

AFAAM

Divisão Sul-Americana - 2º trimestre 2012

NASCIDA PARA O BEM

Uma menina especial para
um momento especial

EDUCAÇÃO

Prevenção é tudo

DICAS

Como decorar
sua casa

WANDER JR.
12





Índice

3 Editorial

4 Mensagem – A jovem escrava

6 Para crianças – A lição da borboleta

7 Testemunhando – Um presente chamado Isabelle

9 Minha jornada – Meu sonho

10 Cuidando da sua saúde – Da causa para o efeito

12 Nutrição – Cookies / Abóbora recheada com creme de palmito

13 Nossos dias – Pais prevenidos, filhos protegidos

14 Vida familiar – Como um cristão deve decorar sua casa?

16 Vida espiritual – Os desafios da esposa de pastor

17 Notícias

18 Humor



Editorial



Olá amiga, tudo bem? O tempo passa muito depressa e se estávamos com nossa agenda vazia no começo do ano, agora ela já está cheia de anotações!

Chegamos a um trimestre muito lindo, afinal, em maio comemoramos o Dia das Mães – mães de sangue, mães do coração, mães que se doam, que dão o exemplo, que esperam, que oram, mães anônimas mulheres como a mãe da menina cativa.

Lemos na Bíblia a história daquela garotinha que morava com sua família e que de um dia para o outro foi levada para longe, para ser escrava na casa do comandante do exército sírio, Naamã.

Muito se fala a respeito da garotinha, inclusive, em nossa seção Mensagem há um artigo especial sobre ela. Só que pouco sabemos a respeito da mãe dessa menina. Que mulher incrível deve ter sido ela! Afinal, se a garotinha demonstrou bondade e fé em Deus, foi porque alguém a ensinou. Com certeza uma mãe de fé e oração está por trás dos atos da doce meninazinha.

O anonimato não assusta nenhuma mãe, o que assusta é a possibilidade de seus filhos perderem a salvação. E quando digo filhos, me refiro a todas as pessoas que Deus coloca em nosso caminho. Por isso, independentemente de ser mãe ou não, nesta edição da revista da AFAM você vai ler histórias que vão inspirá-la a ser um exemplo para todos que a rodeiam.

16



Boa leitura! 📖

Com carinho,

Wiliane Steiner Marroni

A jovem escrava

II REIS 5 - COMO RESPONDEMOS QUANDO ALGUÉM NOS TRATA MAL? AQUELA MENINA FOI UM VERDADEIRO EXEMPLO PARA NÓS.

Uma jovem em um país que está em guerra acorda chorando no meio da noite. Em uma ação brutal, sanguinária e rápida, os soldados inimigos haviam atacado o povoado onde vivia, pegando a todos de surpresa. Antes de amanhecer, a menina havia sido presa e levada para longe de seu lar. Deixava para trás seu pai, sua mãe e os irmãos; apesar de que nem sabia ao certo se eles haviam sobrevivido. Não sabia se iria vê-los novamente nem se regressaria.

Apesar de tudo isto, o futuro teve compaixão dela. Mesmo como prisioneira de guerra e transformada em escrava, se consolava pensando que havia trabalhos piores do que ser uma empregada em casa de gente rica. A menina acabou virando serva da esposa de um militar de alto cargo. A vida era melhor do que poderia ter sido, ainda que jamais voltasse a ser o que era antes. Seu lar, sua família e o que esta representava haviam desaparecido para sempre.

Quão difícil deve ter sido adaptar-se a sua nova vida! Hoje em dia diríamos que a menina sofria de estresse pós-traumático. Porém ela não era a única pessoa doente naquela casa. O comandante do exército, que era seu patrão, sofria de uma terrível enfermidade na pele chamada lepra. Naquela época não havia cura para essa doença, e o resultado inevitável seria que o enfermo seria colocado à margem da sociedade.

Fico me perguntando o que deve ter sentido aquela jovem escrava quando se inteirou de que Naamã, o comandante do exército da Síria, estava com lepra. A reação natural seria rezojizar-se do sofrimento do homem que havia causado tanto sofrimento a ela e ao seu povo. Cedo ou tarde ele também seria marginalizado por seu próprio povo, também seria afastado de seus entes queridos como aconteceu com ela.

Por outro lado, como diz o ditado, “se você não pode com eles, junte-se a eles”. Algumas pessoas poderiam reagir, diante de semelhante perda, esquecendo o passado e continuando com a vida. Talvez a menina pudesse ter dito, “agora sou uma cidadã da Síria. Já que o Deus de Israel se esqueceu de mim, eu também vou esquecer dEle. Vou me adaptar a cultura deste lugar e adorar os deuses sírios”.

Só que a jovem escrava não fez nada disso. Não se encheu de ódio e ressentimento, nem se esqueceu de quem era e de onde vinha. De alguma forma, apesar de ser apenas uma escrava que havia perdido tudo o que amava, ela seguiu sendo

fiel ao Deus de Israel. Ao mesmo tempo, pode mostrar respeito e amor pelo homem que a havia privado de sua família. Centenas de anos antes de Jesus dizer que devemos amar a nossos inimigos, aquela jovem mostrou um espírito de perdão e generosidade que a maioria de nós, cristãos, tem dificuldade para demonstrar.

Em II Reis 5:3 está registrado o que a jovem disse para a esposa de Naamã: “Tomara o meu senhor estivesse diante do profeta que está em Samaria; ele o restauraria da sua lepra”.

Ela demonstrou uma atitude compassiva e perdoadora para com um homem que, segundo as normas humanas, deveria ser seu inimigo. No entanto, ela não estava comprometendo seus valores e crenças por este mesmo ato. Ela desejava que Naamã ficasse curado e lhe recomendou visitar o profeta Eliseu em sua terra natal.

Aquela escrava foi capaz de responder de uma maneira muito diferente a que estamos acostumados. Quando alguém nos trata mal ou critica coisas que apreciamos, o normal é que fiquemos tomados de ressentimento. Queremos ver a pessoa sofrer da mesma forma que nos fez sofrer. Ficamos felizes com sua dor. Ficamos distantes do desejo de Jesus para nós ao dizer: “Amai os vossos inimigos e orai pelos que vos perseguem” – Mateus 5:44.

Talvez imaginemos que se amarmos o nosso inimigo e orarmos por ele, cairemos em sua armadilha. Vamos perdoar o mal que fez, aceitar seus valores e abandonar os nossos. Isso é o que muitos de nós pensamos. Existe um fenômeno conhecido como “síndrome de Estocolmo”, mediante o qual as pessoas que foram sequestradas começam a sentir simpatia por seus sequestradores, a ponto de chegar a identificar-se com seus objetivos. Em um mundo em que o povo de Deus foi sequestrado pelo mal e pelo pecado, corremos o risco de sofrer da “síndrome de Estocolmo” com relação ao nosso grande inimigo.

A jovem escrava não abrigava esses sentimentos. Ela não se identificou com o povo da Síria nem com seus deuses. Ela sabia muito bem quem era: uma israelita a serviço do Deus do céu. Não foi generosa e bondosa com seu amo porque lhe fizeram uma lavagem cerebral, mas sim porque entendia realmente o ilimitado amor de Deus. Tinha a rara habilidade de perdoar e desejar o melhor a alguém que lhe fizera mal.

Perdoar a Naamã não significava perdoar o que ele era. Significava ter a dignidade de se levantar em uma terra estranha e apontar para o profeta de Deus, alguém que poderia conduzir Naamã ao Deus que cura e perdoa.

UMA JOGADA DE MESTRE

Quando existem conflitos entre as pessoas é comum que ambas as partes tenham culpa. Em outros casos há uma clara definição entre o bem e o mal, e fica claro que nós e quem nos rodeia somos vítimas. Quem sabe tenhamos sido maltratados e feridos por pessoas más e pelo sistema a que elas servem, como foi o caso da jovem escrava.

É preciso ser valoroso em uma situação assim para seguir com integridade, firme aos valores e crenças que norteiam a vida. Nesses casos é difícil amar a nossos inimigos e demonstrar bondade genuína aos que nos fizeram mal.

Naamã respeitou aquela jovem escrava. Com certeza viu nela algo do que comentamos neste texto. Reconheceu que ela era uma pessoa especial, capaz de falar a verdade com amor, mesmo que em meio a uma situação difícil. Ele escutou seu conselho e fez o que ela sugeriu. Viajou até o lugar onde morava o profeta Eliseu, que o curou de sua lepra.

Não sabemos o que aconteceu depois. Naamã retornou para sua casa curado, declarando, “nunca mais oferecerá este teu servo holocausto nem sacrifício a outros deuses, senão o Senhor”, II Reis 5:17. O esforço missionário da jovem escrava foi bem sucedido, mas não sabemos o que aconteceu depois.

Seria maravilhoso pensar que como recompensa por seus bons conselhos, Naamã tenha libertado a jovem escrava e permitido que ela voltasse para seu país, para junto dos seus familiares. Talvez tenha sido assim. Ou talvez ela tenha vivido o resto de sua vida como escrava em uma terra estranha, sustentada unicamente por sua grande fé.

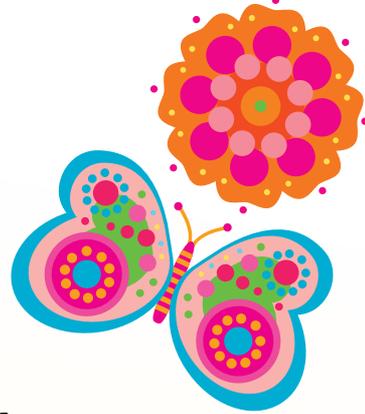
Qualquer que tenha sido seu destino, sua breve aparição na Bíblia nos lembra a forma como Deus espera que seja nossa reação diante das situações difíceis da vida. 🙏

TRUDY J. MORGAN-COLE MORA NO
CANADÁ E JÁ ESCREVEU DEZ LIVROS
PUBLICADOS PELA EDITORA
REVIEW AND HERALD.



Para crianças

A Lição da Borboleta



Um dia, uma pequena abertura apareceu num casulo; um homem sentou e observou a borboleta por várias horas, conforme ela se esforçava para fazer com que seu corpo passasse através daquele pequeno buraco.

Então deu a impressão de que ela havia parado de fazer qualquer progresso. Parecia que ela havia ido o mais longe que podia, e não conseguia ir mais.

Então o homem decidiu ajudar a borboleta: ele pegou uma tesoura e cortou o restante do casulo. A borboleta então saiu facilmente. Mas seu corpo estava murcho, era pequeno e tinha as asas amassadas. O homem continuou a observá-la, porque ele esperava que, a qualquer momento, as asas dela se abrissem e esticassem para serem capazes de suportar o corpo.

Nada aconteceu! Na verdade, a borboleta passou o resto de sua vida rastejando com um corpo murcho e asas encolhidas. Ela nunca foi capaz de voar.

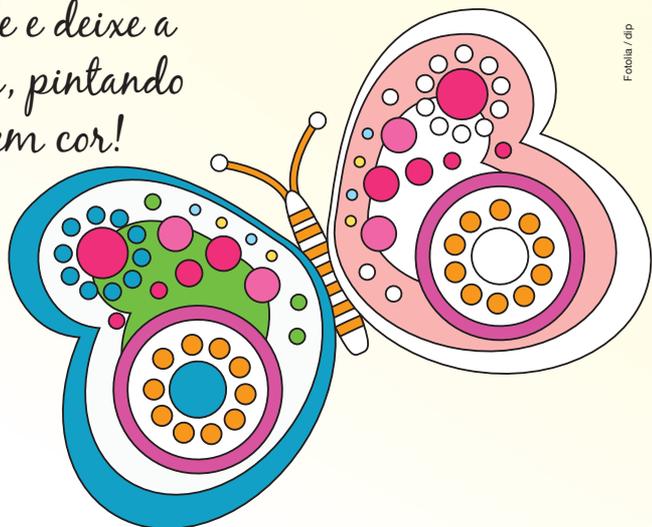
O que o homem, em sua gentileza e vontade de ajudar não compreendia, era que o casulo apertado e o esforço necessário à borboleta para passar através da pequena abertura era o modo pelo qual Deus fazia com que o fluido do corpo da borboleta fosse para as suas asas, de forma que ela estaria pronta para voar uma vez que estivesse livre do casulo.

Algumas vezes, o esforço é justamente o que precisamos em nossa vida.

Se Deus nos permitisse passar através de nossa vida sem quaisquer dificuldades, Ele nos deixaria fracos. Nós não iríamos ser tão fortes como poderíamos ter sido. Nós nunca poderíamos voar.

Até você, que é criança, já tem suas pequenas lutas, já passa por momentos que você não gosta muito, mas tenha certeza de que Deus sempre vai ajudá-lo. Ele vai estar ao seu lado. Com Deus bem juntinho você não precisa ter medo de nada. 🐛

Use sua criatividade e deixe a borboleta bem bonita, pintando onde ainda não tem cor!





Um presente chamado Isabelle

No ano de 2006 meu esposo e eu iniciamos uma jornada de dedicação e fé ao ingressarmos na faculdade. Ele Teologia e eu Pedagogia, no UNASP-EC. Recebemos grandes bênçãos de Deus nesse período. Mas foi no último ano de estudos que Deus nos agraciou com a maior dádiva da nossa vida, um bebê.

Iniciamos o ano de 2009 com a feliz notícia de que nossa família iria aumentar. Soubemos que seria uma menina! Tive uma gravidez muito abençoada e já nesse período fazia o culto com ela todos os dias, cantava hinos, contava histórias da Bíblia e orava. Era motivador fazer tudo isso, pois já sentia a manifestação dela se mexendo nesse momento tão especial de comunhão com Deus.

No dia 9 de outubro de 2009, nossa Isabelle nasceu. A alegria era imensa, mas foi ofuscada com a notícia de que nossa filha havia sido encaminhada para a UTI neonatal, por apresentar dificuldade respiratória ao nascer, passando até mesmo por um processo de reanimação.

Foi um período bem difícil. Os 16 dias em que ela ficou na UTI, respirando com a ajuda de aparelhos, pareciam um drama sem fim. Até que chegou o grande dia de levar nossa filha para casa! Ela estava linda, perfeita e com ótima saúde. Agora sim, iniciávamos nossa vida a três.

Tudo estava indo muito bem, até que quando ela completou dois meses, comeci a notar algo diferente no desenvolvimento motor. Ela não estava mais com as estruturas musculares firmes como antes, estava apresentando quadro de hipotonia muscular, que conseqüentemente acarretou em atraso em seu desenvolvimento motor.

A partir desse momento iniciamos uma jornada intensa de investigações, para descobrir o que poderia estar acontecendo com nossa princesa. Buscamos os melhores profissionais do Brasil e ainda assim não se conseguia chegar a um diagnóstico conclusivo. Mesmo assim iniciamos tratamento terapêutico com fisioterapia, fonoaudiologia e terapia ocupacional.

Com muito amor e dedicação passamos a trabalhar a estimulação em casa também. Sempre priorizando o espiritual e envolvendo Deus nas atividades terapêuticas, muitas conquistas extraordinárias começaram a acontecer surpreendendo a equipe multidisciplinar que cuidava dela.

Abrimos mão de muitas coisas neste período, tanto da área financeira quanto interesses pessoais, mas fizemos isso com tanto amor e alegria que compensava todo e qualquer sacrifício para dar o melhor para nossa filha querida.

Mesmo com toda incerteza quanto ao futuro dela, sem respostas para seu quadro clínico, decidimos lutar, encarar toda a situação não como um problema, mas como uma oportunidade de crescimento. Buscávamos fazer de cada instante um momento de alegria. Foi assim que decidimos agir. Isso é algo que Deus nunca poderá fazer por ninguém: decidir como encarar as diversidades da vida. O que Ele faz é dar muita força e sabedoria. Foi nestas circunstâncias que sentimos o poder de Deus agindo e fortalecendo nossa vida como nunca antes.

Sempre priorizei as questões espirituais. Fazia o culto com ela todos os dias, ensinava histórias da lição da Escola Sabatina, cantava e estudava a Bíblia, orava com ela no seu culto individual e no culto familiar. A comunhão com Deus fazia parte constante da vida da Isabelle. Ela aprendeu a conviver e amar a Deus e testemunhar também.

Ao contrário do seu desenvolvimento motor, o seu desenvolvimento cognitivo era muito acelerado, aprendia muito rápido tudo o que ensinávamos, começou a falar muito cedo e mesmo tão novinha já contava as histórias comigo, orava e decorava o verso áureo. Tudo isso com apenas um aninho de idade!

Quando íamos fazer exames ou nas consultas médicas, levava sua Bíblia em feltro e ali, no momento dos procedimentos, começava a contar as histórias que ela já sabia contar junto comigo. Isso fazia com que ela ficasse bem tranquila mesmo nos procedimentos médicos e terapêuticos mais



complexos e desconfortáveis. Assim, Isabelle testemunhava para os profissionais que cuidavam dela.

Dentre tantas coisas que a Isabelle me ensinou, está o surpreendente exemplo de confiança. Ela passava por momentos de dor sem se queixar por confiar na mãe que sempre estava ao seu lado. Quando fazia algum exame ou procedimento, eu ficava junto com ela, segurava em suas pequenas mãos e dizia: “Está tudo bem, a mamãe está aqui”. Ela me olhava com um olhar de confiança que expressava até dor, mas ficava ali, bem quietinha segurando minha mão suportando todo procedimento sem chorar. Aprendi com ela a confiar plenamente mesmo nos momentos de dor.

Entre as tantas experiências com a Isabelle, quero compartilhar uma em especial, que confirmou, motivou e ensinou que nunca é cedo demais para ensinar sobre Deus aos nossos filhos.

Numa tarde, quando ela estava com um ano e três meses, depois de terminar os exercícios com ela, decidi perguntar-lhe o que queria fazer, pois já sabia pedir muitas coisas. Sua resposta me surpreendeu. Não imaginava que ela pediria isso. A resposta foi: “culto”! Impressionada, levei-a para meu quarto e, no meio da tarde daquele dia, me ajoelhei na beira da cama, a coloquei sentada, encostei meu rosto no rostinho dela e comecei a orar, falando suavemente ao seu ouvido.

Ela ficou ali, bem quietinha durante um bom tempo, até pensei que ela estivesse dormindo. Quando parei e olhei para ela, estava acordada e me disse que queria mais! Naquele dia passei mais de 30 minutos ajoelhada orando com ela e só parei porque meus joelhos estavam cansados. Quando ia encerrar a oração dizendo “em nome de Jesus”, ela já sabia que estava terminando e antes de dizer “amém”, ela pedia: “quê”, querendo orar ainda mais.

Ela gostava de sentir o poder de Deus em sua vida, tinha imenso prazer de estar com Ele. Embora com limitações motoras e musculares, a Isabelle tinha uma boa saúde. Um dia, porém, ela começou a ter uma febre persistente, que não cedia mesmo com os medicamentos.

Fomos ao hospital, e ainda na recepção, percebemos que sua boquinha estava ficando roxa. Ela foi rapidamente atendida, mas seu quadro foi se complicando rapidamente. Após 24 horas de luta, depois de muitos procedimentos, recebemos a triste notícia de que nossa meiga Isabelle tinha sofrido uma parada cardio-respiratória, devido a um quadro de pneumonia, e não resistiu. Faleceu no dia 29 de março de 2011, com um ano e cinco meses de idade.

Deus ouviu o meu clamor e falou ao meu coração naquele instante, me confirmando que a missão da Isabelle nesta terra terminava ali. Ele ainda me confirmou que eu poderia ter paz por ter cumprido minha parte nesta missão e que toda dedicação a ela havia valido a pena.

Com essa paz no coração, me senti fortalecida para me lançar completamente e mais uma vez aos pés do Senhor e Lhe devolver o maravilhoso presente que Ele me confiara para cuidar, amar e completar nossa vida por um ano e cinco meses. Sei que receberei esse presente novamente no dia da volta de Jesus.

Através da vida da Isabelle muitas pessoas conheceram a Jesus e sentiram o poder de Deus agindo na vida delas. Devido o seu exemplo de amor a Deus e à sua Palavra, hoje existe um projeto em nossa Associação. No “Projeto Isabelle”, da Associação Paulista Central, cada criança apresentada na igreja recebe uma Bíblia em feltro, igual a que era dela. Isso tem incentivado os pais a ensinarem e transmitirem o amor de Deus para seus filhos na mais tenra idade.

Recebi essa Bíblia, com muita alegria, em março deste ano, quando apresentamos ao Senhor outro presente que Ele confiou a nós, o Davi, um lindo menino que nasceu no dia 5 de janeiro de 2012, no mesmo dia do aniversário do meu esposo.

Deus não pode substituir a Isabelle, pois Sua obra é perfeita. Ele a colocará em nossos braços, totalmente restaurada, no grande dia da volta de Jesus. E enquanto esse dia não chega, Ele não deixou nosso colo vazio, nos deu o sublime privilégio de cuidar e guiar o Davi até o grande dia em que nossa família estará completa novamente e assim ficará por toda eternidade. 

FERNANDA CORDEIRO BIONDO É ESPOSA DO PR. MOISÉS BIONDO, DISTRICTAL DA ASSOCIAÇÃO PAULISTA CENTRAL.



Meu sonho



Nasci na cidade de Buenos Aires, Argentina, em uma família adventista. Desde pequena recebi os princípios básicos de nossa fé, e uma educação firme e cheia de afeto.

Assumindo a ordem divina “instrui o menino no caminho em que deve andar” meus pais fizeram de mim uma pessoa dócil e sensível às questões espirituais, escolhendo sempre o que sintoniza com os sábios ensinamentos recebidos.

Sem saber bem desde quando e nem o motivo, meu coração abrigava o sonho de ser esposa de pastor, desejo que se concretizou quando eu ainda era uma jovem estudante da Universidad Adventista Del Plata (UAP) e me casei com um estudante de Teologia.

Com 23 anos de idade já estava em nosso primeiro distrito pastoral, como esposa de um aspirante ao Ministério e mãe do nosso primeiro filho. Eu não tinha noção, naquele momento da vida, das proporções que o meu sonho tomaria.

Hoje, depois de 17 anos de Ministério, sinto que é uma escola na qual ainda não me graduei. Mas vejo a mão de Deus guiando meu sonho. Muitas foram as circunstâncias que me levaram a perguntar: “Será que somos capazes de lidar com esta situação?”

A esse primeiro distrito seguiu-se outro, e outro, e mais outro. Houve lágrimas, solidão e incertezas. Igrejas mais ativas, outras menos; irmãos compreensivos, outros nem tanto; alguns nos aplainaram o caminho, outros fizeram com que nos apegássemos a Deus em oração. Muitos nos demonstraram admiração; outros revelaram um sentimento de pena por minha condição de “esposa de pastor”.

Por tudo o que vivi até aqui, com lutas, dissabores, necessidades, conquistas e recompensas, me sinto privilegiada! As provas poliram o meu caráter; as necessidades desenvolveram o meu contentamento.

Deus nos abençoou com dois filhos. A eles me dediquei em tempo integral até que foram para a escola, um ano mais tarde que o habitual, pois decidimos, meu marido e eu, que eles ficariam em casa o máximo de tempo possível.

Lembro que caminhava com eles de mãos dadas nas tardes de sexta-feira rumo à igreja para decorar uma sala ou para dirigir uma reunião do Ministério da Mulher, enquanto dava de mamar.

Respeitando o desenvolvimento dos meus filhos, pude com alegria realizar também meu serviço na igreja como esposa de pastor. É certo que às vezes não podia estar presente; outras tantas vezes, quando meu marido viajava, assistia o culto na mesma igreja, sozinha com as crianças, para que meus filhos não se sentissem uma visita a cada

sábado. Muitos irmãos foram compreensivos com isto; e passou tão rápido!

Hoje meus filhos têm 20 e 16 anos e já não estão em casa. Não me arrependo de ter feito da minha família a minha primeira igreja.

Sinto que Deus conduziu meu sonho dando-me a sabedoria necessária para cada ocasião. Ele sempre me ajudou com pequenas e grandes coisas - desde uma casa bonita para viver em cada distrito, até um esposo que tem sido uma inspiração para mim, pois ele não tem outra aspiração que não seja servir onde Deus mandar.

Durante vários anos adiei os planos de exercer minha profissão, mas Deus me permitiu atuar nos últimos anos, trabalhando em lugares onde tenho testemunhado a pessoas que de outra maneira não conheceriam a Deus.

Agradeço a Deus por meus pais, por Sua igreja, por meus filhos que aprenderam a ser filhos de Deus e não somente bons filhos de pastor. Agradeço a Deus pelos membros das Igrejas, que como membros de nossa própria família dividem alegrias e tristezas e nos fazem crescer no Ministério.

Sei que tenho recebido muito mais do que tenho dado. O sonho de ser esposa de pastor se realizou em minha vida.

Agora somente espero estar entre os remidos, com aqueles a quem, como esposa de pastor, ajudei a concretizar o seu próprio sonho. 🙏

SUSANA ELIZABETH DESJÁ DE GILL. PROFESSORA DE FILOSOFIA, PSICOLOGIA E CIÊNCIA DA EDUCAÇÃO, PALESTRANTE E TERAPEUTA. É ESPOSA DO PASTOR ALBAN ANTONIO GILL KRUG, MÃE DE CHRISTIAN E KATIA.



“DEUS ORDENA QUE RACIOCINEMOS
PARTINDO DA CAUSA PARA O EFEITO”

Da causa para o efeito

Você é uma pessoa informada? Como você avalia seu nível de informação acerca de temas relacionados à saúde? Um baixo nível de informação relacionada a questões de saúde colabora para que coisas simples sejam super valorizadas, gerando grande preocupação, ou para que coisas sérias sejam negligenciadas, passando despercebidas. A mulher que busca informação tem melhor capacidade de atender às necessidades da família e de si mesma, do que aquela que não se preocupa em adquirir tanto conhecimento.

No que diz respeito à saúde, muito se houve falar em prevenção. Campanhas de conscientização são realizadas por categorias de profissionais da saúde, órgãos públicos e pesquisadores, com o intuito de levar à população as informações básicas para se evitar a proliferação de doenças.

Contudo, ter informação não é o suficiente. É preciso pensar da causa para o efeito.

Recentemente, enquanto conversava com uma jovem universitária de 24 anos, ela me contou que na bolsa dela havia uma espécie de farmácia. Eu perguntei o que ela queria dizer com aquilo, e ela me respondeu que tinha diversos remédios, para diferentes problemas de saúde, e que andava sempre com eles para o caso de haver necessidade. Confesso que fiquei intrigada com aquela informação. Ela era da mesma idade que eu, vegetariana (eu também sou vegetariana), era uma pessoa bem informada e aparentemente levava um estilo de vida mais saudável que a média das pessoas que conheço, mas ao contrário do que eu esperava, fazia uso constante de medicamentos. Aquela informação não combinava com o restante das informações que eu tinha acerca daquela moça, principalmente porque boa parte das doenças para as quais ela carregava medicamentos não eram doenças hereditárias ou congênitas, mas doenças relacionadas a um estilo de vida ruim.

Passamos mais algum tempo juntas, e pude compreender a razão de haver uma farmácia em sua bolsa. Descobri que o ritmo de vida dela era extremamente estressante, que apesar de ser vegetariana ela fazia uma série de concessões e, mesmo tendo uma espécie de alergia à lactose, utilizava produtos contendo lactose com certa frequência. Ela também fazia uso frequente de produtos cafeinados (como coca-cola, chocolate e alguns chás) e açúcar. De fato, o estilo de vida saudável dela era apenas aparente.

Esta moça que conheci não é uma jovem cristã e não conhece as orientações de saúde deixadas para os Adventistas do Sétimo Dia. Como muitas mulheres adventistas com quem converso frequentemente, ela não pensa da causa para o efeito quando se trata de saúde. Prefere carregar uma porção de comprimidos na bolsa do que se abster de um estilo de vida prejudicial. E digo estilo de vida porque saúde não diz respeito apenas à alimentação saudável, mas a todo um conjunto de coisas que, em resumo, conhecemos como sendo os oito remédios da natureza.

Nossa sociedade se acostumou ao conforto que há em tomar “porções mágicas” chamadas medicamentos, para solucionar problemas. Pensar da causa para o efeito é andar na contramão desse estilo de vida cômodo das drogarias. É medir as consequências de nossas possíveis ações, e optar por aquelas que trarão maior benefício.

Eu poderia ter escolhido um problema de saúde, e escrito sobre ele para você. Como psicóloga, poderia ter falado

acerca do desenvolvimento de doenças físicas a partir de problemas emocionais. Mas julgo ser muito mais necessário começar nossa conversa provocando uma reflexão acerca de seus hábitos de vida e até que ponto você tem pensado da causa para o efeito antes de fazer suas escolhas.

Ellen White, em vários momentos, escreve sobre a necessidade de pensarmos da causa para o efeito ao falar sobre os cuidados com o nosso corpo. No livro *Conselhos aos Professores, Pais e Estudantes*, página 300, ela escreve que Deus “ordena que raciocinemos partindo da causa para o efeito”. Se aprendermos a fazer isso com destreza, então, qualquer nova informação sobre saúde será muito bem aplicada em nossa vida. 

KARYNE M. LIRA CORREIA É PSICÓLOGA, MESTRE EM PSICOLOGIA, PALESTRANTE, EDITORA DE CONTEÚDO PARA INTERNET E PÓS-GRADUANDA EM “SAÚDE DA MULHER E PSICOLOGIA”.



Nutrição



Cookies

Ingredientes:

6 colheres (sopa) de creme de amendoim
3/4 de xícara de mel (melado de cana ou açúcar mascavo)
1/2 xícara de castanha de caju triturada (também pode ser nozes ou castanha do Pará)
1 colher de raspa de laranja e/ou limão
1 1/2 xícara de aveia em flocos
1 ovo

Modo de fazer:

Misturar manualmente até formar uma liga os seguintes ingredientes, creme de amendoim com mel, as castanhas e as raspas de laranja, acrescentar a aveia e por fim o ovo. Com o auxílio de uma colher de chá e/ou sopa modelar os biscoitos numa forma untada e assar em forno convencional durante 12 a 15 minutos, com a temperatura de 350°. Essa receita rende de 15 a 20 porções.

Sugestões:

Para uma receita diferenciada, acrescente passas, ameixas, frutas cristalizadas, etc.

Abóbora recheada com creme de palmito

Ingredientes:

1 abóbora moranga
4 tomates
1 lata de milho
1 cebolla
2 vidros de palmito picado
2 copos de requeijão
1 lata de creme de leite
azeitonas picadas

Modo de fazer:

Fazer um corte na parte de cima da abóbora, como uma tampa. Retirar as sementes e lavar bem. Colocar água fervente dentro da abóbora e tampar. Repetir este processo várias vezes, até a abóbora estar cozida.

Creme:

Picar ou ralar bem a cebola e dourar na manteiga ou no azeite. Colocar os tomates, o milho e a azeitona. Depois do molho pronto, colocar o palmito, o requeijão e o creme de leite. Colocar o creme dentro da abóbora e servir.



Pais *prevenidos*, filhos protegidos

Em 1997 foi publicada uma pesquisa feita por um pastor evangélico sobre a condição do jovem daquela época¹. Os números levantados foram muito chocantes, veja alguns:

Todos os dias nos Estados Unidos...

- Mil adolescentes solteiras tornam-se mães;
- 1.106 jovens fazem aborto;
- 4.219 contraem doenças sexualmente transmissíveis;
- 500 adolescentes começam a usar drogas;
- Mil começam a beber;
- 135 mil alunos levam armas à escola;
- 6 adolescentes cometem suicídio;
- A gravidez na adolescência aumentou mais de 500% nos últimos anos;

- O suicídio entre os jovens cresceu 300%.

A pesquisa se estendeu a avaliar também o jovem cristão. Os resultados também não foram muito animadores sobre como anda a situação dos nossos filhos, dentro da igreja, veja:

- 66% (com idade entre 11 e 18 anos) mentiram a um dos pais, professor ou adulto;
- 59% mentiram a desconhecidos;
- 36% colaram na prova;
- 23% fumaram cigarro ou outro produto derivado do fumo;
- 20% tentaram machucar fisicamente alguém;
- 12% ficaram embriagados;
- 8% usaram drogas ilegais.

O estudo conclui que até os nossos filhos completarem 18 anos, 55% deles já teriam se envolvido na prática de acariciar seios, genitais e/ou outro intercurso sexual. Também constatou-se que:

- 50% de nossos jovens dizem que estão estressados;
- 55% dizem que estão confusos;
- 74% dizem que estão buscando respostas.

A grande pergunta é: Será que a realidade de nosso mundo, dos jovens em geral e de nossos filhos em particular mudou para melhor ou para pior de 1997 para hoje? O fato lastimável é que a realidade comprova que muitos dos nossos filhos estão “envolvidos sexualmente. Um número excessivo deles está mentindo, enganando e roubando. Inúmeros estão machucando outras pessoas”².

Junto a este cenário caótico, vive-se uma crise na educação, seja secular, doméstica e principalmente religiosa. Pode-se ver como nunca dantes um exacerbado aumento da delinquência infantil; uso de drogas; homossexualismo divulgado e incentivado pela mídia de forma abusiva; gravidez na adolescência se multiplicando; filhos desobedientes; abandono da fé, entre outros.

Entretanto, esta crise na educação tem levado muitos pais a terceirizarem a educação de seus filhos. Repassam suas responsabilidades para a escola, para a igreja, para o poder público, para a televisão. O fruto de tudo isto é a realidade desesperadora que estamos colhendo. Em um estudo feito por um ex-diretor do FBI, ele buscou encontrar as principais causas que levavam as pessoas à delinquência. Sua pesquisa constatou que os três principais motivos eram: as más companhias, a televisão e a falta de orientação religiosa no lar.

É fato concreto que os amigos exercem grande pressão sobre nossos filhos, “muito cedo na vida tornam-se os filhos suscetíveis

às influências corruptoras, mas pais que professam ser cristãos parecem não discernir o mal de sua própria maneira de governar.”³ É dever dos pais cuidar de quem são os amigos dos filhos bem como orientá-los sobre quem deveria ser seus amigos.

Muitas crianças, jovens e adolescentes são deixados à frente da televisão indiscriminadamente. Estudos comprovam que em uma semana a televisão apresenta 1.385 cenas de nudez; 478 cenas de sexo; 149 brigas e facadas; 329 palavões e 3.376 tiros. Até os 18 anos, o jovem já terá assistido a 22 mil horas de televisão, 12 mil de aula na escola, e acredite, terá tido somente 1.000 horas de diálogo com os pais.⁴ Sabemos que “somos transformados pela contemplação.”⁵ A quantidade de tempo que se passa frente à televisão influencia significativamente na formação do caráter e o seu interesse para com as coisas espirituais. Quanto tempo seus filhos têm passado à frente da televisão?

A Internet ao mesmo tempo em que pode ser um instrumento para aquisição de conhecimento, estudos e pregação do evangelho, se mal empregada pode trazer ruína e destruição aos lares. O excesso de tempo gasto e o fácil acesso a conteúdos que desagradam a Deus ao mesmo tempo em que degradam o ser humano é preocupante.

Uma pesquisa realizada pelo Centro para a Pesquisa em Prevenção de Doenças da Universidade de Stanford⁶ constatou que “a redução do uso de televisão e videogame, reduz o comportamento agressivo dos estudantes”. Segundo Strayer⁷, “A TV – agora em 92% dos lares cristãos – moldou neles até mesmo a compreensão da Bíblia”. Em contrapartida, como andam nossos cultos familiares? Estamos ensinando nossos filhos a amarem ao Senhor de todas as suas forças, entendimento e acima de todas as coisas? Quanto tempo temos dedicado para ensinarmos os sólidos e importantes princípios da Palavra de Deus? Nossos filhos têm aprendido a amar e reverenciar a Casa de Deus?

Na pesquisa que foi realizada pelo ex-diretor do FBI ele também constatou a dura realidade que mais de 30% dos presidiários vem de lares religiosos. Isto retrata o caos espiritual que se vive dentro de muitas famílias cristãs. Deus espera que nós desenvolvamos no coração de nossas crianças amor pela Bíblia, pela igreja, por Jesus. Também devemos ensiná-los a serem cidadãos éticos, e que contribuam significativamente para uma sociedade melhor. Isto só tem chance de acontecer se começarmos agora um trabalho de prevenção no lar. “É no lar que deve começar o verdadeiro trabalho. Sobre os que têm a responsabilidade de educar os jovens, de lhes formar o caráter, repousa a maior responsabilidade”⁸. Se desejamos proteger nossos filhos dos avasaldadores males que estão destruindo os jovens ao nosso redor, é preciso investir na família de forma intensa e direcionada. 

WÉLIDA DANCINI SILVA, CONSULTORA ORGANIZACIONAL.

¹ Josh McDowell e Bob Hostetler, *Certo ou Errado* (São Paulo, SP: Candeia, 1997), 22.

² Josh McDowell e Bob Hostetler, *Certo ou Errado* (São Paulo, SP: Candeia, 1997), 26.

³ Ellen White, *Orientação da Criança* (Tatuí, SP: CPB, 2006), 198.

⁴ *Prospecto da Bíblia Ilustrada para Família* (Tatuí, SP: CPB, 2008).

⁵ Ellen White, *E Recebereis Poder* (Tatuí, SP: CPB, 1999), 58.

⁶ *Centro para a pesquisa em prevenção de doenças da Universidade de Stanford - EUA. ROBSON et al., 2001.*

⁷ B. E. Strayer, *Os Adventistas e os Filmes: Um século de Mudança* (Revista Diálogo 5:1 – 1993), 14.

⁸ Ellen White, *Orientação da Criança* (Tatuí, SP: CPB, 2006), 407.

Como um *cristão* deve decorar sua casa

A moda muda muito rápido. Estilos de decoração também mudam rápido, alimentados por uma indústria que tenta se apropriar do nosso tempo e dinheiro, enganando-nos com a ideia de que precisamos daquele objeto específico, daquele enfeite exclusivo e do acessório ideal para cada canto da nossa casa.

Deus não se opõe a que tenhamos um lar bonito e bem decorado. Além do mais o primeiro lar que Ele desenhou era um lugar belo e reluzente. Creio que Ele deseja que vivamos em lugares atrativos, cômodos, simpáticos, alegres, agradáveis e seguros. O projeto que Ele fez para o tabernáculo no deserto mostra que Ele ama a beleza, as mãos talentosas, o material de qualidade, as proporções adequadas e um impecável sentido de ordem. Ele colocou no santuário objetos que fazem com que recordemos do Seu amor, dos Seus planos para suprir as necessidades do povo, Suas normas de amor, Sua graça e Seu plano de salvação.

Jesus veio a este mundo para mostrar que podemos viver com simplicidade, de acordo com nossas necessidades e possibilidades. Quando aqui Ele esteve, um estábulo se transformou em um lar, uma manjedoura fez papel de berço, um barco de pescadores serviu de cama e por aí fora. Jesus se sentia feliz e satisfeito mesmo sem ter uma moradia, viajando de um lugar para outro sem ter objetos para uso pessoal. No entanto, passou boa parte de sua vida fabricando móveis de madeira de excelente qualidade. Posso imaginá-Lo alisando o assento de uma cadeira até que estivesse bem confortável, suave ao tato, o mais adequada possível para quem fosse utilizá-la.

Creio que é este espírito que devemos cultivar em nossos lares, o gosto pelo que é belo sem o estresse do consumismo. O Espírito Santo está pronto a nos ajudar a decorarmos nosso lar de maneira que criemos um ambiente perfeitamente acolhedor. Nossas moradias devem possuir, antes de tudo, uma atmosfera hospitaleira. Nossas casas devem sempre dar as boas-vindas a quem chega e uma boa dica é estimular os cinco sentidos dos visitantes.

OLFATO: Utilize um ramo de flores frescas, a fragrância de um pão fresco, ou o cheiro de canela de uma vela.

TATO: Nosso lar deve fazer com que os visitantes se sintam bem quando lhes damos um abraço ou um delicado aperto de mãos. Podemos estimular o sentido do tato mediante o uso de fibras naturais, coleção de objetos como plumas, conchas ou sementes.

PALADAR: Apetitosos alimentos e sucos de frutas naturais podem ser oferecidos.

AUDIÇÃO: A música clássica, cantos de louvor, músicas instrumentais contribuem para a boa sonoridade de nossos lares. Palavras amorosas, boas risadas e enfeites movidos pelo vento também são a alegria de um lar.

VISÃO: Ordem, limpeza, organização e beleza são colírio para os olhos.

O famoso decorador William Morris sempre se inspirou nas plantas e na natureza para criar seus projetos. Morris morreu em 1896 e foi considerado o fundador da tendência chamada “Artes Manuais”. Este movimento artístico colocou de lado a suntuosidade da era vitoriana e todo materialismo produzido pela revolução industrial. A tendência favoreceu o uso de desenhos especiais, trabalhos manuais e o espírito comunitário. Sua expressão mais famosa foi: “Não tenham nada em suas casas que não considerem útil”. Esta frase se converteu em uma norma simples para todo decorador de interiores. É um conceito de fácil aplicação.

Como podemos então criar ambientes que refletem nossa fé em Deus e que sejam atrativos e aconchegantes? Aqui vão algumas ideias:

- 1) Analise seus valores cristãos e pense em como colocá-los em prática em seu lar.
- 2) Considere as ideias práticas oferecidas por Ellen White (quadro).
- 3) Avalie o que você tem em casa. Quem sabe você possa facilitar a sua vida. Doe o que não precisa e reorganize o que ficar. Faça a seguinte pergunta: Se minha casa estivesse pegando fogo, o que eu gostaria de salvar?
- 4) Ore pedindo a direção de Deus.

O Deus que se preocupou em criar o belo jardim do Éden, e que está preparando lugares especiais no céu, se interessa pela forma como vivemos na terra. Ele deseja que sejamos felizes, saudáveis e que tenhamos lares acolhedores, onde, em união com nossa família e amigos, possamos sentir-nos à vontade. E, acima de tudo, Ele deseja estar em nosso lar a cada dia. 🙏

KAREN HOLFORD MORA NA INGLATERRA, É ESPOSA DE PASTOR E MÃE DE TRÊS FILHOS. SEU ARTIGO FOI PUBLICADO NA REVISTA MUJERES DE ESPÍRITU E RESUMIDO PARA USO NESTA EDIÇÃO.



Fotolia: Yuri Arcurs

ELLEN WHITE E A DECORAÇÃO DO LAR

NO LIVRO “O LAR ADVENTISTA” VOCÊ PODE ENCONTRAR SÁBIOS CONSELHOS. ALGUNS DELES SÃO:

- AS CASAS NECESSITAM DE ABUNDANTE LUZ SOLAR E AR FRESCO.
- AS CASAS DEVEM ESTAR RODEADAS DE BELEZA NATURAL E JARDINS, SEMPRE QUE FOR POSSÍVEL.
- A MOBÍLIA DEVE SER SIMPLES, SEM LUXO, DURADOURA, FÁCIL DE LIMPAR E DE FÁCIL REPOSIÇÃO.
- AS RELAÇÕES ENTRE OS MEMBROS DA FAMÍLIA É QUE DÃO VIDA A UM LAR, NÃO OS ENFEITES LUXUOSOS.
- OS ENFEITES E ACESSÓRIOS DEVEM ECONOMIZAR TEMPO E ENERGIA; NÃO DEVEM REPRESENTAR TRABALHO ADICIONAL.
- A HARMONIA DAS CORES DEVE TER INSPIRAÇÃO NA NATUREZA.
- OS MÓVEIS DEVEM SER PLANEJADOS DE MANEIRA QUE TODOS OS MEMBROS DA FAMÍLIA TENHAM UM LOCAL APROPRIADO PARA SENTAR, COMER, DORMIR E TRABALHAR.
- O LAR DEVE SER UM LUGAR ONDE TODOS SE SINTAM BEM-VINDOS, ESPECIALMENTE OS FILHOS.

Os *desafios* da esposa de pastor

“BENDITA SEJA A TUA PRUDÊNCIA, E BENDITA SEJAS TU MESMA, QUE HOJE ME TOLHESTE DE DERRAMAR SANGUE E DE QUE POR MINHA PRÓPRIA MÃO ME VINGASSE.” I SAMUEL 25:33

Deus sempre usou as mulheres e fez delas uma bênção. A Bíblia registra a história de algumas delas, dentre as quais está Abigail. Uma mulher fantástica, que viveu à frente de seu tempo. Veja algumas de suas qualidades: prudente, tolerante, pacificadora, conselheira, servicial, rápida.

Você conhece a história de Abigail. Ela foi uma mulher de atitude e agiu com sabedoria para aplacar a ira de Davi contra seu esposo, Nabal, que era um homem estúpido, tolo e insensato (I Samuel 25:18-35). A resposta de Nabal aos homens de Davi mostra que ele “era duro e maligno em todo o seu trato”. Abigail, por sua vez, prevendo o infortúnio que poderia vir sobre sua família, apressou-se para corrigir o mal causado por Nabal.

Dentro da sua visão, como esposa de pastor, quais são as situações nas quais você precisa atuar sabiamente? Ensinar à família a amar a Deus e à Sua Igreja? Unir a família em torno da missão de servir a Deus? Ajudar seu esposo na administração de conflitos e no atendimento às necessidades das pessoas? Mostrar o caminho aos perdidos? O Senhor pode e quer usar você para a salvação de outros, assim como fez com Abigail.

Talvez você não veja em si mesma as qualidades de Abigail e se sinta limitada para agir quando necessário. Não importa qual a sua limitação. Já nos tempos bíblicos Deus usou mulheres com limitações - Ester, Rute, Noemi, Maria, etc. Elas se tornaram uma bênção quando se colocaram a serviço de Deus. Permita e esteja disponível para que Ele possa cumprir Seus propósitos em sua vida. Ele é o dono do impossível, do ilimitado, da força, do poder, da graça, da fé, da realização e das habilidades: talento e capacitação.

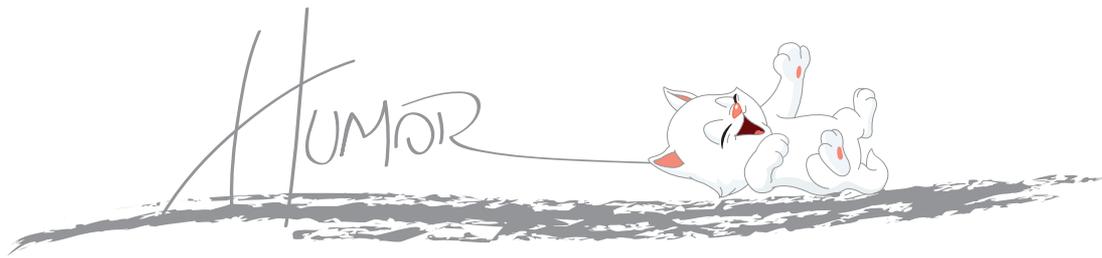
Educar os filhos, cuidar da família e da missão que o Senhor nos confiou é algo maior do que nós mesmos. Mas Deus nos dá desafios a fim de nos fortalecer e nos tornar úteis. Assim, no serviço do Senhor, esquecemo-nos das mazelas deste mundo, tais como: doenças, tristezas, desconfortos, injustiças e a morte. E avançamos com a Igreja para algo maior, que é a eternidade.

Não é prometida uma trajetória fácil e tranquila, mas teremos a companhia do Senhor todos os dias, e a nossa chegada é certa e segura. 🙏

Maranata!

PR. DOMINGOS JOSÉ DE SOUSA
PRESIDENTE DA UNIÃO CENTRAL BRASILEIRA





O SENHOR É O MEU PASTOR

Uma professora de Escola Sabatina decidiu pedir às crianças de sua classe que memorizassem o Salmo 23. Deu a eles um mês de prazo. O pequeno Marcelo estava emocionado com a tarefa, mas estava com dificuldades para gravar o texto. Depois de muita prática havia decorado apenas a primeira frase. Finalmente chegou o dia em que as crianças recitariam o texto diante de toda Igreja, e Marcelo estava muito nervoso. Quando chegou a sua vez de falar, ele pegou o microfone e disse com firmeza: “O Senhor é o meu pastor e isso é tudo o que eu preciso saber”.

ORAÇÃO NÃO RESPONDIDA

A filha de cinco anos de um pastor notou que seu pai sempre fazia uma pausa e inclinava a cabeça durante um momento antes de começar seu sermão. Um dia ela perguntou porquê ele fazia isso.

- Bem, querida – começou o pai, orgulhoso porque sua filha era tão atenta às suas pregações. – Nesse momento costumo pedir a Deus que me ajude a pregar um bom sermão.

A resposta veio rápida:

- E por que Ele não atende o seu pedido?



Ilustrações: Carlos Serbelli

Edição internacional com
mais de 160 milhões
de exemplares



2012 ano da
GRANDE ESPERANÇA



- 1. Reavivamento e Reforma – 10 de março**
Apoie e promova o Dia de Jejum, Oração e vigília diurna. A América do Sul estará em oração buscando reavivamento e reforma espirituais.
- 2. Impacto Esperança – 24 de março**
Nós, mulheres, temos a oportunidade de dar um presente especial a nossos amigos: um livro *A Grande Esperança*.
- 3. Amigos da Esperança e Lares de Esperança – 31 de março**
Organize uma recepção especial dos Amigos da Esperança e Lares da Esperança.

- 4. Evangelismo na Semana Santa de 1 a 8 de abril**
Na Semana Santa há oportunidade de convites especiais para as mensagens.
- 5. Evangelismo via satélite e web de 17 a 24 de novembro**
Ore pelo evangelismo com o Pr. Alejandro Bullón e motive a igreja a participar!
- 6. Plantio de novas igrejas**
Elabore um projeto com as mulheres de sua igreja e, juntas, sonhem em plantar uma nova igreja em 2012.



www.esperanca.com.br
Materiais e informações: portaladventista.org