a variedade de famílias encontradas na congregação. Essa comissão pode ter pais solteiros, casais, divorciados, aposentados ou viúvos e refletir o gênero e o perfil étnico da igreja.
- A comissão não deve ser muito grande – cinco a sete pessoas é o ideal. Os indivíduos podem representar mais de uma categoria de família.
- Especialmente para a primeira reunião, reúna-se em um ambiente informal – talvez na casa de alguém ou em uma sala confortável da igreja. Comece com uma oração pela bênção de Deus.
- Forneça refrescos leves que incluam água ou bebidas quentes ou frias, algo muito leve como frutas frescas, biscoitos ou nozes. Torne a reunião atrativa, mas não exigente ou que envolva grande esforço.

---

Reimpresso de Family Ministries Handbook: The complete how-to guide for local Igreja leaders. Lincoln, NE: AdventSource, 2003. Usado com permissão.

- Na primeira reunião, dediquem algum tempo contando sua história um ao outro. Esta não é uma sessão de terapia, então deixe as pessoas saberem que elas devem contar apenas o que é confortável. Algumas diretrizes ajudarão: a confidencialidade deve ser respeitada e vista como um presente para alguém mais. Seria bom o líder iniciar – começando com frases como: "Eu nasci em..., fui criado em um lar (metodista, adventista do sétimo dia, católico ou qualquer outro)". Inclua outras coisas, como em qual escola você estudou, nomes das crianças ou outras informações pertinentes. Inclua como você se tornou um cristão ou um adventista do sétimo dia ou uma história agradável ou engraçada da infância. Isso pode parecer uma perda de tempo. Mas você pode se surpreender ao ouvir a história de alguém que você pensava que conhecia há muito tempo. Contar nossas histórias é como nos conectamos e nos ligamos um ao outro. Isso fará o seu trabalho em conjunto fluir mais tranquilo. Isso também tornará mais fácil para os membros da comissão serem sensíveis às necessidades uns dos outros.
- Para todas as reuniões subsequentes, gaste uma parte do tempo – talvez 10 ou 20 minutos – para se reconectar com os membros da sua comissão. Alguém pode estar feliz com um evento importante. Outro pode precisar de apoio com uma necessidade especial. Aqui estão algumas perguntas que você pode fazer para iniciar suas reuniões:
  - \* Quem são as pessoas que você considera sua família próxima?
  - \* Como você vive sua fé juntos como família?
  - \* O que você acha que a igreja poderia fazer para ajudar sua família?
  - \* O que você mais gosta na sua família?

Em seguida, vá para a agenda. Lembre-se de que você está modelando uma família.

- Analise os resultados da Pesquisa de Interesse.
- Fale sobre objetivos. O que você deseja realizar? Vai atender a uma necessidade?

Quem você está tentando alcançar? Como você pode realizar seus objetivos?

- Ore pela bênção de Deus, planeje sabiamente para que as pessoas não se esgotem e o ministério logo esteja acontecendo Um recurso importante para o líder do Ministério da Família é o Manual do Ministério da Família. Uma nova edição deste livro de recursos é publicada todos os anos e inclui programas, esboços de sermões, seminários e muito mais, e podem ser usados como parte de seu programa anual.

# UMA BOA APRESENTAÇÃO FARÁ QUATRO COISAS

1. **INFORMAR** – As pessoas devem aprender alguma coisa que não sabiam antes de assistir sua apresentação.
2. **ENTRETER** – As pessoas não merecem estar entediadas!!!!
3. **TOCAR AS EMOÇÕES** – Conteúdo que apenas informa a mente nunca faz mudança nas atitudes ou no comportamento.
4. **LEVAR À AÇÃO** – Se os participantes saírem após sua apresentação sem um desejo de FAZER algo diferente – você perdeu seu tempo e o tempo deles!

## APOSTILAS

- Distribua apenas quando forem relevantes para a apresentação.
- Às vezes é melhor não distribuir apostilas até o final da reunião: o público não deve estar revirando papéis enquanto você fala.
- Seu público não deve ler adiantado e se desligar de você.
- Simplesmente não copie a apresentação de outra pessoa para suas apostilas.

## INTRODUÇÃO

- Descubra quem vai apresentá-lo.
- Escreva sua própria apresentação.
- Contate a pessoa pelo menos dois dias antes e lhe dê a apresentação.
- Pronuncie qualquer palavra anormal – cheque a veracidade de toda informação.
- Não faça afirmações que não sejam verdadeiras.

Reimpresso de Family Ministries Handbook: The complete how-to guide for local Igreja leaders. Lincoln, NE: AdventSource, 2003. Usado com permissão.

# OS DEZ MANDAMENTOS DAS APRESENTAÇÕES

1. **Conheça a si mesmo** – a linguagem corporal e o tom de voz representam 93% da sua credibilidade. Você estaria interessado em você?
2. **Esteja preparado** – conheça sua apresentação, seu equipamento e esteja pronto para contratempos. Projetores sempre estouram lâmpadas no meio de apresentações importantes, portanto, tenha uma de reserva e saiba como trocá-la.
3. **Examine sua fala** – use expressões diretas e não procure impressionar – você está lá para se comunicar.
4. **Chegue cedo** – seus convidados podem estar esperando. Esteja lá pelo menos meia hora antes da apresentação para ter certeza de que tudo está preparado da melhor maneira.
5. **Diga a eles o que esperar** – diga aos participantes especificamente o que eles aprenderão no decorrer da reunião e como poderão aplicar seus novos conhecimentos. Objetivos claros mantêm os participantes focados e ativos.
6. **Menos é mais** – seu público só aguenta um pouco, então limite seus pontos principais. Três pontos principais é o máximo que seu público pode absorver e guardar totalmente.
7. **Mantenha contato visual** – use cartões de anotações em vez de um discurso totalmente escrito, para que você possa levantar a cabeça e manter contato visual com o público. Evite LER uma apresentação. Seu público agradecerá por você levantar a cabeça.
8. **Seja dramático** – use palavras em negrito e estatísticas incomuns. Sua apresentação deve ser preenchida com declarações simples e objetivas para manter o público conectado.
9. **Motive** – termine a sua apresentação com um apelo à ação. Diga ao seu público exatamente o que eles podem fazer em resposta à sua apresentação.
10. **Respire fundo e relaxe!** – não se debruce por cima do púlpito. Se você estiver atrás de um, fique de pé. Movimente-se. Use gestos para dar ênfase. Lembre-se de que o **como** você diz algo é tão importante quanto o **que** você tem a dizer.

# PESQUISA DO PERFIL DA VIDA FAMILIAR

Nome ..... Data de nascimento .....

Faixa etária: ( ) 18-30 ( ) 31-40 ( ) 41-50 ( ) 51-60 ( ) 61-70 ( ) 71+

Sexo:  M  F

Endereço .....

Telefone (Casa) ..... (Trabalho) .....

Batizado na IASD Sim ( ) Não ( )

Se batizado, igreja local da qual é membro .....

Se não, qual é seu contexto religioso/afiliação atual? .....

Estado civil:

- Solteiro, nunca se casou
- Solteiro, divorciado
- Solteiro, viúvo
- Casado—Nome do cônjuge ..... Data de nascimento .....
- O cônjuge é adventista e membro da igreja local.
- O cônjuge não é adventista. Afiliação religiosa atual:

Filhos que moram com você:

Nome ..... Data de nascimento .....

Ano escolar ..... Escola que frequenta .....

Batizado na IASD? ..... Membro da igreja local: .....

Nome ..... Data de nascimento .....

Ano escolar ..... Escola que frequenta .....

Batizado na IASD? ..... Membro da igreja local: .....

Filhos que não moram com você:

Nome ..... Data de nascimento .....

Batizado na IASD? ..... Membro da igreja local: .....

Nome ..... Data de nascimento .....

Batizado na IASD? ..... Membro da igreja local: .....

Outros membros da família que moram com você:

Nome ..... Data de nascimento .....

Batizado na IASD? ..... Membro da igreja local: .....

Relação de parentesco .....

Nome ..... Data de nascimento .....

Batizado na IASD? ..... Membro da igreja local: .....

Relação de parentesco .....

Qual é a coisa mais significativa que o Ministério da Família pode fazer este ano para atender aos interesses/necessidades de sua família?

.....  
.....

Estou interessado no Ministério da Família e disposto a ajudar:

- Telefonando quando necessário
- Participando das reuniões de planejamento
- Provendo transporte
- Preparando eventos
- Ajudando com as refeições/lanches
- Cuidando das crianças
- Na publicidade
- Outro

Apresentando palestras/ministrando aulas/seminários/workshops ou outras apresentações de sua área de interesse (ou áreas de interesse):

.....

# PERFIL DA VIDA FAMILIAR

Igreja ..... Data .....

## CATEGORIA DE FAMÍLIA

### Membros ativos

- Filhos com menos de 18 anos
- Sem filhos com menos de 18 anos

### Casado(a)–Cônjuge é membro

- Idade 18-30
- Idade 31-50
- Idade 51-60
- Idade 61-70
- Idade 71 +

### Solteiro(a)–Nunca se casou

- Idade 18-30
- Idade 31-50
- Idade 51-60
- Idade 61-70
- Idade 71 +

### Membros inativos

- Com filhos acima de 18 anos
- Sem filhos acima de 18 anos

### Casado(– Cônjuge não é membro

- Idade 18-30
- Idade 31-50
- Idade 51-60
- Idade 61-70
- Idade 71 +

### Solteiro(a)–Divorciado

- Idade 18-30
- Idade 31-50
- Idade 51-60
- Idade 61-70
- Idade 71 +

# PESQUISA DE INTERESSE PELO MINISTÉRIO DA FAMÍLIA

Sua faixa etária: 18-30 31-40 41-50 51-60 61-70 71+

Sexo: M F

Dentre os tópicos abaixo, por favor, escolha cinco que mais lhe interessam.  
Assinale cada um de seus interesses:

- |   |   |
|---|---|
| <input type="radio"/> Preparo para o casamento          | <input type="radio"/> Culto familiar                  |
| <input type="radio"/> Finanças familiares               | <input type="radio"/> Comunicação                     |
| <input type="radio"/> Disciplina no lar                 | <input type="radio"/> Adultos solteiros               |
| <input type="radio"/> Educação de adolescentes          | <input type="radio"/> Melhorar a autoestima           |
| <input type="radio"/> Preparo para o parto              | <input type="radio"/> Resolução de conflitos          |
| <input type="radio"/> Recuperação do divórcio           | <input type="radio"/> Televisão e mídias              |
| <input type="radio"/> Pai/mãe solteiros                 | <input type="radio"/> Preparação para a aposentadoria |
| <input type="radio"/> Sexualidade                       | <input type="radio"/> Questões de dependência química |
| <input type="radio"/> Desenvolvimento conjugal          | <input type="radio"/> Famílias mistas                 |
| <input type="radio"/> Recuperação do luto               | <input type="radio"/> Morte                           |
| <input type="radio"/> Compreensão de temperamentos      | <input type="radio"/> Enfrentamento da viuvez         |
| <input type="radio"/> Outro (Por favor descreva): ..... |   |

Sugestão de oradores/palestrantes convidados: .....

Nome: .....

Endereço: ..... Telefone: .....

Area(s) de especialidade: .....

Em que horário e dia da semana é melhor para você assistir a um programa com duração de uma hora e meia a duas horas sobre um dos tópicos acima? (Assinale os períodos apropriados)

|       | Domingo               | Segunda               | Terça                 | Quarta                | Quinta                | Sexta                 | Sábado                |
|-------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Manhã | <input type="radio"/> |
| Tarde | <input type="radio"/> |
| Noite | <input type="radio"/> |

# PESQUISA SOBRE EDUCAÇÃO PARA A VIDA FAMILIAR NA COMUNIDADE

1. Qual você acredita ser o principal problema enfrentado pelas famílias na comunidade no momento?

.....

2. Você consideraria participar de qualquer um dos seguintes Seminários de Vida Familiar se for oferecido na sua região? (Selecione quantos quiser.)

- |  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Como lidar com os conflitos         | <input type="checkbox"/> Recuperação do divórcio                      |
| <input type="checkbox"/> Comunicação no casamento            | <input type="checkbox"/> Administração do estresse                    |
| <input type="checkbox"/> Encontro ou enriquecimento conjugal | <input type="checkbox"/> Fim de semana para vencer a solidão          |
| <input type="checkbox"/> Entendendo os filhos                | <input type="checkbox"/> Finanças familiares                          |
| <input type="checkbox"/> Autoestima                          | <input type="checkbox"/> Recuperação do luto                          |
| <input type="checkbox"/> Habilidades parentais vida          | <input type="checkbox"/> Administração do tempo e prioridades na vida |
| <input type="checkbox"/> Lidando com adolescentes            | <input type="checkbox"/> Planejamento para a aposentadoria            |
| <input type="checkbox"/> Curso de preparação para o parto    |   |
| <input type="checkbox"/> Outro (Por favor descreva): .....   |   |

3. Em que horário e dia da semana é melhor para você assistir a um programa com duração de uma hora e meia a duas horas sobre um dos tópicos acima? (Assinale os períodos apropriados).

|       | Domingo                  | Segunda                  | Terça                    | Quarta                   | Quinta                   | Sexta                    | Sábado                   |
|-------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Manhã | <input type="checkbox"/> |
| Tarde | <input type="checkbox"/> |
| Noite | <input type="checkbox"/> |

4. Ajudará a fortalecer esta pesquisa se pudermos saber a seguinte informação a seu respeito:

Sexo:  M  F

Idade: (Por favor, assinale o grupo que lhe corresponde).

- 17 ou menos  19-30  31-40  41-50  51-60  61-70  71+

Você tem filhos menores de 18 anos morando na sua casa?  Sim  Não

Você está:

- |   |  |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Nunca me casei | <input type="checkbox"/> Casado(a)                           |
| <input type="checkbox"/> Separado(a)    | <input type="checkbox"/> Divorciado(a)                       |
| <input type="checkbox"/> Viúvo(a)       | <input type="checkbox"/> Segundas núpcias depois do divórcio |

# AVALIAÇÃO DA AMOSTRA

1. O que mais lhe motivou sobre este workshop?

.....

2. O que você aprendeu que não sabia antes?

.....

3. Os conceitos neste workshop foram apresentados de forma clara?

.....

4. Qual atividade/seção teve menos importância para você?

.....

5. Como este workshop poderia ser melhorado?

.....

6. Em uma escala de 1 a 5, sendo 1 geralmente insatisfeito e 5, muito satisfeito, como você avalia este workshop? Circule a opção correspondente.

|                         |                         |                         |                         |                         |
|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|
| <input type="radio"/> 1 | <input type="radio"/> 2 | <input type="radio"/> 3 | <input type="radio"/> 4 | <input type="radio"/> 5 |
| Muito insatisfeito      | Um pouco insatisfeito   | Pouco satisfeito        | No geral satisfeito     | Muito satisfeito        |

7. Quem fez esta avaliação?

Faixa etária:  18-30  31-40  41-50  51-60  61-70  71+

Gênero:  M  F Estado civil:

Nunca se casou  Casado(a)  
 Separado(a)  Divorciado(a)  Viúvo(a)

Há quanto tempo você é casado, divorciado, separado ou viúvo?

..... anos ..... meses

Agradecemos seus comentários sinceros, pois nos ajudarão no planejamento de futuros workshops!

# APÊNDICE B DECLARAÇÕES VOTADAS

— Estas *Declarações Votadas* são posições oficiais da Igreja Adventista do Sétimo Dia sobre estes tópicos.

# AFIRMAÇÃO DE CASAMENTO

Os problemas relacionados ao matrimônio só podem ser vistos em sua verdadeira luz quando vislumbrados contra o plano de fundo do ideal divino para o casamento. O matrimônio foi divinamente instituído no Éden e confirmado por Jesus Cristo para ser monogâmico e heterossexual, uma união vitalícia de amoroso companheirismo entre um homem e uma mulher. Na culminação de Sua atividade criadora, Deus formou a espécie humana como macho e fêmea à Sua própria imagem; e instituiu o matrimônio, uma união baseada no concerto de dois gêneros, integrados física, emocional e espiritualmente. Essa união é mencionada nas Escrituras como “uma só carne”.

Surgindo da diversidade de dois gêneros humanos, a unicidade do matrimônio reflete de maneira singular a unidade que existe dentro da diversidade da Divindade. Através das Escrituras, a união heterossexual no matrimônio é exaltada como um símbolo da união entre a Divindade e a humanidade. É um testemunho humano do amor altruísta de Deus e do concerto com Seu povo. A harmoniosa associação de um homem e uma mulher no matrimônio é um microcosmo da unidade social que tem sido valorizada como um ingrediente central de sociedades estáveis. Ademais, o Criador pretendia que a sexualidade no casamento não servisse apenas como um propósito unitivo, mas fosse uma providência para a propagação e a perpetuação da família humana. No propósito divino, a procriação está entrelaçada com o processo pelo qual marido e esposa podem encontrar alegria, prazer e inteireza física. É a um marido e esposa, cujo amor os têm habilitado a conhecer-se mutuamente em um profundo vínculo sexual, que uma criança pode ser confiada. O filho é uma personificação viva de sua união. A criança em desenvolvimento floresce na atmosfera de amor e unidade na qual foi concebida e desfruta do privilégio de um relacionamento com cada um dos pais naturais.

A união monogâmica no casamento de um homem e uma mulher é confirmada como o fundamento divinamente ordenado da família e da vida social. É a única esfera moralmente apropriada para a expressão sexual genital e as intimidades a ela associadas. Todavia, a condição do matrimônio não é o único plano de Deus para a satisfação das necessidades humanas de relacionamento ou para conhecer a experiência de família. O celibato e a amizade dos solteiros estão também dentro do desígnio divino. O companheirismo e o apoio de amigos aparecem com destaque em ambos os testamentos bíblicos. A comunhão da igreja, a família de Deus, está à disposição de todos, independente de seu estado civil. As Escrituras, porém, colocam uma sólida demarcação social e sexual entre tais relações de amizade e o casamento.

A Igreja Adventista adere sem reservas a esse ponto de vista bíblico sobre o casamento. Ela crê que qualquer rebaixamento desse elevado desígnio é um rebaixamento do ideal celestial. Por ter o casamento sido corrompido pelo pecado, a pureza e a beleza do matrimônio conforme designado por Deus precisam ser restauradas. Por meio de uma apreciação da obra redentora de Cristo e da obra de Seu Espírito no coração humano, o propósito original do matrimônio pode ser recuperado e sua deleitosa e saudável experiência percebida por um homem e uma mulher que unem suas vidas em um concerto matrimonial

# DECLARAÇÃO SOBRE LAR E FAMÍLIA

A saúde e a prosperidade da sociedade estão diretamente relacionadas ao bem-estar de suas partes constituintes - a unidade familiar. Hoje, como provavelmente nunca antes, a família está com problemas. Os comentaristas sociais condenam a desintegração da vida familiar moderna. O conceito cristão tradicional de casamento entre um homem e uma mulher está sob ataque. A Igreja Adventista do Sétimo Dia, neste momento de crise familiar, incentiva cada membro da família a fortalecer sua dimensão espiritual e relacionamento familiar por meio do amor mútuo, honra, respeito e responsabilidade.

A Crença Fundamental nº 22 da igreja, baseada na Bíblia, afirma que o relacionamento conjugal “deve refletir o amor, a santidade, a intimidade e a permanência do relacionamento entre Cristo e Sua igreja. ...Embora alguns relacionamentos familiares possam ficar aquém do ideal, os cônjuges que se comprometem totalmente um com o outro em Cristo, podem alcançar a unidade no amor por meio da orientação do Espírito e da nutrição da igreja. Deus abençoa a família e deseja que seus membros ajudem uns aos outros até a maturidade completa. Os pais devem educar os filhos para amar e obedecer ao Senhor. Por seu exemplo e suas palavras, devem ensinar-lhes que Cristo é um disciplinador amoroso, sempre terno e cuidadoso, que deseja que eles se tornem membros de Seu corpo, a família de Deus”.

Ellen G. White, uma das fundadoras da igreja, declarou: “A obra dos pais é a base de toda outra obra. A SOCIEDADE compõe-se de famílias, e é o que a façam os chefes de família. Do coração “procedem as saídas da vida” (Prov. 4:23); e o coração da comunidade, da igreja e da nação é o lar. A felicidade da SOCIEDADE, o êxito da igreja e a prosperidade da nação dependem das influências domésticas” (A Ciência do Bom Viver, p. 349).

---

Essa declaração pública foi lançada pelo presidente da Associação Geral, Neal C. Wilson, após consulta com os 16 vice-presidentes mundiais dos Adventistas do Sétimo Dia, em 27 de junho de 1985, na sessão da Associação Geral em New Orleans, Louisiana.

# DECLARAÇÃO SOBRE ABUSO SEXUAL INFANTIL

O abuso sexual infantil ocorre quando uma pessoa mais velha ou mais forte do que a criança usa seu poder, autoridade ou posição de confiança para envolver a criança em comportamento ou atividade sexual. Incesto, uma forma específica de abuso sexual infantil, é definido como qualquer atividade sexual entre uma criança e um dos pais, um irmão, um membro da família ou um padrasto/pai substituto.

Os abusadores sexuais podem ser homens ou mulheres e podem ser de qualquer idade, nacionalidade ou nível socioeconômico. Frequentemente, são homens que são casados e têm filhos, têm empregos respeitáveis e podem ser frequentadores regulares da igreja. É comum que os infratores neguem fortemente seu comportamento abusivo, se recusem a ver suas ações como um problema e racionalizem seu comportamento ou atribuam a culpa a algo ou outra pessoa. Enquanto é verdade que muitos abusadores exibem inseguranças profundamente enraizadas e baixa autoestima, esses problemas nunca devem ser aceitos como uma desculpa para abusar sexualmente de uma criança. A maioria das autoridades concorda que o verdadeiro problema do abuso sexual infantil está mais relacionado ao desejo de poder e controle do que de sexo.

Quando Deus criou a família humana, Ele começou com um casamento entre um homem e uma mulher baseado no amor e confiança mútua. Esse relacionamento ainda é destinado a fornecer a base para uma família estável e feliz, na qual a dignidade, o valor e a integridade de cada membro da família sejam protegidos e mantidos. Cada criança, seja menino ou menina, deve ser considerada um presente de Deus. Os pais têm o privilégio e a responsabilidade de prover nutrição, proteção e cuidado físico para os filhos que Deus lhes confiou. As crianças devem ser capazes de honrar, respeitar e confiar em seus pais e outros membros da família sem o risco de abuso.

A Bíblia condena o abuso sexual infantil nos termos mais fortes possíveis. Ela vê qualquer tentativa de confundir, borrar ou denegrir as fronteiras pessoais, geracionais ou de gênero por meio de comportamento sexualmente abusivo como um ato de traição e uma violação grosseira da personalidade. Ela condena abertamente os abusos de poder, autoridade e responsabilidade porque eles atingem o âmago dos sentimentos mais profundos das vítimas sobre si mesmas, sobre os outros e Deus, e destroem sua capacidade de amar e confiar. Jesus

usou uma linguagem forte para condenar as ações de qualquer pessoa que, por meio de palavras ou atos, leva uma criança a tropeçar.

Como Igreja acreditamos que nossa fé nos convoca para:

1. Sustentar os princípios de Cristo nas relações familiares, nas quais o respeito próprio, a dignidade e a pureza das crianças são reconhecidas como direitos divinamente determinados.
2. Proporcionar uma atmosfera onde as crianças que sofreram abuso possam se sentir seguras ao relatar o abuso sexual, e possam sentir que alguém as ouvirá.
3. Tornar-se totalmente informado sobre o abuso sexual e seu impacto na comunidade de nossa igreja.
4. Ajudar os ministros e líderes leigos a reconhecer os sinais de advertência de abuso sexual infantil, e saber como responder apropriadamente quando houver suspeita de abuso ou quando uma criança relatar estar sendo abusada sexualmente.
5. Estabelecer relações de referência com conselheiros profissionais e agências locais de agressão sexual que possam, com suas habilidades profissionais, auxiliar as vítimas de abuso e suas famílias.
6. Criar regulamentos e diretrizes nos níveis apropriados, para auxiliar os líderes da igreja em:
  - a. Esforçar-se para tratar com justiça as pessoas acusadas de abusar sexualmente de crianças.
  - b. Responsabilizar os abusadores por suas ações e administrar a disciplina apropriada.
7. Apoiar a educação e o enriquecimento de famílias e membros da família a:
  - a. Dissipar crenças religiosas e culturais comumente aceitas, que podem ser usadas para justificar ou acobertar o abuso sexual infantil.
  - b. Construir um senso saudável de valor pessoal em cada criança, para que a capacite a respeitar a si mesma e aos outros.
  - c. Promover relacionamentos cristãos entre homens e mulheres no lar e na igreja.
8. Fornecer apoio cuidadoso e um ministério redentor baseado na fé dentro da comunidade da igreja para sobreviventes de abuso e abusadores, capacitando-os a acessar a rede disponível de recursos profissionais na comunidade.
9. Incentivar o treinamento de mais profissionais da família para facilitar o processo de cura e recuperação de vítimas de abuso e perpetradores.

(A declaração acima é informada por princípios expressos nas seguintes passagens bíblicas: Gên. 1:26-28; 2:18-25; Lev. 18:20; II Sam. 13:1-22; Mat. 18:6-9; I Cor. 5:1-5; Efé. 6:1-4; Col. 3:18-21; I Tim. 5:5-8.)

# DECLARAÇÃO SOBRE VIOLÊNCIA FAMILIAR

A violência familiar envolve a agressão de qualquer tipo - verbal, física, emocional, sexual ou negligência ativa ou passiva - que é cometida por uma pessoa ou pessoas contra outra dentro de uma família, quer sejam casados, parentes, vivendo juntos ou separados, ou divorciados. Pesquisas internacionais atuais indicam que a violência familiar é um problema global. Ocorre entre indivíduos de todas as idades e nacionalidades, em todos os níveis socioeconômicos e em famílias de todos os tipos de origens religiosas e não religiosas. A taxa geral de incidência tem sido considerada semelhante para comunidades urbanas, suburbanas e rurais.

A violência familiar se manifesta de várias maneiras. Por exemplo, pode ser um ataque físico ao cônjuge. Ataques emocionais, como ameaças verbais, episódios de raiva, depreciação do caráter e exigências irreais de perfeição também são um abuso. Pode assumir a forma de coerção física e violência no relacionamento sexual conjugal, ou a ameaça de violência por meio do uso de comportamento verbal ou não verbal intimidatório. Inclui comportamento como incesto e maus tratos ou negligência dos filhos menores por um dos pais ou outro tutor que resulte em ferimentos ou danos. A violência contra os idosos pode ser vista em abuso ou negligência física, psicológica, sexual, verbal, material e médica.

A Bíblia indica claramente que a marca distintiva dos crentes cristãos é a qualidade de seus relacionamentos humanos na igreja e na família. Está no espírito de Cristo amar e aceitar, procurar afirmar e edificar os outros, em vez de abusar ou destruir uns aos outros. Não há lugar entre os seguidores de Cristo para o controle tirânico e o abuso de poder ou autoridade. Motivados por seu amor a Cristo, Seus discípulos são chamados a mostrar respeito e preocupação pelo bem-estar dos outros, a aceitar homens e mulheres como iguais e a reconhecer que toda pessoa tem o direito ao respeito e à dignidade. A falha em se relacionar com os outros desta forma viola sua personalidade e desvaloriza os seres humanos criados e redimidos por Deus.

O apóstolo Paulo se refere à igreja como “a família da fé”, que funciona como uma família estendida, oferecendo aceitação, compreensão e conforto a todos, especialmente aos que estão sofrendo ou em desvantagem. As Escrituras retratam a igreja como uma família na qual o crescimento pessoal e espiritual pode ocorrer enquanto os sentimentos de traição, rejeição e tristeza dão lugar a sentimentos de perdão, confiança e integridade. A Bíblia também fala da responsabilidade pessoal do cristão de proteger o seu corpo, seu templo, contra a profanação, porque é o lugar da morada de Deus.

Lamentavelmente, a violência familiar ocorre em muitos lares cristãos. Isso nunca pode ser tolerado. Afeta gravemente a vida de todos os envolvidos e frequentemente resulta em percepções distorcidas de Deus, de si mesmo e dos outros a longo prazo.

Acreditamos que a igreja tem a responsabilidade de:

1. Cuidar das pessoas envolvidas na violência familiar e responder às suas necessidades:
  - a. Ouvir e aceitar aqueles que sofrem abuso, amando-os e afirmando-os como pessoas de valor.
  - b. Destacar as injustiças do abuso e falar em defesa das vítimas, tanto na comunidade de fé quanto na sociedade.
  - c. Oferecer um ministério de cuidado e de apoio às famílias afetadas pela violência e abuso, buscando capacitar tanto as vítimas quanto os perpetradores a terem acesso a aconselhamento com profissionais Adventistas do Sétimo Dia, onde estiverem disponíveis, ou outros recursos profissionais na comunidade.
  - d. Incentivar o treinamento e a disponibilização de serviços profissionais certificados e Adventistas do Sétimo Dia, para membros da igreja e comunidades vizinhas.
  - e. Oferecer um ministério de reconciliação quando o arrependimento do perpetrador torna possível a contemplação do perdão e a restauração nos relacionamentos. O arrependimento sempre inclui a aceitação da total responsabilidade pelos erros cometidos, a disposição de fazer a restituição de todas as maneiras possíveis e as mudanças de comportamento para eliminar o abuso.
  - f. Focar, à luz do evangelho, na natureza de marido-mulher, pai-filho e outros relacionamentos íntimos e capacitar indivíduos e famílias para crescer em direção aos ideais de Deus em suas vidas juntos.
  - g. Proteger-se contra o ostracismo das vítimas ou perpetradores dentro da família ou comunidade da igreja, enquanto responsabiliza firmemente os perpetradores por suas ações.
2. Fortalecer a vida familiar:
  - a. Oferecendo educação para a vida familiar, orientada para a graça e inclui uma compreensão bíblica da mutualidade, igualdade e respeito indispensáveis nos relacionamentos cristãos.

- b. Aumentando a compreensão dos fatores que contribuem para a violência familiar.
  - c. Desenvolvendo maneiras de evitar o abuso e a violência e o ciclo recorrente frequentemente observado nas famílias e através das gerações.
  - d. Retificando as crenças religiosas e culturais comumente defendidas, que podem ser usadas para justificar ou encobrir a violência familiar. Por exemplo, enquanto os pais sejam instruídos por Deus a corrigir redentoramente seus filhos, esta responsabilidade não dá licença para o uso de medidas disciplinares severas e punitivas.
3. Aceitar nossa responsabilidade moral de estar alerta e responsivo ao abuso dentro das famílias de nossas congregações e comunidades, e declarar que tal comportamento abusivo é uma violação dos padrões cristãos adventistas do sétimo dia. Quaisquer indicações ou informações de abuso não devem ser minimizadas, mas seriamente consideradas. O fato de os membros da igreja permanecerem indiferentes e acomodados significa tolerar, perpetuar e possivelmente estender a violência familiar.

Se devemos viver como filhos da luz, devemos iluminar as trevas onde a violência familiar ocorre em nosso meio. Devemos cuidar uns dos outros, mesmo quando seria mais fácil não nos envolvermos.

(A declaração acima é informada por princípios expressos nas seguintes passagens bíblicas: Êx. 20:12; Mat. 7:12; 20:25-28; Mar. 9:33-45; Jo. 13:34; Rom. 12:10, 13; I Cor. 6:19; Gál. 3:28; Efé. 5:2, 3, 21-27; 6:1-4; Col. 3:12-14; I Tes. 5:11; I Tim. 5:5-8).

# DECLARAÇÃO SOBRE A VISÃO BÍBLICA DE UMA VIDA NÃO NASCIDA E SUAS IMPLICAÇÕES PARA O ABORTO

Os seres humanos são criados à imagem de Deus. Parte do presente que Deus nos deu como humanos é a procriação, a habilidade de participar da criação junto com o Autor da vida. Este dom sagrado deve ser sempre valorizado e entesourado. No plano original de Deus, toda gravidez deveria ser o resultado da expressão de amor entre um homem e uma mulher comprometidos um com o outro no casamento. Uma gravidez deve ser desejada e cada bebê deve ser amado, valorizado e nutrido mesmo antes do nascimento. Infelizmente, desde a entrada do pecado, Satanás tem feito esforços intencionais para manchar a imagem de Deus desfigurando todos os dons de Deus - incluindo o dom da procriação. Consequentemente, indivíduos são às vezes confrontados com dilemas e decisões difíceis com respeito à gravidez.

A Igreja Adventista do Sétimo Dia está comprometida com os ensinamentos e princípios das Escrituras Sagradas que expressam os valores de Deus sobre a vida e fornecem orientação para futuros pais e mães, pessoal médico, igrejas e todos os crentes em questões de fé, doutrina, comportamento ético, e estilo de vida. A Igreja, embora não seja a consciência de cada crente individual, tem o dever de transmitir os princípios e ensinamentos da Palavra de Deus.

Esta declaração afirma a santidade da vida e apresenta os princípios bíblicos relativos ao aborto. Como apresentado nesta declaração, o aborto é definido como qualquer ação que visa a interrupção da gravidez e não inclui a interrupção espontânea da gravidez, também conhecida como aborto espontâneo.

## PRINCÍPIOS E ENSINOS BÍBLICOS RELACIONADOS AO ABORTO

Uma vez que a prática do aborto deve ser avaliada à luz das Escrituras, os princípios e ensinamentos bíblicos a seguir oferecem orientações para a comunidade de fé e as pessoas afetadas por essas escolhas tão difíceis:

**1. Deus exalta o valor e a santidade da vida humana.** A vida humana tem imenso valor para Deus. Tendo criado a humanidade à Sua imagem (Gênesis 1:27; 2:7), Deus tem grande interesse pelas pessoas. Deus as ama e Se comunica com elas, e elas, por sua vez, podem amá-Lo e se comunicar com Ele.

A vida é um dom de Deus, que é o Doador da vida. Em Jesus está a vida (João 1:4). Ele tem vida em Si mesmo (João 5:26). Ele é a ressurreição e a vida (João 11:25; 14:6). Ele oferece vida em abundância (João 10:10). Quem tem o Filho tem a vida (1 João 5:12). Ele também é o Mantenedor da vida (Atos 17:25-28; Colossenses 1:17; Hebreus 1:1-3). E o Espírito Santo é descrito como Espírito de vida (Romanos 8:2). Deus Se preocupa profundamente com Sua criação e especialmente com a humanidade.

Além disso, a importância da vida humana é esclarecida pelo fato de que, depois da queda (Gênesis 3), Deus “deu o Seu Filho unigênito, para que todo aquele que Nele crê não pereça, mas tenha a vida eterna” (João 3:16). Embora Deus pudesse ter abandonado e destruído a humanidade pecadora, Ele optou pela vida. Em consequência, os seguidores de Cristo ressuscitarão dos mortos e viverão em comunhão face a face com Deus (João 11:25, 26; 1 Tessalonicenses 4:15, 16; Apocalipse 21:3). Assim, a vida humana é de valor inestimável. Isso é válido para todas as fases da vida humana: crianças não nascidas, crianças de várias idades, adolescentes, adultos e idosos, independentemente das capacidades físicas, mentais e emocionais. Também é válido para todos os humanos sem distinção de sexo, etnia, condição social, religião e qualquer outra coisa que os diferencie. Tal entendimento da santidade da vida confere um valor inviolável e igual para toda e qualquer vida humana e exige que ela seja tratada com o máximo respeito e cuidado.

**2. Deus considera a criança que não nasceu como vida humana.** A vida pré-natal é preciosa aos olhos de Deus, e a Bíblia descreve o conhecimento de Deus sobre as pessoas antes que elas sejam concebidas. “Os Teus olhos me viram a substância ainda informe, e no Teu livro foram escritos todos os meus dias, cada um deles escrito e determinado, quando nem um deles havia ainda” (Salmo 139:16). Em alguns casos, Deus deu instruções diretas em relação à vida pré-natal. Sansão deveria ser “nazireu consagrado a Deus desde o ventre de sua mãe” (Juízes 13:5). O servo de Deus é chamado “desde o ventre” (Isaías 49:1, 5). Jeremias já havia sido escolhido como profeta antes de nascer (Jeremias 1:5), assim como Paulo (Gálatas 1:15), e João Batista seria “cheio do Espírito Santo, já do ventre materno” (Lucas 1:15). De Jesus, o anjo Gabriel explicou a Maria: “Por isso, também o Ente santo que há de nascer será chamado Filho de Deus” (Lucas 1:35). Em Sua encarnação, o próprio Jesus experimentou o período pré-natal humano e foi reconhecido como o Messias e Filho de Deus logo após ser concebido (Lucas 1:40-45).

A Bíblia atribui alegria a uma criança que ainda não nasceu (Lucas 1:44) e até mesmo rivalidade (Gênesis 25:21-23). Aqueles que ainda não nasceram têm um lugar seguro com Deus (Jó 10:8-12; 31:13-15). A lei bíblica demonstra forte respeito pela proteção da vida humana e considera grave qualquer dano ou perda de um bebê ou de uma mãe como consequência de um ato violento (Êxodo 21:22, 23).

**3. A vontade de Deus em relação à vida humana é expressa nos Dez Mandamentos e explicada por Jesus no Sermão da Montanha.** O decálogo foi entregue ao povo da aliança de Deus e aos seres humanos em geral a fim de guiar sua vida e os proteger. Seus mandamentos são verdades imutáveis que devem ser apreciadas, respeitadas e obedecidas. O salmista louva a lei de Deus (por exemplo, Salmo 119), e Paulo a chama de santa, justa e boa (Romanos 7:12). O sexto mandamento afirma: “Não matarás” (Êxodo 20:13), que apela para a preservação da vida humana. O princípio de preservar a vida estabelecido no sexto mandamento inclui o aborto em seu escopo. Jesus reforçou o mandamento de não matar em Mateus 5:21 e 22. A vida é protegida por Deus. Não é mensurada pelas habilidades individuais nem pela utilidade da pessoa, mas pelo valor que a criação de Deus e o amor em atitude de sacrifício lhe atribuem. A individualidade, a salvação e o valor humano e não são conquistados nem merecidos, mas graciosamente concedidos por Deus.

**4. Deus é o Doador da vida e os seres humanos são Seus mordomos.** As Escrituras ensinam que Deus é o Dono de tudo (Salmo 50:10-12). Deus tem duplo direito sobre os seres humanos. As pessoas pertencem a Ele porque Ele é o Criador. Portanto, Ele é Dono delas (Salmo 139:13-16). Também são Dele porque Ele é o Redentor e as comprou pelo preço mais alto, Sua própria vida (1 Coríntios 6:19, 20). Isso significa que todos os seres humanos são mordomos de tudo o que Deus lhes confiou, incluindo a própria vida, a vida das crianças e dos que estão em gestação.

A administração da vida também inclui assumir responsabilidades que de alguma forma limitam as escolhas pessoais (1 Coríntios 6:19-22). Sendo Deus o Doador e Dono da vida, os seres humanos não têm controle total sobre si mesmos e devem procurar preservar a vida sempre que possível. O princípio da mordomia da vida obriga a comunidade de fiéis a orientar, apoiar, amar os fiéis e cuidar aqueles que enfrentam decisões relativas à gestação.

**5. A Bíblia ensina a cuidar dos fracos e vulneráveis.** O próprio Deus cuida dos desfavorecidos e oprimidos e os protege. Ele “não faz acepção de pessoas, nem aceita suborno; [...] faz justiça ao órfão e à viúva e ama o estrangeiro, dando-lhe pão e vestes” (Deuteronômio 10:17, 18, cf. Salmo 82:3, 4; Tiago 1:27). Deus não responsabiliza os filhos pelos pecados dos pais (Ezequiel 18:20) e espera o mesmo de Seus filhos. Eles são chamados a ajudar os vulneráveis e aliviar seu fardo (Salmo 41:1; 82:3, 4; Atos 20:35). Jesus falou dos pequeninos dentre os irmãos (Mateus 25:40), pelos quais Seus seguidores são responsáveis. Também mencionou os pequeninos que não devem ser desprezados, nem perdidos (Mateus 18:10-14). Os mais jovens de todos, ou seja, os que ainda se encontram dentro do útero, devem ser incluídos nesse grupo.

**6. A graça de Deus promove a vida neste mundo manchado pelo pecado e pela morte.**

Faz parte da natureza de Deus proteger, preservar e sustentar a vida. Além de falar a respeito da providência de Deus sobre Sua criação (Salmo 103:19; Colossenses 1:17; Hebreus 1:3), a Bíblia reconhece as consequências amplas, devastadoras e degradantes do pecado sobre a criação, inclusive sobre o corpo humano. Em Romanos 8:20-24, Paulo descreveu o impacto da queda como uma sujeição da criação à decadência. Em consequência disso, há casos raros e extremos nos quais a concepção humana pode produzir gestações com perspectivas fatais e/ou anomalias agudas, que ameaçam a vida, colocando diante de indivíduos e casais dilemas excepcionais. Em tais casos, a decisão pode ser deixada para a consciência dos indivíduos e das famílias envolvidas. Essas decisões devem ser bem informadas e orientadas pelo Espírito Santo e pela visão bíblica da vida descrita acima. A graça de Deus promove e protege a vida. As pessoas que se encontrarem envolvidas nessas situações desafiadoras podem procurá-Lo com sinceridade a fim de encontrar direção, conforto e paz no Senhor.

**IMPLICAÇÕES**

A Igreja Adventista do Sétimo Dia considera que o aborto está em desarmonia com o plano de Deus para a vida humana. Ele afeta a vida intrauterina, a mãe, o pai, os membros da família nuclear e estendida, a família da fé e a sociedade, com consequências de longo prazo para todos. Os cristãos têm o objetivo de confiar em Deus e seguir Sua vontade para sua vida, sabendo que Ele tem em mente o que é melhor para eles.

Embora não apoie o aborto, a Igreja e seus membros são chamados a seguir o exemplo de Jesus, e ser cheia “de graça e de verdade” (João 1:14), por meio das seguintes ações: (1) promover uma atmosfera de amor verdadeiro e prover cuidado pastoral bíblico, bem como apoio amoroso aos que enfrentam decisões difíceis relacionadas ao aborto; (2) recorrer à ajuda de famílias bem estruturadas e comprometidas, ensinando-as a cuidar de indivíduos, casais e famílias em dificuldades; (3) encorajar os membros da igreja a abrir o lar para os necessitados, incluindo pais e mães solteiros, órfãos e filhos adotivos, ou que esperam para ser adotados; (4) cuidar profundamente de diversas maneiras das mulheres grávidas que decidem dar prosseguimento à gestação; e (5) oferecer apoio emocional e espiritual às mulheres que abortaram por diversos motivos ou foram obrigadas a abortar e podem estar passando por sofrimento físico, emocional e/ou espiritual.

A questão do aborto impõe enormes desafios, mas oferece aos indivíduos e à Igreja a oportunidade de se tornar o que eles almejam ser: uma comunhão de irmãos e irmãs, uma comunidade de fiéis, a família de Deus, revelando Seu imensurável e infalível amor.

---

Esta declaração foi votada pela Comissão Executiva da Associação Geral dos Adventistas do Sétimo Dia na Sessão do Conselho Anual em Silver Spring, Maryland, em 16 de outubro de 2019.



Este recurso também inclui apresentações gratuitas dos seminários e apostilas. Para baixá-los, visite:

**[family.adventist.org/2022RB](https://family.adventist.org/2022RB)**

**Resiliência Familiar** é para pastores e líderes de ministério em seu trabalho com famílias dentro e fora da igreja. Esperamos que os recursos encontrados neste volume ajudem a desenvolver famílias mais saudáveis, o que invariavelmente resulta em igrejas mais saudáveis que podem alcançar o mundo com poder e alegria para ajudar a apressar a vinda de Jesus Cristo.

● **Sermões**

- Pessoas Resilientes, Relacionamentos Resilientes
- Você se levantará novamente
- Como uma bola de borracha
- Nós iremos: Famílias obedecendo o mandato de Deus

● **Histórias Infantis**

- Movendo-se com Jesus!
- Nós iremos
- Milagre no Zimbábue

● **Seminários**

- O Casamento Resiliente
- Criando filhos resilientes
- Formando o caráter para a eternidade
- Resiliência Familiar: Refinados pelo fogo
- Meninas cada vez mais confiantes

● **Recursos de Liderança**

- A Fonte da Resiliência
- Ajudando as famílias monoparentais a construir resiliência
- Moldando a visão de mundo de seu filho através de um cônjuge amoroso
- O Impacto das experiências adversas na infância
- Uma Visão Bíblica sobre a sexualidade humana

● **Artigos reimpressos**

- Um lar adventista espiritualmente vibrante
- Tenho vontade de dar a ele um pedaço da minha mente!
- Já foi vacinado(a)? E aí?
- Não vamos desperdiçar a pandemia
- Diga-me como, diga-me por quê
- Orações no chão

● **E muito mais!**

Artigos, Recursos recomendados, e Materiais para Implementação do Ministério da Família.

Este recurso também inclui apresentações gratuitas dos seminários e apostilas. Para baixá-los, visite:

**[FAMILY.ADVENTIST.ORG/2022RB](http://FAMILY.ADVENTIST.ORG/2022RB)**



**Igreja Adventista  
do Sétimo Dia**

MINISTÉRIO DA FAMÍLIA

**DEPARTAMENTO DE MINISTÉRIOS DA FAMÍLIA DA  
DIVISÃO SUL-AMERICANA DA IGREJA ADVENTISTA DO SÉTIMO DIA**

Av. L3 Sul, SGAS, Quadra 611 Conj. D, Parte C, Asa Sul

CEP 70200-710. Brasília – DF. Brasil

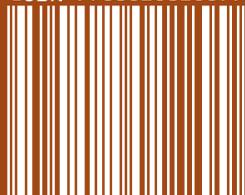
[adventistas.org/pt/familia/](http://adventistas.org/pt/familia/)

[family.adventist.org](http://family.adventist.org)



**Review & Herald**  
PUBLISHING ASSOCIATION

ISBN 9780828028899



9 780828 028899