

# afam

Você mais próxima de Deus

## Liderança



## servidora

A LIDERANÇA DAS MULHERES CRISTÃS É UMA FERRAMENTA PODEROSA NO EVANGELISMO

**Um convite à liderança:**  
os vários perfis de liderança

**Nascidas para liderar:** um chamado  
para servir

**Minha vida:** um milagre do  
amor de Deus



1º Trimestre 2018

COMO MULHERES, DIARIAMENTE EXERCEMOS certo grau de influência na vida das pessoas. Esta influência será positiva ou negativa e poderá ser percebida em vários âmbitos da vida: família, igreja, trabalho, escola ou relacionamentos interpessoais.

Ellen White, uma líder chamada por Deus para cumprir uma liderança que chega até nossos dias, destaca pontos importantes para que possamos reconhecer e desenvolver a liderança feminina sendo líderes que cumprem a vontade de Deus ao promover o Seu reino eterno.

Ela afirma que “o Senhor tem uma obra para mulheres, bem como para homens. Elas podem ocupar os seus lugares em Sua obra nesta crise, e Ele realizará por intermédio delas... Elas podem fazer em famílias uma obra que os homens não podem fazer, obra que alcança o íntimo da vida. Elas podem aproximar-se do coração daqueles a quem os homens não podem alcançar. Seu trabalho é necessário” (Beneficência Social, p. 145).

Como é maravilhoso saber que Deus deseja realizar uma importante obra por meio de nós, e que a nossa liderança é necessária. Portanto, é imprescindível que conheçamos as características de um líder para que sejamos usadas pelo Espírito Santo.

Querida companheira de ministério, rogo a Deus que você desfrute da leitura dos artigos que se encontram nesta revista e que as mensagens aqui escritas possam aproximá-la de Jesus, o Líder maior. Porque somente assim, serás uma líder por excelência.

Com estima,



COMO É  
MARAVILHOSO  
SABER QUE  
DEUS DESEJA  
REALIZAR UMA  
IMPORTANTE  
OBRA POR MEIO  
DE NÓS

{ Marli K. Peyerl }  
é a coordenadora da Revista afam

Área Feminina da Associação  
Ministerial

Revista Trimestral  
Ano 18 Nº 69  
Janeiro a Março de 2018

**Jornalista Responsável**  
Silaine Bory –  
registro profissional 3568/DF

**Editoração**  
Felipe Lemos e Aline do Valle

**Coordenação geral AFAM-DSA**  
Marli Peyerl

**Secretária DSA**  
Miriam Oliveira Galo da Luz

**Líderes da AFAM**  
**União Brasileira:**  
**União Central Brasileira:**  
Irene Lisboa

**União Centro-Oeste Brasileira:**  
Eleni Wordell

**União Leste Brasileira:**  
Marília Dantas

**União Nordeste Brasileira:**  
Rosário Costa e Silva

**União Noroeste Brasileira:**  
Analu Zahn

**União Norte-Brasileira:**  
Cleonice Campos Santiago

**União Sudeste Brasileira:**  
Sara M. Guimarães Lima

**União Sul Brasileira:**  
Denise Lopes

**Visite o site:**  
[www.adventista.org.br](http://www.adventista.org.br)  
E-mail da Redação:  
[afam.dsa@dsa.org.br](mailto:afam.dsa@dsa.org.br)

**Diagramação, impressão  
e acabamento:**



**Chefe de arte**  
Marcelo de Souza

**Projeto gráfico**  
Milena Ribeiro

**Programação visual**  
Flávio Oak  
Milena Ribeiro  
Renan Martin

**Capa:**  
Milena Ribeiro

**Ilustração de Capa:**  
Andrzej Wilusz | Fotolia

7820/37366  
ISSN: 2236-7896  
Tiragem: 4.852



**AFAM:** Marca Registrada no  
Instituto Nacional de Propriedade  
Industrial.  
Todos os direitos reservados. Não é  
permitida a reprodução total ou parcial  
de matérias deste periódico sem  
autorização por escrito dos editores.

# *nesta edição*



## 8

### NOSSOS DIAS

*Quando a liderança é um chamado divino para servir e pregar o evangelho*

#### UM CONVITE À LIDERANÇA 04

*Há muitos perfis de liderança e todos fazem sua parte com maestria*

#### CONHECENDO A GLÂNDULA MAIS PODEROSA DO ORGANISMO 12

*A tireoide e sua importância para a vida humana*

#### E O OSCAR VAI PARA... 16

*O exemplo de mulheres coadjuvantes na Bíblia e as lições para nós*

14



*VOCÊ testemunhando*

19



*MINHA jornada*

07



*PARA crianças*

# UM CONVITE À liderança

TEXTO: WELLINGTON BARBOSA / editor da revista Ministério

**P**ara muitas esposas de pastor, ser indicada para exercer a liderança em alguma função da igreja é algo assustador. Seja para dirigir um evento local ou coordenar o trabalho de algum ministério no distrito e até mesmo na associação, muitas mulheres valorosas temem não conseguir desempenhar bem a atividade. Consideram-se “fora dos padrões” para ser líderes eficientes e acabam

sucumbindo às ameaças que vivem dentro de si mesmas. Vítimas de paradigmas equivocados perpetuados ao longo do tempo, limitam a influência que poderiam ter para abençoar ainda mais a igreja que está sob sua responsabilidade.

Assim, é muito comum ouvir esposas de pastor dizendo: “Eu não tenho dom para liderar” ou “não conseguiria fazer as coisas do modo como meu marido faz”. Agindo dessa maneira ignoram que, mesmo entre pastores, o número daqueles dotados com o “dom da liderança” é bem pequeno. Por exemplo, em uma pesquisa feita nos Estados Unidos com 188 pastores, descobriu-se que apenas 5,9% deles identificavam em si o dom da liderança.<sup>1</sup> Além disso, se esquecem de que o Senhor é o responsável pela variedade no corpo de Cristo. Moisés e Arão, Davi e Salomão, Paulo e Timóteo são amostras do relato sagrado de líderes que tinham personalidades muito distintas, mas que deixaram sua marca na história do povo de Deus.



Para além da incompreensão e da comparação, é fundamental destacar que liderança é uma atividade passível de ser aprendida e que não existe um tipo de personalidade exclusivo para ela. Isso significa que nem todo extrovertido será um excelente líder nem que todo introvertido está fadado ao fracasso. O segredo está em se autoconhecer, conhecer as pessoas e crescer em habilidades que lhe permitam compreender o ambiente em que se lidera e agir para que haja crescimento dos liderados.

Neste artigo, gostaria de compartilhar algumas ideias baseadas nas pesquisas de David Merrill e Roger Reid que podem ser úteis na tarefa de autoconhecimento e compreensão das pessoas, a fim de contribuir para que você desenvolva sua liderança e amplie sua influência positiva na causa de Cristo.

### Os estilos sociais

Na década de 1960, Merrill e Reid chegaram à conclusão de que o comportamento das pessoas pode ser agrupado em três segmentos: assertividade, responsividade e versatilidade.<sup>2</sup> Para os autores, assertividade é “o aspecto do comportamento que mensura se a pessoa tende a expressar ou perguntar, e o grau em que outros nos veem como que tentando influenciar suas decisões”.<sup>3</sup> Por sua vez, responsividade é a dimensão que “indica se uma pessoa tende a se emocionar ou controlar seus sentimentos, e a extensão em que outros nos veem como indivíduos que demonstram abertamente sentimentos e emoções em situações sociais”.<sup>4</sup> Finalmente, versatilidade é “a extensão com que outros nos veem como adaptáveis, talentosos e competentes”.<sup>5</sup>

Ao analisar os três segmentos, eles identificaram que a interseção entre assertividade

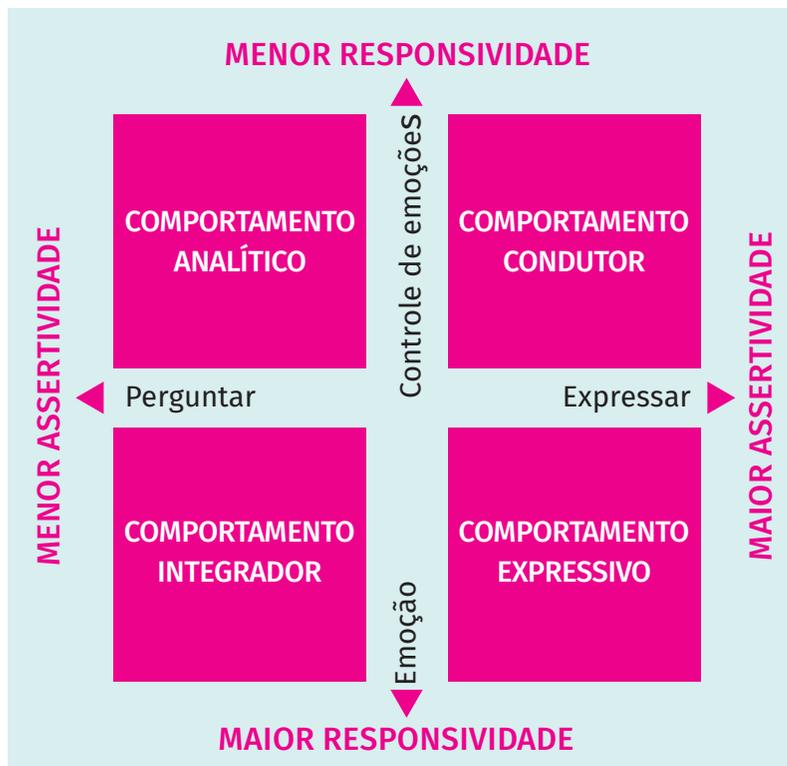
e responsividade formava quatro tipos básicos de estilo social, que influenciam diretamente no modo como as pessoas se adaptam ao estilo de outras (versatilidade). Evidentemente, não há estilo melhor ou pior, e todos temos elementos dos quatro; porém, um ou dois serão predominantes. Abaixo seguem as descrições de cada um deles.<sup>6</sup>

#### Condutor

A pessoa que tem esse estilo tende a ser orientada por tarefas, focada em resultados tangíveis e processos eficientes. Não gosta de perder tempo e preza pela eficiência e por informações precisas. Ao valorizar a razão sobre a intuição, geralmente é lógica e convincente quando apresenta suas ideias. Além disso, é autoconfiante e não teme assumir riscos. Em virtude de suas fortes opiniões, tem dificuldade em ouvir e considerar as necessidades de outros. ➔



LIDERANÇA É UMA ATIVIDADE PASSÍVEL DE SER APRENDIDA E QUE NÃO EXISTE UM TIPO DE PERSONALIDADE EXCLUSIVO PARA ELA





O SEGREDO  
ESTÁ EM SE  
AUTOCONHECER,  
CONHECER  
AS PESSOAS E  
CRESCER EM  
HABILIDADES  
QUE LHE  
PERMITAM  
COMPREENDER  
O AMBIENTE EM  
QUE SE LIDERA

### Expressivo

Quem se identifica nesse quadrante também tende a ser assertivo, mas sabe considerar os sentimentos para atingir seus objetivos. Por esse motivo, é alguém sociável e orientado por relacionamentos. Geralmente é comunicativo, entusiasmado e idealista. Ao valorizar o sentimento e a intuição sobre a razão, às vezes se aborrece com a lógica. Algumas pessoas que demonstram esse estilo não gostam de regras, agendas ou calendários, pois são instrumentos muito “restritivos”. A ênfase nas emoções pode levar o expressivo a ser impulsivo, manipulador e superficial.

### Integrador

O indivíduo que se enquadra nesse estilo se importa com pessoas acima de tudo. Sua preocupação está em manter a harmonia, o equilíbrio e a felicidade daqueles que estão ao seu redor. Geralmente é bom ouvinte e eficaz na resolução de conflitos. Para ele, os sentimentos estão acima das tarefas, por isso evitam divergências. Embora esse perfil seja subestimado por muitos, seu anseio por justiça e pelo bem-estar faz do integrador um líder relevante. Contudo, a falta de disposição em confrontar o torna pouco inclinado a iniciar mudanças e agir.

### Analítico

Aquele que se encontra nesse quadrante tem um alto nível de controle emocional e prioriza os fatos, a lógica e a organização. Ele aprecia o planejamento, os procedimentos e o processo e decide com base nas informações de que dispõe, sempre analisadas sob o máximo de perspectivas possíveis. Às vezes, sua postura disciplinada e realista pode dar a impressão de que é frio e calculista. Além disso, tende a demorar a



expressar uma posição até se sentir seguro de seu fundamento.

Uma visão superficial dos estilos sociais aplicada à liderança tende a ver condutores e analíticos como os perfis mais adequados para a administração. Contudo, dados mundiais obtidos pela Wilson Learning Corporation demonstram outra realidade. De acordo com a consultoria, 39% dos líderes são expressivos, 25% condutores, 19% analíticos e 17% integradores.<sup>7</sup> Em suma, há espaço para todo tipo de personalidade na liderança e, no contexto da igreja, isso reflete a maravilhosa verdade da diversidade do corpo de Cristo.

Portanto, lembre-se de que liderança se desenvolve com determinação e tempo. Se você estiver disposta a aprender, a usar sua personalidade para aperfeiçoar pessoas e a influenciar aqueles que estão ao seu redor, o Senhor a usará habilmente para cumprir os propósitos Dele por seu intermédio. **A**

<sup>1</sup> Lavern Brown, Gordon Penfold, Gary Westra, Pastor Unique: *Becoming a Turnaround Leader* (Bloomington, IN: Westbow Press, 2016), e-book.

<sup>2</sup> David Merrill e Roger Reid, *Personal Styles and Effective Performance: Make Your Style Work For You* (Nova York: CRC Press, 1999), p. 43

<sup>3</sup> *Ibid.*, p. 43, 44

<sup>4</sup> *Ibid.*, p. 44

<sup>5</sup> *Ibid.*

<sup>6</sup> As descrições foram baseadas em Merrill e Reid, p. 61-65; Dan Dick e Barbara Miller, *Equipped for Every Good Work: Building a Gifts-Based Church* (Nashville: Discipleship Resources, 2001), p. 58-60; Mike Clayton, “David Merrill & Roger Reid: Social Styles”, < <https://goo.gl/UPmqS7>>.

<sup>7</sup> Michael Lumbach, “Versatile Leadership”, < <https://goo.gl/mnsBzh>>.

# O RÁDIO DO VOVÔ,



*e confessarmos os nossos pecados, ele é fiel e justo para nos perdoar os pecados e nos purificar de toda injustiça” (1 João 1:9).*

Ana e Marcela brincavam felizes desfrutando da natureza e das férias na casa de seus avós depois de várias horas de viagem. Certo dia, enquanto brincavam, encontraram um dos objetos que era companhia constante do avô e do qual ele gostava muito: o rádio! Então, elas pensaram que não seria ruim se o usassem

por um momento. Porém, quando o ligaram, não puderam ouvir quase nada: o sinal era péssimo.

Já sei! Vamos subir ao telhado. Nos lugares mais altos o sinal é sempre bom – disse Marcela. Não é perigoso? – questionou Ana.

Não se preocupe, tudo ficará bem. Além do mais, ninguém ficará sabendo – respondeu Marcela. Logo elas começaram a subir.

Dê-me sua mão. Eu ajudo você – disse Marcela.

Então Ana deu um salto e conseguiu se equilibrar. Porém, Marcela não era suficientemente forte para sustentá-la e cada vez se tornava mais difícil manter o equilíbrio. Se ela deixasse o rádio cair, ele ficaria totalmente destruído e seu avô ficaria desapontado, mas soltar Ana não era uma opção. De repente, o rádio do avô caiu e ficou destruído no chão.

Devemos consertar o rádio. Eu conheço um homem que faz isso – disse Marcela.

As duas caminharam por horas e estavam exaustas. Mas não havia conserto. Faltavam algumas peças e elas não tinham dinheiro para pagar. O que diriam quando chegassem? Qual seria a reação do avô?

Chegando em casa, não tiveram coragem de confessar o que acontecera. Apenas esconderam o rádio e tentaram não levantar suspeitas. Porém, a cada dia sentiam mais culpa e remorso. Finalmente a mãe de Ana interveio:

Algo aconteceu no dia em que vocês ficaram sozinhas. Vocês mudaram muito desde então. Lembrem-se de que nada pode ficar oculto por muito tempo.

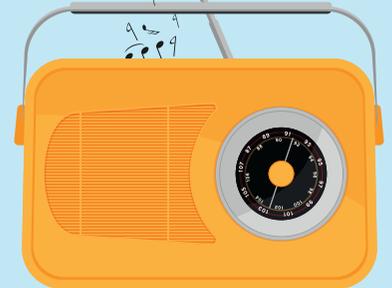
Ana não pôde continuar calada e confessou tudo. Naquele instante, o avô entrou e ouviu. Marcela ficou paralisada e, com lágrimas, exclamou:

Vovô, perdoe-me! Eu não devia ter pegado seu rádio. A gente não queria quebrá-lo!

Ele as abraçou e com muita ternura e um sorriso disse:

O mais importante é que vocês reconheceram o erro e decidiram não escondê-lo por mais tempo. Além disso, o rádio precisava ser trocado.

Não importa qual tenha sido nosso erro. Se buscarmos corrigi-lo com nossas próprias forças, só fracassaremos. Jesus nos espera carinhosamente e quer nos dar Seu perdão e paz. **A**



**ABIGAIL GARCÍA DE LEYVA /**  
Psicóloga e esposa de pastor  
no Peru.

# NASCIDAS para

LIDERAR NÃO É APENAS GERENCIAR PESSOAS,  
É ATENDER A UM CHAMADO PARA SERVIR

TEXTO: DENISE M. LOPES

Coordenadora da AFAM e do Ministério da  
Mulher na União Sul-Brasileira



# liderar

**d**izem que todos nós temos na ponta da língua uma sugestão do que alguém deveria ou não fazer diante de uma situação. Então, que conselho você daria a uma mulher que é: esposa, mãe, professora, voluntária em algum grupo, introvertida, insegura, que não gosta de exposição, não acredita ter as características julgadas como essenciais para liderar, mas é convidada para exercer uma função de liderança? Certamente seu conselho estaria embasado no seu contexto de mundo e na sua visão de liderança. Então, o que significa liderar para você? Existe um tipo de temperamento como pré-requisito? A pessoa nasce para liderar ou é algo a ser aprendido? E mais, nós mulheres temos capacidade para tal? E falando especificamente a nós esposas de pastor: o que nos cabe em termos de liderança?

Desde os tempos antigos, existiram estudos sobre a vida e ações de líderes pa-

ra entender o quê e porquê eles fizeram o que fizeram. A própria Bíblia é uma fonte de pesquisa e compreensão do que significa ou não significa liderar. O que se percebe no decorrer da história, é que o conceito de liderança esteve ligado ao contexto social e às necessidades percebidas e que não está associado a um tipo de temperamento, a uma tendência nata ou à capacidade para chefiar e deter o poder.

Muito mais do que gerenciar um grupo, como diz Bergamini (1994, p. 88), “liderar é *habilidade de influenciar* com vistas à realização de objetivos em uma situação dada”. Esta influência acontece pelo exemplo e na capacidade em apoiar e facilitar para que, a motivação e o entusiasmo para o alcance dos objetivos, sejam uma resposta interna do liderado.

Gostaria de reforçar que o temperamento não é determinante para liderar, mas o ➤



QUANDO ASSUMIMOS NOSSO PAPEL NO LAR, ESTAMOS NOS PREPARANDO PARA ASSUMIR POSIÇÕES NO MUNDO

estilo de liderança estará baseado nele. Como não existe temperamento perfeito, é preciso lapidá-lo. E isso vale para todos os perfis. Abraão era fleumático, Moisés melancólico, Paulo era colérico e Pedro sanguíneo. Todos necessitaram da atuação do Espírito Santo para exercerem sua liderança. Portanto, não se esquive em liderar por causa do seu temperamento. Você se tornará apta a liderar na medida em que estiver disposta a ser moldada, a se educar para isso e não fugir dos desafios.

Quanto à questão da insegurança, é bom lembrar que a desenvolvemos por falhas no processo da construção da nossa identidade, pela inexperiência, pelo medo do desconhecido e mesmo por questões culturais. Porém, isso é possível ser trabalhado ou superado. Quando conhecemos a vida de Mark Zuckerberg, fundador do Facebook; Larry Page, cofundador do Google; Barack Obama, ex-presidente dos Estados Unidos (EUA) e Hillary Clinton, ex-candidata à presidência dos EUA, e nossa querida Ellen White, não imaginamos que timidez e insegurança fizeram parte da vida deles. Portanto, deixe Deus apresentar seu real valor como pessoa e como mulher. Enfrente os medos, busque o conhecimento e confie que Ele lhe capacitará. Diria mais; nunca almeje zerar a insegurança, porque pode ser justamente ela que a manterá dependente de Deus.

Mas, o que dizer da nossa sensibilidade e emotividade? Seriam um empecilho para liderar, como afirmou o ex-presidente americano Richard Nixon? Estudos atuais confirmam que nossas estruturas psicológicas e emocionais são essenciais para uma liderança voltada às necessidades dos tempos

atuais. Na verdade, não precisaríamos depender de estudos para saber que podemos estar envolvidas na liderança. Nascemos com a bagagem para liderar quando o Senhor nos fez adjutoras. Se o marido é o chefe do lar, - e isso significa ser o líder, não chefe - adjutora significa ser a companheira nesta liderança.

Grande parte das características que as empresas desejam encontrar nas mulheres estão relacionadas ao dom da maternidade dado por Deus. A capacidade da comunicação e expressão, tão necessária para o ensino e formação dos filhos, é essencial para a liderança ao orientar as pessoas no entendimento dos objetivos; a prontidão e paciência para ensinar, adequando temas e situações para o desenvolvimento e aprendizagem dos filhos, mostra a habilidade para adaptação e a natureza cooperativa, importantes para o trabalho em equipe acontecer naturalmente; nossa tendência altruísta, empática, compreensiva diante das dificuldades e acertos dos filhos, é o fator que agrega na liderança para incluir as pessoas nos processos, alcançar o liderado despertando o melhor dele e valorizando-o.

E o que dizer do “sexto sentido” que descobre as intenções do filho, que lê as entrelinhas? Uma ferramenta valiosa em uma liderança para prever situações. E a habilidade de separar a briga dos filhos convencendo-os como estão certos e errados? Sem dúvida, importante recurso para alinhar diferenças na liderança e estabelecer parcerias, e isso tudo, sem mencionar a capacidade de fazer muitas coisas ao mesmo tempo. Quando assumimos nosso papel no lar, estamos nos preparando para assumir posições no mundo.

Mas, e nossa posição na igreja? Por que às vezes somos relutantes nesta questão? Se a parceria homem-mulher na liderança empresarial tem sido requisitada para o sucesso de uma empresa, porque seria diferente no plano ministerial?

Assim como existem diversas empresas dentro de um mesmo ramo de atuação com características distintas e com um perfil diferenciado, assim também é no ministério. Fomos chamadas por Deus para estar no ramo ministerial, mas não de maneira passiva. Não somos a pastora, mas somos a adjutora. Nosso mistério primário é a família, mas não somente este. Não temos que saber tudo o que se passa (cada problema, cada decisão tomada por parte de nosso marido em relação à igreja), mas temos sim um papel a desempenhar. Deus sabia das nossas habilidades e das habilidades do nosso marido e pretendeu, ao nos unir, que nos completássemos como pessoa e que juntos construíssemos um ministério distinto e com um perfil que é único para cada casal. Já imaginou as características citadas no parágrafo anterior, focando as ovelhas de Deus e sua igreja?

*“Repousa sobre a esposa do pastor uma responsabilidade a que ela não deve, nem pode levemente eximir-se. Deus há de requerer dela, com juro, o talento que lhe foi emprestado. Cumpre-lhe trabalhar fiel e zelosamente, em conjunto com o marido, para salvar almas. (Testemunhos para igreja, vol. 1, p. 452).*

Nunca duvide do seu chamado e desta parceria. Encha-se de alegria, motive-se em viver o ministério com a liderança que Ele outorga e jamais se esquive do potencial a você concedido. Você nasceu para liderar. **A**



# CONHECENDO A GLÂNDULA MAIS *poterosa* DO ORGANISMO - PARTE 1

A TIREOIDE TEM ATUAÇÃO DIRETA EM 100% DO CORPO HUMANO

TEXTO: **ALINE DO VALLE** / jornalista

**d**esde o desenvolvimento fetal até a fase adulta, a glândula tireoide atua no organismo. Localizada no pescoço e com um peso que varia entre 15 e 25 gramas no adulto, ela libera os hormônios T3 e T4 que regulam funções de órgãos como fígado, pulmão, coração e até mesmo cérebro. “É uma glândula vital. Sem os hormônios dela, podemos chegar a casos de incompatibilidade com a vida. Isso porque, ela tem relação com 100% das funções do corpo”, afirma a endocrinologista Luisa Adriana de Oliveira.

Quando a produção de hormônios é excessiva ou insuficiente, a glândula apresenta disfunções classificadas como hipertireoidismo (superprodução) e hipotireoidismo (produção insuficiente). Em mais de 50% dos casos, essas alterações atingem mulheres em fase reprodutiva ou na menopausa. “Esses são os períodos em que o organismo feminino enfrenta grandes mudanças hormonais, que podem afetar as produções da glândula”, explica Oliveira. De acordo com a médica, pessoas que tenham casos de doenças autoimune na família e de distúrbios da tireoide têm mais propensão para desenvolver





## PRIMEIRO DEUS na família



de  
22 de fevereiro  
a 03 de março

# Participe!

# 10 DIAS DE ORAÇÃO

e 10 horas de jejum

PARA MAIS INFORMAÇÕES, ACESSE:

[ADVENTISTAS.ORG/10DIAS](http://ADVENTISTAS.ORG/10DIAS)

algum desses distúrbios. A recomendação é de que indivíduos com esse histórico busquem o auxílio de um profissional. De preferência, endocrinologista.

### Sinais e sintomas

Por serem sutis, os sintomas da tireoide (ganho ou perda de peso repentina, ansie-

dade ou choro excessivo) são ignorados ou tratados como reflexos do estresse ou depressão. “A recomendação é de que a pessoa observe se os sinais continuam ou desaparecem no período de um mês. Se forem persistentes, diferentes do habitual, devem ser levados ao médico para uma investigação mais ampla”, alerta a endocrinologista.

HIPOTIREOIDISMO

 Alterações de humor (sintomas depressivos)	 Edema nas extremidades e ao redor dos olhos	 Cansaço extremo sem razão aparente
 Dificuldade de concentração e memorização	 Ganho de peso (cerca de 2 a 3% do normal)	

ESSES SINTOMAS PODEM SER SINAIS TANTO DE UM, QUANTO DE OUTRO

 Queda de cabelo	 Unhas fracas	 Cansaço	 Ciclo menstrual irregular
---------------------	------------------	-------------	----------------------------------

 Alterações de humor (sintomas irritadiços, ansiedade)	 Alteração no sistema gastrointestinal (diarreia)	 Batimentos cardíacos acelerados (taquicardia, palpitações)
 Insônia	 Tremores nas extremidades	 Pele mais fria (suor frio)

\* Informações: Dra. Luísa Adriana Antunes de Oliveira (endocrinologista)

### Nódulos

A tireoide também pode apresentar nódulos. Segundo a Sociedade Brasileira de Endocrinologia e Metabologia, eles atingem 60% da população e costumam ser assintomáticos.

Por essa razão, o acompanhamento profissional é fundamental.

Confira dicas de prevenção e tratamento para doenças da tireoide na próxima edição.

# MINHA VIDA, UM MILAGRE DO AMOR DE *Deus*

TEXTO: MARLENE RACHO MANAY

esposa do Pr. Gerson Vera, pastor distrital de San Miguel, da Associação Peruana Central, União Peruana do Sul



*"e* is que lhe trarei a ela saúde e cura e os sararei; e lhes revelarei abundância de paz e segurança" (Jeremias 33:6).

Meu nome é Marlene Racho Manay, atuo na área de informática e sistemas. Trabalhei por muitos anos em diferentes empresas, entre elas, a embaixada dos Estados Unidos, por três anos. Então, eles mudaram meu chefe, que não aceitava nem respeitava meus princípios quanto à guarda do sábado. Foi uma prova muito difícil financeiramente, mas para mim Deus vinha em primeiro lugar. Eu dizia: Senhor, o que Tu desejas para mim com essas mudanças?

Eu frequentava a igreja da Av. Brasil, da Associação Peruana Central, e Deus me deu a oportunidade de servi-Lo em diferentes ministérios: no Clube de Aventureiros e como coordenadora geral da Associação. Naquele tempo, conheci um jovem que veio para servir como missionário em minha igreja e que comecei a namorar. Isso me levou a compreender quais eram os planos do Senhor para a minha vida.

Depois de nosso casamento, começamos a aventura de fé no Ministério. Nosso primeiro campo foi a Missão do Oriente Peruano, no Distrito de Campo

Verde, Pucallpa. Nesse distrito eu comecei a sentir dores de cabeça muito intensas, seguidas de desmaios. Por isso, viajei para Lima. A ressonância magnética mostrava um tumor cerebral profundo e muito próximo ao tronco encefálico. A indicação médica era uma cirurgia de emergência. Essa notícia foi muito difícil para mim e para toda a minha família. Porém, eu sentia no coração que a obra do Senhor não pode parar e assim continuamos trabalhando e nos entregando a Ele a cada dia.

Nosso amor pelas crianças nos levou a abrir os Clubes de Aventureiros e de Desbravadores em nossas igrejas. Certa ocasião, tivemos uma experiência interessante. Organizamos a Escola Cristã de Férias no Centro Comunitário de um povoado chamado Venenillo, um lugar muito tumultuado. Cerca de 100 crianças participaram do programa. O mais surpreendente é que os policiais, ao verem o trabalho que realizávamos no povoado, nos ajudavam a fazer os trabalhos manuais nas oficinas de artesanato das crianças e, à noite, assistiam à campanha que meu marido estava realizando, juntamente com os militares e os pais das crianças. Como resultado, a igreja teve não apenas um crescimento numérico, mas também no desejo de servir a comunidade. Definitivamente, a mão de Deus estava conosco, dando-nos força e a satisfação do serviço abnegado para Sua glória.

Quando fomos transferidos para a cidade de Lima, para o distrito missionário de San Miguel, o desafio era grande. Meu marido e eu oramos muito: “Senhor, o desafio é muito grande. Ajuda-nos, por favor, a fazer a Tua obra e também em minha saúde”.

A dor de cabeça era cada vez mais intensa, insuportável e me impedia de fazer as

tarefas diárias. Fui internada em um hospital nacional da Cidade de Lima, onde também o Senhor operou maravilhosamente. Ele me presenteou com anjos para me ajudar: médicos e enfermeiras que me trataram como família. Ali eu pude testemunhar às colegas de quarto, com muito amor e a sabedoria de Deus.

Chegou o dia da cirurgia: 8 de março de 2017. O médico nos informou que a cirurgia era de alto risco e que havia duas possibilidades: ou que eu morresse ou que ficasse com metade do corpo paralisada. Senti a presença de Deus tão próxima que respondi ao médico: “Há uma rede de mulheres, pastores, amigos e familiares que estão orando por mim. Faça o seu melhor. Eu confio que Deus o ajudará”. Meu amado marido orou com o médico e o cirurgião.

A cirurgia foi muito longa, e a expectativa era de que eu reagiria em sete dias. No entanto, eu reagi no terceiro dia. Minha permanência no hospital foi um testemunho que transformou minha vida em um milagre do amor de Deus. Os médicos realizaram um bom trabalho, mas só Deus faz o milagre da cura divina e da vida.

Ele sempre quer o melhor para nós, a despeito das situações dolorosas, pois são desafios que nos farão crescer mais e mais. Essa prova me deu a alegria de ver minha família voltar aos caminhos de Deus. Cinco deles já fizeram isso através do batismo, e sei que meu pai e meus irmãos logo farão o mesmo.

Queridas amigas, irmãs do ministério, se alguma de vocês estiver passando por momentos difíceis, a única coisa que posso lhe dizer é: Ajoelhe-se e clame a Deus. Ele é quem nos dá a resposta, e esta sempre será a melhor. <sup>A</sup>



SÃO DESAFIOS  
QUE NOS FARÃO  
CRESCER MAIS E  
MAIS

# E O OSCAR VAI *para...*



TEXTO: PAULO RABELLO / missionário

*t*odo ano é a mesma coisa: tapete vermelho, limusines, muitas luzes, seguranças, centenas de jornalistas e milhões de pessoas acompanhando pela mídia a chegadas dos indicados. A cerimônia do Oscar premia um grupo seletivo escolhido como os melhores em suas respectivas categorias do cinema. Em 2018, chegamos à edição de número noventa das premiações. Contudo, um detalhe chama atenção em toda essa história. Foi somente na nona edição que a academia entendeu que ninguém chega ao topo sozinho. Por isso, em 1936, foi criado o prêmio para atores e atrizes que atuaram em papéis secundários (ou coadjuvantes), mas que haviam de alguma forma se destacado,



e por assim dizer, ajudado na produção dos filmes. Hollywood demorou para entender que dificilmente alguém chega ao topo sem ajuda. O antigo provérbio africano já nos ensinava: se quiser ir mais rápido, vá sozinho; mas se quiser ir mais longe, vá acompanhado. É a soma das partes que traz força ao todo. Isso vale para as produções de filmes e também para os ministérios nas igrejas.

Nas Escrituras Sagradas encontramos diversos relatos de protagonistas e coadjuvantes. Ambos de fundamental importância para o avanço da causa de Deus. Quero lhe convidar a voltar no tempo para lembrar a história de duas personagens que como coadjuvantes - mesmo longe do palco principal - fizeram muita diferença no ministério de Jesus e Paulo.

À medida que Jesus ia passando pelas cidades e povoados, curando pessoas e proclamando a chegada do Reino de Deus, milhares iam ao Seu encontro. Junto com o aumento da popularidade veio também a oposição. Líderes religiosos questionavam o caráter da Sua pregação e Suas intenções. Todo aquele que se colocava ao lado do Nazareno automaticamente passava a ser um inimigo em potencial dos doutores da Lei - classe dominante da sociedade na época de Jesus. Se isso era verdade para os homens, imagine para uma mulher que decidisse tomar essa posição. Os rabinos judeus ensinavam que as mulheres não deveriam nem mesmo ter contato social com homens que não eram seus parentes, muito menos viajar com eles. Contudo, Jesus não seguia essas regras e permitia que mulheres acompanhassem seu grupo.

Joana foi uma dessas corajosas que decidiu seguir a Jesus. Quase que anônima, ➤



É A SOMA DAS  
PARTES QUE  
TRAZ FORÇA AO  
TODO

ESTANDO EM  
EVIDÊNCIA COMO  
PROTAGONISTA  
OU NOS  
BASTIDORES  
COMO  
COADJUVANTE,  
TODOS FORAM  
CHAMADOS A  
SERVIR.

longe dos holofotes, ela é mencionada apenas duas vezes na Bíblia no evangelho de Lucas. É apresentada como mulher de Cuza, administrador da casa de Herodes (Luc. 8:3). Apenas sabemos que ela era alguém que gozava de uma boa posição social e financeira. Contudo, seu papel foi fundamental justamente porque junto com outras mulheres, Joana ajudou a sustentar com seus próprios recursos o ministério itinerante de Jesus e Seus discípulos. Ela se dispôs a por em risco sua reputação, sua boa condição de vida e sair da zona de conforto para seguir o Salvador. Joana não recebeu nenhuma outra menção nas páginas da Bíblia, tampouco foi indicada para algum Oscar, mas como recompensa por seu discreto e abnegado serviço foi premiada ao estar presente no primeiro grupo que testemunhou a ressurreição de Cristo (Luc. 24:10).

Outra coadjuvante foi Priscila. O nome dela também aparece poucas vezes nas Escrituras e sempre acompanhado do nome de seu esposo Áquila. Na cidade de Corinto o casal trabalhava fazendo tendas quando abriram as portas do seu lar para hospedar o apóstolo Paulo por um ano e meio antes de saírem juntos em viagem para a Síria e em seguida Éfeso. Essa disposição de servir do casal fica ainda mais evidente quando Paulo menciona os dois como seus colaboradores na causa de Deus (Rom. 16:3). O comprometimento de Priscila fica ainda mais evidente quando as Escrituras destacam como ela abria as portas da sua casa para receber pessoas interessadas ou mesmo fazer dela uma igreja caso houvesse necessidade (Atos 18:18 e 1 Cor. 16:19). Nos bastidores, inseparável do seu marido, fiel e comprometida com o Reino de Deus,



Priscila é mais um exemplo de que podemos servir longe das câmeras.

Esses relatos nos levam a pensar: como teria sido o ministério de Jesus sem a ajuda financeira de Joana? Teria Paulo viajado para tantos lugares levando a mensagem do Salvador Ressurreto sem o apoio de Priscila e Áquila? Talvez os holofotes e o tapete vermelho sejam de fato para poucos. Mas esse conceito só é válido para a premiação de Hollywood. No Reino de Deus a dinâmica é outra. O serviço é uma oportunidade disponível a todos e não apenas para poucos “indicados”. Estando em evidência como protagonista ou nos bastidores como coadjuvante, todos foram chamados a servir. Diferente dos famosos, o prêmio que os cristãos sonham é muito maior e muito mais importante que uma estatueta. A coroa de ouro definitivamente será muito mais valiosa. Os premiados serão aqueles que entenderam e cumpriram seu papel no filme do Grande Conflito e se fizeram disponíveis ao Seu serviço sem se preocupar com posição ou destaque. Anseio o dia em que Jesus sairá dos bastidores do Céu colocará cada um dos Seus filhos premiados no palco da eternidade. **A**



## “E SE...”

O dilema do contentamento e de agradecer pelo que se tem

TEXTO: LAURENCE SOARES / Esposa de pastor e advogada do Instituto Adventista Paranaense

PARECE QUE ESTE PENSAMENTO “E SE”, acompanha a muitas de nós. Para algumas, ele aparece sempre. Para outras, de vez em quando. Mas, tenho certeza de que pelo menos uma vez ele já nublou sua mente.

Juntas, essas duas palavrinhas podem fazer um estrago mental e emocional. Elas fazem nascer muitas dúvidas que não temos como responder. Se este “e se” estiver relacionado ao futuro, ficaremos em angústia para conseguir tomar decisões. Se for em relação a algo que já passou, além da dúvida que já é cruel, poderemos ter sentimentos de arrependimento e pesar.

Quais são os seus “e se”? Vejamos:

E se eu tivesse feito outro curso? E se eu tivesse ouvido meus pais? E se eu tivesse casado com fulano? E se eu tivesse feito aquela viagem? E se eu tivesse feito de outro jeito? E se eu tivesse decidido comer outra coisa? E se não tivesse esperado tanto para ir atrás do meu sonho? E se eu estivesse em outro distrito? E se eu tivesse outro temperamento? E se eu tivesse outro tipo de corpo? E se eu tivesse escolhido outro tipo de vida?

Descobri que cada vez que parei para fazer questionamentos desta natureza e permiti que meus pensamentos divagassem; deixei de viver, sentir e usufruir o que já tinha. Aquilo que vivemos, sentimos e temos – a nossa realidade hoje –, é fruto de nossas escolhas como também da escolha de outras pessoas. Porém, tudo está envolvido pelo cuidado e misericórdia de Deus, a cada dia e a cada momento sobre nós.



*...CADA VEZ QUE  
PAREI PARA FAZER  
QUESTIONAMENTOS  
DESTA NATUREZA E  
PERMITI QUE MEUS  
PENSAMENTOS  
DIVAGASSEM; DEIXEI  
DE VIVER, SENTIR E  
USFRUIR O QUE JÁ  
TINHA...*

Quando penso nisso, lembro do irmão do filho pródigo que, por ter ficado se lamentando, pensando no seu “e se”, perdeu a festa que o pai havia organizado, a alegria, a celebração e se enterrou em sentimentos com os quais não conseguiu lidar.

Cada vez que você e eu nos envolvemos destes pensamentos duvidosos, perdemos as bênçãos do contentamento. Contentamento é diferente de comodismo. O primeiro, está associado a uma atitude mental de alegria. O segundo, à indiferença. O primeiro nos leva a realizações. O segundo, a lamentações. Sim, não adianta chorar pelo leite derramado. O que precisamos fazer é limpar a sujeira, ou seja, ter atitude para levantar a poeira e dar a volta por cima. Sempre que somos resilientes, retomando o foco, a missão, escrevemos uma nova história.

O filho pródigo teve seus “e se”. Um deles – o de sair de casa e tentar outro tipo de vida – foi colocado em ação, mesmo sabendo que esta não era a vontade de Deus. Escolhas erradas trazem sofrimento independente da situação ser complexa ou simples. E quando isso acontece, o “e se” aparece de novo. No caso do filho pródigo foi mais ou menos assim: “E se eu voltasse para casa?” “E se meu pai me aceitasse?” “E se eu tivesse uma segunda chance?” O filho pródigo teve a segunda chance e nós, enquanto temos vida, também podemos ter.

Oremos para que nossas dúvidas e lamentações não nos tirem a maravilhosa festa que está sendo preparada por nosso Pai Celeste. E, Laurence, decidi trocar os “e se” pelo “obrigada, Senhor”, e você, o que decidirá? **A**



*Desenvolva  
um estilo de vida  
com Deus!*

— MEDITAÇÕES PARA CADA DIA DO ANO —

