

A IGREJA DE JESUS CRISTO DOS SANTOS DOS ÚLTIMOS DIAS • JUNHO DE 2019

Liahona

Somos as
mãos do Senhor,
páginas 8, 12, 20

Como Deus pode usar
você?, página 28

Ajudar as crianças que
não têm o apoio do evangelho
em casa, página 40

A IGREJA
ESTÁ
AQUI

Taxco México





FOTOGRAFIA: GETTY IMAGES

No passado, uma cidade mineradora, Taxco de Alarcón, em Guerrero, México, é conhecida atualmente como uma das cidades mágicas do país (*pueblos mágicos* em espanhol) e é famosa também por sua produção de joias de prata, sua arquitetura colonial espanhola e a beleza de sua zona rural. A cidade se localiza em terreno acidentado e tem ruas irregulares e íngremes. Seu ponto de referência principal é a igreja Santa Prisca, construída no século 18.

Taxco é também o lar do Ramo Taxco de A Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias, que se reúne todo domingo em um edifício na *avenida de los Plateros*. O ramo, que pertence à Estaca Iguala México, é uma das 1.987 congregações de santos dos últimos dias do México, onde a Igreja tem mais de 1,4 milhão de membros, 34 missões e 13 templos. O México conta também com o segundo maior Centro de Treinamento Missionário da Igreja, o CTM da Cidade do México. O centro pode acomodar mais de 1.000 missionários por vez.

- Os primeiros 5 membros do México foram batizados em 1876.
- O México foi o primeiro país fora dos Estados Unidos a ter 100 estacas.
- O Templo da Cidade do México, México, o primeiro do país, foi dedicado em 1983. O mais recente, o Templo de Tijuana México, foi dedicado em 2015. O Templo de Puebla México foi anunciado em outubro de 2018.
- Quando o presidente Howard W. Hunter (1907–1995) visitou o México em 1994, criou a Estaca Cidade do México Contreras, a estaca número 2.000 da Igreja.





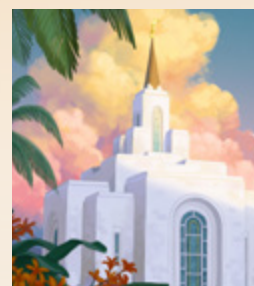
Ministrar é ver as
pessoas como o
Salvador as vê
8



Ministrar de maneira
mais sagrada
Élder Neil L. Andersen
12



Ajudar as pessoas a
receber a cura do Senhor
Merrilee Browne Boyack
20



Discipulado dirigido
por mão divina
Bispo Dean M. Davies
28

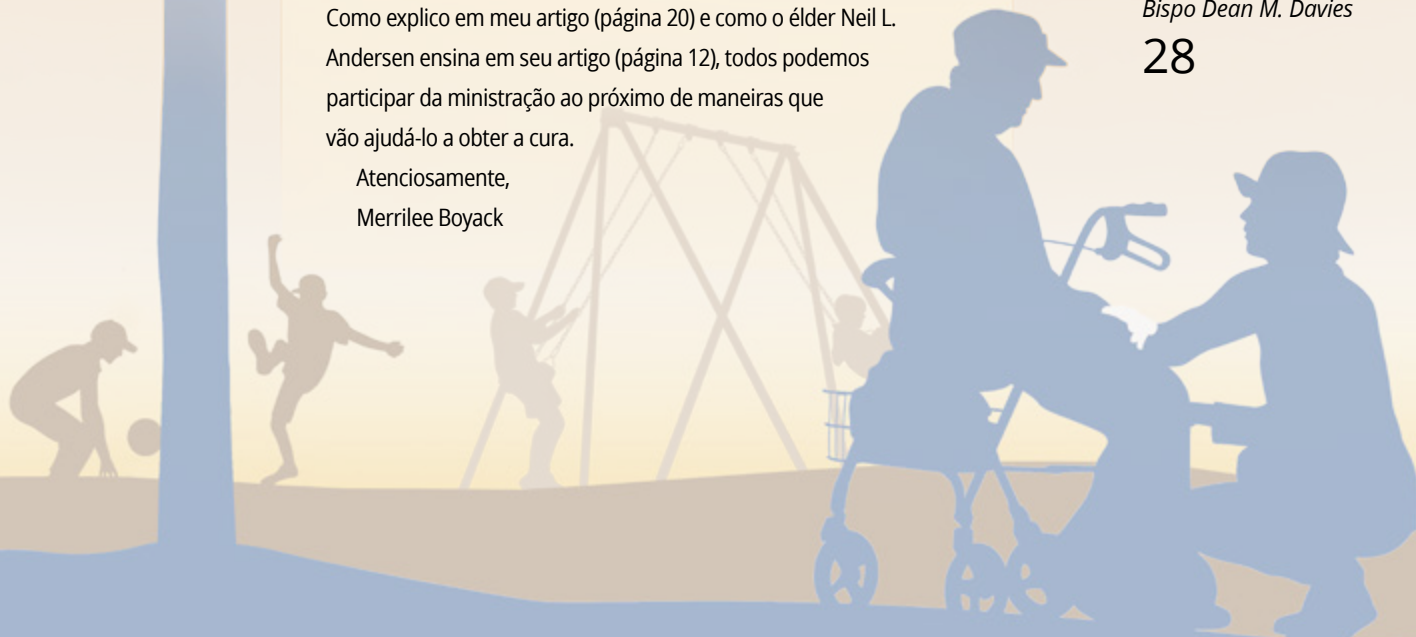
Nossa ministração pode ajudar as pessoas a serem curadas?

Certo domingo, estava na reunião sacramental ponderando sobre o que havia lido nas escrituras com relação a fazer as obras que o Salvador fez (ver 3 Néfi 27:21). Pensei: “Quais foram as obras que Cristo fez enquanto estava na Terra?” Refleti principalmente sobre duas coisas: serviço e cura. Servir eu poderia, mas curar?









Já havia ponderado várias vezes sobre o conceito de cura. Passei por 16 cirurgias até agora em minha vida e tive que lidar com *muita* cura! Mas fiquei pensando em como poderia ser como Jesus Cristo e ajudar outras pessoas a serem curadas. Certamente eu não tinha o poder de curar que Ele possuía. Então, como Ele queria que eu fizesse Suas obras de cura na Terra? O que eu *poderia* fazer?


Ao ponderar como várias pessoas ajudaram em meu processo de cura, minha mente foi aberta às extraordinárias obras de cura — consolar, servir e ministrar — que as pessoas fizeram por mim. Com o foco em ministrar às pessoas como o Salvador faria, esse conceito de ajudar na cura de nosso próximo é poderoso. Todos sofremos durante nossa jornada mortal na Terra. Muitos têm doenças físicas ou mentais ou sofrem espiritualmente. Todos precisamos ser curados. Como explico em meu artigo (página 20) e como o élder Neil L. Andersen ensina em seu artigo (página 12), todos podemos participar da ministração ao próximo de maneiras que vão ajudá-lo a obter a cura.

Atenciosamente,
Merrilee Boyack



Sumário

- 5 O chamado de um pai** 
Leia os ensinamentos favoritos das escrituras e dos profetas sobre a paternidade.
- 6 Retratos de fé:**
Rodrigo Quintanilla — Valparaíso, Chile 
- 8 Princípios para ministrar como o Salvador:**
Ministrar é ver as pessoas como o Salvador as vê
- 12 Ministar de maneira mais sagrada**
Élder Neil L. Andersen
Conforme procurarmos maneiras para ministrar, Deus vai nos guiar a Seus filhos.
- 20 Ajudar as pessoas a receber a cura do Senhor**
Merrilee Browne Boyack
Aprenda como podemos ajudar a curar aqueles que sofrem.
- 24 As bênçãos da autossuficiência:**
Flores e segurança financeira 
Mechel Wall
- 26 Lições do Novo Testamento:**
Marta e Maria 
Camille Fronk Olson
- 28 Discipulado dirigido por mão divina**
Bispo Dean M. Davies
Deus lhe dará orientação divina se você se esforçar para se tornar Seu discípulo.
- 32 Vozes da Igreja** 
O momento de iluminação que mudou a vida dele; a consciência de que ela tinha sido missionária o tempo todo; a jornada que o trouxe para a Igreja; a conversa que fortaleceu seu testemunho.
- 36 Nossa crença:**
Cremos em ser perfeitos — Em Cristo 
- 38 Nosso lar, nossa família:**
Lagartixas, grilos e tempo com os filhos 
Nancy Thomas
- 40 Ensinar adolescentes e crianças pequenas:**
Quando um ou ambos os pais não frequentam a igreja 
Karmel Newell

 Leitura rápida



Na capa
The Release [A Libertação],
de Jenedy Paige.

Seções

Jovens adultos

42

Quando ter filhos, quantos ter e como lidar com a situação quando as coisas não saem como o planejado são algumas perguntas que você pode fazer ao **planejar sua família**. Leia experiências pessoais de outros jovens adultos na seção deste mês.



Jovens

51

Aprenda nos artigos deste mês a **traçar metas realistas, encontrar paz** por meio do plano de salvação e parar de ser **distraído por aparelhos eletrônicos**.

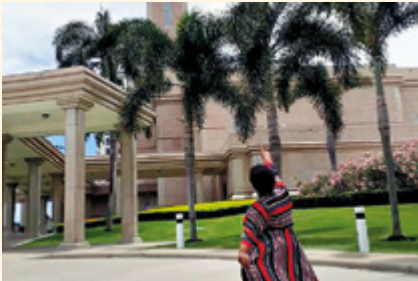


Crianças

Saiba como **fazer novos amigos** e ajudar os antigos. Aprenda mais a respeito do **Espírito Santo**. E veja o que aconteceu na visita que o élder Cook fez ao Brasil.



ARTIGOS APENAS EM VERSÃO DIGITAL

**Finalmente consegui ir ao templo**

Ramona Morris

Uma jovem adulta de Barbados conta sua história de preparação e como finalmente conseguiu ir ao templo.



IMAGEM: GETTY IMAGES

Você está aprendendo algo novo todos os dias?

Serviços de autossuficiência

Aprender coisas novas tem suas vantagens, inclusive na prevenção do Alzheimer e na melhoria da saúde mental.

SAIBA MAIS

No aplicativo Biblioteca do Evangelho e no site liahona.LDS.org, você pode:

- Encontrar a edição atual.
- Descobrir conteúdo apenas digital.
- Pesquisar edições anteriores.
- Enviar suas histórias e sua opinião.
- Assinar a revista ou dar uma assinatura de presente.
- Aprimorar seu estudo por meio de ferramentas digitais.
- Compartilhar artigos e vídeos favoritos.
- Baixar ou imprimir artigos.
- Escutar seus artigos favoritos.

FALE CONOSCO

Mande por e-mail suas perguntas e sua opinião para liahona@LDSchurch.org.

Envie suas histórias de fé para liahona.LDS.org no endereço:

Liahona, flr. 23

50 E. North Temple Street

Salt Lake City, UT 84150-0023, USA

JUNHO DE 2019 VOL. 72 Nº 6
LIAHONA 18606 059

Revista internacional em português de A Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias

A Primeira Presidência: Russell M.

Nelson, Dallin H. Oaks, Henry B. Eyring
O Quórum dos Doze Apóstolos: M. Russell Ballard, Jeffrey R. Holland, Dieter F. Uchtdorf, David A. Bednar, Quentin L. Cook, D. Todd Christofferson, Neil L. Andersen, Ronald A. Rasband, Gary E. Stevenson, Dale G. Renlund, Gerrit W. Gong, Ulisses Soares

Editor: Randy D. Funk

Consultores: Brian K. Ashton, Randall K. Bennett, Becky Craven, Sharon Eubank, Cristina B. Franco, Donald L. Hallstrom, Larry S. Kacher, Erich W. Kopischke, Lynn G. Robbins

Diretor administrativo: Richard I. Heaton

Diretor das revistas da Igreja: Allan R. Loyborg

Gerente comercial: Garff Cannon

Gerente editorial: Adam C. Olson

Gerente editorial assistente: Ryan Carr

Assistente de publicação: Camila Castrillón

Composição e edição de textos:

Maryssa Dennis, David Dickson, David A. Edwards, Matthew D. Flitton, Garrett H. Garff, Jon Ryan Jensen, Charlotte Larcabal, Michael R. Morris, Eric B. Murdock, Sally Johnson Odekirk, Joshua J. Perkey, Jan Pinborough, Richard M. Romney, Mindy Selu, Lori Fuller Sosa, Chakell Wardleigh, Marissa Widdison

Diretor administrativo de arte: J. Scott Knudsen

Diretor de arte: Tadd R. Peterson

Diagramação: Jeanette Andrews, Fay P. Andrus, Mandie Bentley, C. Kimball Bott, Thomas Child, Joshua Dennis, David Green, Colleen Hinckley, Eric P. Johnsen, Susan Lofgren, Scott M. Mooy, Emily Chieko Remington, Mark W. Robison, Brad Teare, K. Nicole Walkenhorst

Coordenadora de propriedade intelectual: Collette Nebeker Aune

Gerente de produção: Jane Ann Peters

Produção: Ira Glen Adair, Julie Burdett, Thomas G. Cronin, Bryan W. Gygi, Ginny J. Nilson, Marrison M. Smith

Pré-impressão: Joshua Dennis, Ammon Harris

Diretor de impressão: Steven T. Lewis

Diretor de distribuição: Troy R. Barker

Diretor geral: Alex Dantas

Produção gráfica: André Silveira

Editora-chefe: Priscila Mottola Venâncio

Responsável pela tradução: Patrícia Corrêa

Distribuição: Marco A. Vizaco

© 2019 Intellectual Reserve, Inc. Todos os direitos reservados. Impresso no Brasil.

Informação de copyright: A menos que seja indicado o contrário, é permitido copiar o material da revista *Liahona* para uso pessoal, não comercial (inclusive para os chamados na Igreja). Essa permissão pode ser revogada a qualquer momento. O material visual não poderá ser copiado se houver qualquer restrição indicada nos créditos constantes da obra. As perguntas sobre direitos autorais devem ser encaminhadas para Intellectual Property Office, 50 E. North Temple St., FL 13, Salt Lake City, UT 84150, USA; e-mail: cor-intellectualproperty@LDSchurch.org.

REGISTRO: Está assentado no cadastro da DIVISÃO DE CENSURA DE DIVERSÕES PÚBLICAS, do D.P.F., sob nº 1151-P209/73, de acordo com as normas em vigor.

"Liahona", © 1977 de A Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias, acha-se registrada sob o número 93 do Livro B, nº 1, de Matrículas e Oficinas Impressoras de Jornais e Periódicos, conforme o Decreto nº 4857, de 9-11-1930. Impressa no Brasil por Esdeva Indústria Gráfica Ltda — Av. Brasil, 1405 — CEP 36020-110 — Juiz de Fora — MG.

ASSINATURAS: A assinatura deverá ser feita pelo telefone 0800-891-4253 (ligação gratuita); pelo e-mail distribuicao@LDSchurch.org; pelo fax 0800-161441 (ligação gratuita); ou correspondência para a Caixa Postal 26023, CEP 05599-970 — São Paulo — SP. Preço da assinatura anual para o Brasil: R\$ 23,40. Preço do exemplar avulso em nossas lojas: R\$ 2,30. O preço da assinatura e do exemplar avulso enviado para o assinante no exterior é o mesmo. A assinatura anual da revista em inglês também é R\$ 23,40. As mudanças de endereço devem ser comunicadas

indicando-se o endereço antigo e o novo.

NOTÍCIAS DO BRASIL: envie para PaginasLocais@LDSchurch.org. Envie manuscritos e perguntas online para liahona.LDS.org; pelo correio, para: *Liahona*, Room 2420, 50 E. North Temple St., Salt Lake City, UT 84150-0024, USA; ou por e-mail, para: liahona@LDSchurch.org.

"Liahona", termo do Livro de Mórmon que significa "bússola" ou "guia", é publicada em albanês, alemão, armênio, bislama, búlgaro, cambojano, francês, grego, holandês, húngaro, indonésio, inglês, islandês, italiano, japonês, letão, lituano, malgaxe, marshallês, mongol, norueguês, polonês, português, quiribatí, romeno, russo, samoano, suáli, sueco, tagalo, tailandês, taitiano, tcheco, tonganês, ucraniano, urdu e vietnamita. (A periodicidade varia de um idioma para outro.)

“O CHAMADO DE PAI, PORÉM, É ETERNO, E SUA IMPORTÂNCIA TRANSCENDE O TEMPO.”

Ensinamentos dos Presidentes da Igreja: Ezra Taft Benson, 2014, p. 206.

ALGUNS DE NOSSOS ENSINAMENTOS FAVORITOS SOBRE A PATERNIDADE

Quando precisar de um pouco de incentivo, dê uma olhada em uma destas mensagens:

- Lucas 15:20–24
- D. Todd Christofferson, “Pais”, *A Liahona*, maio de 2016, p. 93.
- L. Tom Perry, “Paternidade, um chamado eterno”, *A Liahona*, maio de 2004, p. 69.
- “Os chamados sagrados de pai e mãe”, capítulo 15, *Ensinamentos dos Presidentes da Igreja: Ezra Taft Benson*.
- “O amor no lar”, capítulo 14, *Ensinamentos dos Presidentes da Igreja: Harold B. Lee*, 2000.

Rodrigo Quintanilla

Valparaíso, Chile



Quando um acidente de trabalho o deixou incapaz de andar, Rodrigo Quintanilla teve que parar de trabalhar como soldador e de fazer muitas outras coisas, mas decidiu seguir adiante com fé, acreditando no plano do Pai Celestial para ele e sua família.

LESLIE NILSSON, FOTÓGRAFO

Quando algo muito ruim acontece conosco, podemos reagir de duas maneiras. Podemos ficar irados com Deus e abandonar a Igreja, esquecendo-nos dela. Ou nos ajoelhar, orar e continuar a crescer.

Não perdi minha fé nem me perguntei: “Por que isso aconteceu comigo?” Recusei-me a seguir esse caminho.

Quando enfrentamos uma provação, sei que nosso Pai Celestial proporciona uma maneira de a superarmos. Durante minha recuperação, ter a companhia do Espírito Santo foi essencial. Precisei me reinventar profissionalmente, assim, orei pela orientação do Espírito. Deus me respondeu.

Para aqueles que sofreram um acidente ou passaram por algo que mudou sua vida, digo: “As coisas podem ser difíceis, mas continuem na Igreja. Permaneçam no evangelho. A vida é mais difícil sem ele. Esforcem-se o máximo possível e o Pai Celestial fará o resto”.



SAIBA MAIS

Saiba como Libuletswe Gofrey Mokgatle, da África do Sul, confiou em Deus e seguiu em frente apesar de sua deficiência em [LDS.org/go/6196](https://www.lds.org/go/6196).

Conheça sobre os recursos da Igreja para pessoas com deficiências em [LDS.org/go/9184](https://www.lds.org/go/9184).

Encontre mais Retratos de fé em [LDS.org/go/18](https://www.lds.org/go/18).



Princípios para ministrar como o Salvador

MINISTRAR É VER AS PESSOAS COMO O SALVADOR AS VÊ

Jesus usou muito de Seu tempo com as pessoas que eram consideradas diferentes; Ele via o potencial divino delas.

Em nosso empenho de ministrar como o Salvador, podemos ser solicitados a ministrar a alguém que seja diferente de nós. É uma boa oportunidade de aprender e crescer.

Diferenças culturais, educacionais, raciais, econômicas, etárias, comportamentos passados ou atuais, ou outras diferenças podem fazer com que julguemos uma

pessoa antes mesmo de conhecê-la.

O pré-julgamento é parte integrante do preconceito, e o Salvador nos aconselhou a nos abster disso (ver 1 Samuel 16:7; João 7:24).

Será que podemos esquecer as diferenças e ver as pessoas como o Salvador as vê? De que modo podemos aprender a amar as pessoas pelo que são e podem se tornar?



Olhar e amar

A Bíblia relata a história bem conhecida do jovem rico que queria saber como obter a vida eterna: “E Jesus, olhando para ele, o amou e lhe disse: Falta-te uma coisa: vai, vende tudo quanto tens, e dá-o aos pobres, e terás um tesouro no céu; e vem, segue-me” (Marcos 10:21).

Quando o élder S. Mark Palmer, dos setenta, estudou essa escritura há alguns anos, uma parte da história ganhou subitamente um novo significado para ele.

“E Jesus, olhando para ele, o amou.”

Ao ouvir essas palavras, uma imagem vívida de nosso Senhor parando e *olhando* para aquele jovem ocupou meu pensamento. *Olhando para ele* — um olhar profundo e penetrante para a sua alma, reconhecendo sua bondade e também seu potencial, e discernindo qual era sua maior necessidade.

Depois, as simples palavras: Jesus *o amou*. Ele sentiu um imenso amor e compaixão por aquele rapaz e, *por causa* desse amor e *com* esse amor, Jesus pediu que fizesse ainda mais. Imagino como deve ter sido para o jovem ser envolvido por esse amor ao mesmo tempo em que era convidado a fazer algo tão difícil como vender tudo o que tinha e dar aos pobres. (...)

[Perguntei a mim mesmo]: ‘Como posso preencher o coração com o amor de Cristo para que um missionário sinta o amor de Deus por meu intermédio e tenha o desejo de mudar?’ Como posso *olhar* [as pessoas ao redor] do mesmo modo que o Senhor olhou para o jovem rico, vendo-[as] do jeito que realmente são e o que podem se tornar, em vez de apenas ver o que estão fazendo ou não? Como posso ser mais semelhante ao Salvador?”¹

Aprender a enxergar as pessoas

Aprender a enxergar as pessoas como o Salvador as enxerga traz grandes recompensas. Aqui estão algumas sugestões que podem ser úteis em nosso empenho de atingir esse objetivo.

PROCURE CONHECÊ-LAS

Tente conhecer as pessoas além dos detalhes superficiais. Reconheça que construir relacionamentos demanda tempo e esforço sincero. (Consulte o artigo “Edificar relacionamentos significativos”, da seção “Princípios para ministrar como o Salvador” de agosto de 2018 para ter mais ideias.)

CONHEÇA A SI MESMO

Preste atenção aos julgamentos que pode estar fazendo consciente ou inconscientemente. Anote as suposições que faz a respeito das pessoas e tente compreender por que se sente dessa maneira a respeito delas.

NÃO JULGUE

Conscientize-se de que as circunstâncias não definem o valor das pessoas. Coloque-se no lugar delas e reflita como gostaria que os outros o vissem se você estivesse na mesma situação. Separar as escolhas e o comportamento das pessoas de seu valor intrínseco e de seu potencial divino pode ajudar você a vê-las como o Salvador as vê.

ORE PARA DESENVOLVER AMOR PELAS PESSOAS

Ore por elas regularmente usando o nome de cada uma e peça paciência para desenvolverem uma amizade verdadeira. Avalie seu serviço em espírito de oração. Reflita se o que está fazendo é aquilo de que elas realmente precisam.



Jesus passou Seu tempo com pessoas de muitos e diferentes estilos de vida: ricos, pobres, líderes religiosos e do governo, e pessoas comuns. Ele próprio era, com frequência, vítima de julgamentos errôneos quando as pessoas olhavam para Ele e viam Sua aparente pobreza ou circunstâncias insignificantes. “E olhando nós para ele, nada víamos em sua aparência, para que o desejássemos. (...) Era desprezado, e não fizemos caso algum dele” (Isaías 53:2–3).

CONVITE PARA AGIR

Quem você precisa olhar de maneira diferente? O que você fará para mudar a maneira como vê as pessoas?

COMPARTILHE SUAS EXPERIÊNCIAS

Envie-nos suas experiências ao ministrar às pessoas ou ao receber ministração. Acesse liahona.LDS.org e clique em “Enviar um artigo ou comentário”.

Ter a visão semelhante à do Salvador

Uma irmã compartilha o que aprendeu ao ver uma vizinha com os olhos do Salvador:

“Julia (o nome foi mudado) morava do lado de minha casa e parecia não ter amigos. Aparentava sempre estar chateada ou nervosa. Apesar disso, decidi me tornar amiga dela. Não somente uma amiga casual, mas uma verdadeira amiga. Falava com ela sempre que a via e mostrava interesse pelo que estava fazendo. Lentamente, criei um laço de amizade com ela, o que trouxe alegria ao meu coração.

Certo dia, decidi visitar Julia e perguntar por que não ia à igreja.

Ela me disse que não tinha família ou parentes que morassem perto. Seu único irmão, que vivia bem longe, falava com ela somente uma vez por ano, por telefone. Conforme a ouvia desabafar sua amargura, raiva e frustração com relação à família e à Igreja, tive um forte e inegável sentimento de compaixão e amor por aquela irmã. Senti sua dor e decepção. Percebi o quanto sua vida era solitária. Foi como se eu ouvisse uma frase dita baixinho atrás de mim: ‘Eu a amo também. Ame-a e a respeite’.

Sentei-me e a ouvi até ela não ter mais nada para falar. Senti amor e compaixão por ela. Ali estava uma irmã que nunca soube como é bom ser amada. Naquele momento, compreendi Julia mais profundamente. Agradei por ela ter me recebido e, ao sair, abracei-a com amor e respeito. Ela



nunca vai saber a importância daquela visita para mim. O Pai Celestial abriu meus olhos e me ensinou que tenho a capacidade de amar de maneira mais compassiva. Estou determinada a não ser somente uma amiga, mas também uma família para ela”.

É algo sagrado ser convidado a entrar na vida de alguém. Com oração, paciência e ajuda do Espírito, podemos aprender a fazer isso com a visão do Salvador. ■

NOTA

1. S. Mark Palmer, “E Jesus, olhando para ele, o amou”, *A Liahona*, maio de 2017, p. 115.

DESCUBRA MAIS

Saiba como ser mais acolhedor:

- Leia “Podemos fazer melhor: Acolher as pessoas no aprisco”, na *Liahona* de setembro de 2017.
- Veja os líderes da Igreja explicarem esses princípios em LDS.org/go/61911.





Élder Neil L. Andersen
Do Quórum dos
Doze Apóstolos

Ministrar de maneira mais sagrada

Prometo que, se amarmos a Deus de todo o coração e orarmos para ser um instrumento em Suas mãos, o Senhor colocará Seus filhos especiais em nosso caminho.

O livro *The Narcissism Epidemic* [A Epidemia Narcisista] começa com exemplos exagerados da cultura moderna americana:

“Em um reality show da TV, uma garota que planeja sua festa de aniversário de 16 anos quer que uma estrada principal seja bloqueada para que uma banda marcial preceda sua entrada triunfal num tapete vermelho. O livro *My Beautiful Mommy* [Minha Linda Mamãe] explica a cirurgia plástica para crianças pequenas cuja mãe está passando pelo bisturi no programa da moda ‘O novo visual da mamãe’. Agora é possível contratar falsos paparazzi para seguir você a todo lugar e tirar fotos quando sai à noite — você pode até levar para casa uma revista falsa de celebridades com suas fotografias na capa. Uma música popular declara, sem sarcasmo aparente, ‘Acredito que o mundo deveria girar ao meu redor!’ (...) Há bebês que usam babadores bordados com a palavra ‘Supermodelo’ (...) e chupetas que são verdadeiras joias enquanto os pais leem histórias infantis modernizadas de livros com títulos como *Este porquinho veste Prada*”.¹

Como discípulos de Jesus Cristo, rejeitamos veementemente a noção de que nossa vida gira em torno de nós somente. Em vez disso, seguimos o Salvador, que disse:

“Todo aquele que quiser entre vós fazer-se grande seja vosso servo;

E qualquer que entre vós quiser ser o primeiro seja vosso servo;

(...) O Filho do homem não veio para ser servido, mas para servir, e para dar a sua vida em resgate por muitos” (Mateus 20:26–28).



Valorizamos Suas palavras:

“Que vos ameis uns aos outros, como eu vos amei a vós” (João 13:34; ver também João 15:12).

“Apascenta os meus cordeiros. (...) Apascenta as minhas ovelhas” (João 21:15, 16).

“Quando te converteres, fortalece teus irmãos” (Lucas 22:32).

“Socorre os fracos, ergue as mãos que pendem e fortalece os joelhos enfraquecidos” (Doutrina e Convênios 81:5).

Cito um exemplo do tipo de ministração cristã que acontece entre os membros da Igreja do Senhor. Uma estudante da Universidade Brigham Young escreveu recentemente:

“Eu estava passando por um período muito difícil. Certo dia foi particularmente desafiador e eu estava prestes a chorar. Implorei em silêncio para ter forças para continuar. Nesse exato momento, minha colega de apartamento me enviou um texto expressando seu amor por mim. Citou uma escritura e prestou testemunho. Isso me trouxe muita força, consolo e esperança naquele momento de desespero”.

Vou compartilhar alguns pensamentos na esperança de fortalecer a maneira já excepcional com que vocês ministram

uns aos outros. A primeira coisa é: lembrem-se do primeiro mandamento antes de colocar em prática o segundo. Um jovem foi até o Salvador e perguntou:

“Mestre, qual é o grande mandamento na lei?”

E Jesus disse-lhe: Amarás ao Senhor teu Deus de todo o teu coração, e de toda a tua alma, e de todo o teu pensamento.

Este é o primeiro e grande mandamento.

E o segundo, semelhante a este, é: Amarás o teu próximo como a ti mesmo” (Mateus 22:36–39).

Sua capacidade de dar uma abordagem mais sagrada ao mandamento de amar o próximo, ao cuidar das pessoas e ministrar a elas, vai depender do empenho com que guardam o primeiro mandamento.

Outro tipo de ministração

Há um dom único e divino de ministrar que pode vir de alguém que ama a Deus de todo o coração; alguém cuja fé em Jesus Cristo e no evangelho restaurado está arraigada, amadurecida, firme e inamovível (ver Efésios 3:17; Colossenses 1:23; 1 Néfi 2:10; Mosias 5:15; Alma 1:25; 3 Néfi 6:14) e que guarda os mandamentos com exatidão.

Vou abordar um contexto que vocês já conhecem. Em todo o mundo, a geração mais jovem está vacilando em sua fé e especialmente na crença em uma religião específica. Quando me formei na BYU em 1975, o número de jovens adultos (com idade entre 18 e 24 anos) que eram membros de uma igreja era próximo a 90 por cento. Agora é 66 por cento. “Um terço dos jovens adultos não se filia a nenhuma religião organizada.”²

Em 2001, o professor de religião Robert C. Fuller escreveu um livro chamado *Spiritual, But Not Religious* [Espiritual, Mas Não Religioso].³ A tendência para a espiritualidade pessoal fora das organizações religiosas formais pode ter sido comum há 20 anos, mas atualmente está menos presente. Hoje, os jovens adultos dos Estados Unidos oram com menos frequência e acreditam menos em Deus, na Bíblia e nos mandamentos.⁴ Seria ingênuo crer que as tendências do mundo não sejam capazes de influenciar todos nós, até mesmo os eleitos.

Cuidar do próximo, física e emocionalmente, requer um coração sensível e altruísta. Esse cuidado é uma parte

importante do evangelho. É feito dentro e fora da Igreja por pessoas boas, crentes e não crentes. Há muitas pessoas maravilhosas e bondosas em todo o mundo e podemos aprender com elas.

Contudo, outro tipo de ministração é único para o membro convertido de A Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias. Como discípulos do Salvador, temos oportunidades de ministrar de uma maneira que ajude a fé de um amigo a não falhar, que lembre a uma colega de apartamento de forma gentil que ler o Livro de Mórmon todo dia realmente faz milagres e que mostre a um membro da ala que os padrões da Igreja não são só um conjunto de regras, mas uma maneira de estarmos próximos a Deus e ter felicidade.

Uma pessoa de bom coração pode ajudar a trocar um pneu, levar um vizinho ao médico, almoçar com alguém que está triste ou sorrir e cumprimentar alguém para lhe alegrar o dia. Mas quem segue o primeiro mandamento naturalmente vai acrescentar a isso importantes atos de serviço como incentivar uma pessoa que esteja se saindo bem na obediência aos mandamentos e dar conselhos sábios para fortalecer a fé de alguém que esteja se afastando ou que precise de ajuda para voltar ao caminho que já trilhou.



Desafio vocês a fortalecerem seu empenho de ministrar espiritualmente uns aos outros. Podemos começar a ministração espiritual preparando biscoitos para alguém ou participando de uma partida de futebol. Mas, no final, para exercer essa maneira mais sagrada de ministrar, é preciso abrir o coração e exercer a fé, tomar coragem para incentivar o crescimento positivo que vemos num amigo e expressar preocupação por coisas que vemos e sentimos que não são condizentes com o discipulado.

Não sejamos hipócritas, mas espiritualmente valentes ao ministrar de maneira mais sagrada, especificamente ao fortalecer a fé das pessoas. Pensem nas seguintes situações possíveis:

- Vocês notam que um amigo passa tempo demais jogando no telefone celular, mas raramente conversa sobre coisas relacionadas ao evangelho.
- Vocês percebem que um membro da ala pode estar tendo problemas com a pornografia.
- Seus amigos estão passando muito tempo tirando e postando fotografias deles mesmos, o que pode levar à vaidade excessiva.
- Vocês notam que alguém que antes adorava conversar sobre o Livro de Mórmon agora não o menciona mais.
- Vocês notam que um familiar que gostava muito de ir ao templo agora não vai mais.
- Vocês notam que um amigo que falava com fé sobre os conselhos do profeta agora os critica.
- Vocês conhecem um ex-missionário que parou de se preocupar em vestir roupas que reflitam os convênios feitos no templo.
- Vocês notam que um membro da ala encontra motivos para ir a outros lugares no domingo em vez de frequentar a igreja.

- Vocês percebem que um amigo começou a ser desonesto em pequenas coisas.
- Vocês conhecem alguém que tinha brilho no olhar ao voltar da missão, mas agora essa luz parece ter se apagado.
- Vocês têm um amigo que faz piadas com coisas sagradas.
- Vocês têm um amigo cujo desânimo com os insucessos no namoro o fez pensar: “Deus não me ama”.
- Vocês veem a fé de um amigo ser afetada pela dignidade comprometida e a necessidade de se arrepender.

Conseguem visualizar tais situações ou outras semelhantes? Nomes específicos lhe vêm à mente? O apóstolo Paulo disse: “Porque não temos que lutar contra a carne e o sangue, mas sim contra os principados, contra as potestades, contra os príncipes das trevas deste mundo, contra as hostes espirituais da maldade nos lugares celestiais” (Efésios 6:12). Uma das maiores necessidades de todo o mundo é ter mais fé em nosso Pai Celestial e em Seu Filho, Jesus Cristo, e um desejo maior de guardar os mandamentos.

Ministrar ao indivíduo

Se seguirmos o padrão do Salvador, a maior parte de nossa ministração será a de uma pessoa por vez. Para a samaritana no poço, o Salvador disse:

“Qualquer que beber desta água tornará a ter sede;

Mas aquele que beber da água que eu lhe der nunca terá sede (...).

Disse-lhe a mulher: Senhor, dá-me dessa água, para que não mais tenha sede, e não venha aqui tirá-la. (...)

A mulher disse-lhe: Eu sei que o Messias (que se chama o Cristo) vem; quando ele vier, nos anunciará todas as coisas.

Jesus disse-lhe: Eu o sou, eu que falo contigo” (ver João 4:13–15, 25–26).

Mesmo ao declarar Sua própria divindade, Jesus ministrou individualmente.

Diferente de trocar um pneu furado, ministrar só uma vez raramente resolve um problema espiritual. Demanda tempo, conversas e experiências inspiradoras que vão edificar a fé novamente. Vem mais como o orvalho do céu do que de um jato de água da mangueira de incêndio. É necessário ministrar



repetidas vezes para ajudar alguém a se voltar a Deus e novamente confiar no Salvador e em Sua Expição.

Para ministrar à maneira do Salvador, precisamos do auxílio do Espírito Santo. O presidente Russell M. Nelson falou enfaticamente sobre esse assunto na Conferência Geral de Abril de 2018: “Nos dias que estão por vir, não será possível sobreviver espiritualmente sem a orientação, a direção, o consolo e a influência constante do Espírito Santo”.⁵

O presidente Nelson acrescentou: “Eu os exorto que avancem além da sua habilidade espiritual atual para receber revelação pessoal”.⁶ Ele nos aconselhou a orar, ouvir, anotar nossos pensamentos e agir.

Podemos aplicar isso a ministrar de maneira mais sagrada? Vamos orar, ouvir, registrar nossos pensamentos e agir com relação àqueles a quem ministramos.

Orem para ter oportunidades de edificar a fé das pessoas. Nem todos os que vocês ajudarem serão pessoas conhecidas. Quando ministrou à viúva de Naim, Jesus estava a caminho da cidade. Entretanto, Ele a viu, teve compaixão e levantou o filho dela dentre os mortos. Seu ministério mudou a vida dela (ver Lucas 7:11–15).

Orem para que surjam oportunidades de ministrar, ouçam, escrevam seus pensamentos e depois estejam prontos para agir conforme as pessoas forem colocadas em seu caminho.

Sempre me emocionou o clamor do salmista: “E vi, mas não havia quem me conhecesse; refúgio me faltou, ninguém cuidou da minha alma” (Salmos 142:4). Vamos ajudar as pessoas que se sentem assim.

Reservar um tempo para o Espírito

Para recebermos a ajuda do Espírito Santo, precisamos preparar a mente e o coração. Em nossa geração, é preciso ter disciplina e comedimento na maneira de usar os dispositivos tecnológicos. Em seu livro *Irresistible* [Irresistível], Adam Alter fala sobre o comportamento viciante da tecnologia e das redes sociais. Ele cita Greg Hochmuth, um dos engenheiros fundadores do Instagram, que comentou: “Há sempre outra hashtag para ser clicada; e ela assume vida própria, como um organismo, e as pessoas ficam obcecadas”.⁷

Alter acrescentou: “O Instagram, como tantas outras plataformas de mídia social, é um buraco sem fundo. O Facebook tem uma alimentação de dados infinita, a Netflix automaticamente vai para o próximo episódio de uma série, o Tinder incentiva seus usuários a continuar até encontrarem uma opção melhor. (...) De acordo com Tristan Harris, um estudioso da ‘ética no desenvolvimento das mídias’, falta força de vontade às pessoas; ‘há milhares de pessoas do outro lado da tela cujo trabalho é enfraquecer sua autorregulação’”.⁸

Ele continua: “Uma curtida no Facebook e no Instagram nos faz sentir bem [neurologicamente], assim como a recompensa ao completar uma missão no jogo World of Warcraft, ou ver uma de suas mensagens ser compartilhada por centenas de usuários do Twitter. As pessoas que

criam e refinam a tecnologia, os jogos e as experiências interativas são muito boas no que fazem. Elas fazem muitos testes com milhões de usuários para saber quais modificações funcionam e quais não — quais cores de fundo, fontes e tons de áudio aumentam o envolvimento e diminuem a frustração. Conforme a experiência evolui, ela se torna irresistível, uma versão muito mais eficiente do que era antes. Em 2004, o Facebook era divertido; [atualmente], é viciante”.⁹

Para que o Espírito Santo habite em nós, é preciso que Lhe ofereçamos tempo e espaço. Aprendam a deixar seu smartphone de lado. Aproveitem o tempo em que deixarem seus dispositivos eletrônicos intencionalmente inacessíveis.

Na Conferência Geral de Abril de 2018, o presidente M. Russell Ballard, presidente em exercício do Quórum dos Doze Apóstolos, disse: “Um número excessivo de pessoas passa quase todo o tempo online com seus dispositivos eletrônicos — telas lhes iluminando o rosto dia e noite, fones de ouvido bloqueando a voz mansa e delicada do Espírito. Se não nos desconectarmos por algum tempo, podemos perder a oportunidade de ouvir a voz Dele que disse: ‘Aquietai-vos, e sabeis que eu sou Deus’ (Salmos 46:10). Não há nada de errado em aproveitar os avanços das tecnologias inspiradas pelo Senhor, mas precisamos ser sábios em seu uso”.¹⁰



Fortalecer uns aos outros

Quando eu era estudante da BYU, além de minha esposa, Kathy, cuja influência eterna é impossível de se medir, dois colegas de apartamento — um antes da missão e o outro depois — muito me ajudaram em meu alicerce espiritual. Um deles foi Reid Robison, agora professor em comportamento organizacional na BYU. Conheci-o na missão e depois dividimos apartamento. A fidelidade de Reid na observância dos mandamentos, seu amor pelo profeta e seu testemunho inabalável do Salvador fortaleceram a mim e a todos ao



redor dele. E ele continua a ser um exemplo para mim 45 anos depois.

O outro colega de apartamento que vou citar é Terrel Bird, que hoje mora em St. George, Utah, EUA. Conheci Terrel quando estudamos juntos no Ensino Médio em Pocatello, Idaho, EUA. Apesar de jogarmos basquete juntos, nossa amizade começou quando observei sua maturidade espiritual. Ele expunha abertamente os pensamentos espirituais que tinha e os princípios de vida que lia e aprendia. Fiquei surpreso ao ouvir essas coisas de um rapaz de 17 anos de idade. Decidimos dividir um apartamento na BYU.

Naquele tempo, não tínhamos computadores, mas máquinas de escrever. Terrel anotava as escrituras que eram significativas para ele e citações que inspiravam o caráter, datilografava-as e depois as guardava em uma pequena caixa para lê-las com frequência. Não lhe era incomum ter mais de mil escrituras e citações, muitas das quais ele memorizava. Apesar de trabalhar — fazendo faxina na biblioteca começando as 4 horas da madrugada até às 7 horas da manhã — e de ter muitas aulas, ao observar Terrel, comecei a montar meu próprio arquivo.

Aqui está uma das citações que ainda recorro de há quase 50 anos.

*A mente é o poder principal que molda e faz,
O homem é mente e sempre usa
A ferramenta do pensamento para formar o que deseja,
Dá vida a milhares de alegrias e milhares de males —
Pensa em segredo e faz acontecer —
O meio ambiente é apenas seu espelho.¹¹*

Também me lembro, é claro, de escrituras contundentes como esta: “Eu sou a ressurreição e a vida; quem crê em mim, ainda que esteja morto, viverá;

E todo aquele que vive, e crê em mim, nunca morrerá” (João 11:25–26).

Terrel ajudou a colocar na mente de um calouro da BYU as palavras das escrituras e pérolas de sabedoria que me influenciaram por toda a vida. Agradeço a Reid Robison e Terrel Bird por cuidarem de mim espiritualmente em um período que fez toda a diferença.

Cito agora um poema escrito por meu vizinho Thomas L. Kay:

*Agradeço, ó Deus, por todos os que aliviam dores,
Pelos que realmente se importam
Que estendem a mão aos fracos
E pedem por eles em oração
Agradeço, ó Deus, por aqueles que escutam o coração
E ouvem o que ele diz*



Que sabem que um olhar ou toque gentil

Significa muito

*Agradeço, ó Deus, pelos que erguem as mãos que pendem
e fortalecem os joelhos enfraquecidos*

*Pelos que andam pelo mundo restaurando almas
em silencioso ministério.¹²*

Queridos amigos e companheiros de discipulado, presto meu solene testemunho de que o Salvador vive. Ele ressuscitou. Ele dirige esta obra sagrada. O presidente Nelson é Seu profeta ungido na Terra. O tempo que passamos nesta Terra tem importância eterna.

Prometo que, se amarmos a Deus de todo o coração, orarmos para ser instrumentos em Suas mãos, ministrarmos às pessoas, edificarmos a capacidade de receber revelação e confiarmos na influência do Espírito Santo, o Senhor colocará Seus filhos especiais em nosso caminho e seremos anjos ministradores, abençoando a vida deles eternamente. Ministraremos de maneira mais sagrada.

Oro para que isso seja importante para vocês e que continuem a trilhar o caminho mais importante da mortalidade. Presto meu testemunho firme e inabalável do Salvador e do valor eterno que vocês têm a Seus olhos. Testifico ainda que Ele virá novamente e os envolverá nos braços como Seus filhos, como Seus discípulos. ■

Extraído do discurso “A Holier Approach to Ministering” [Uma abordagem mais sagrada para a ministração], proferido em um devocional realizado na Universidade Brigham Young, em 10 de abril de 2018.

NOTAS

1. Jean M. Twenge e W. Keith Campbell, *The Narcissism Epidemic: Living in the Age of Entitlement*, 2009, p. 1.
2. Jean M. Twenge, *iGen: Why Today’s Super-Connected Kids Are Growing Up Less Rebellious, More Tolerant, Less Happy—and Completely Unprepared for Adulthood*, 2017, p. 121; ver também a Figura 5.1, p. 121.
3. Ver Robert C. Fuller, *Spiritual, But Not Religious: Understanding Unchurched America*, 2001.
4. Ver Jean M. Twenge, *iGen*, pp. 119–142.
5. Russell M. Nelson, “Revelação para a Igreja, revelação para nossa vida”, *Liahona*, maio de 2018, p. 96.
6. Russell M. Nelson, “Revelação para a Igreja, revelação para nossa vida”, p. 96.
7. Greg Hochmuth, em Adam Alter, *Irresistible: The Rise of Addictive Technology and the Business of Keeping Us Hooked*, 2017, p. 3; ver também Greg Hochmuth, em Natasha Singer, “Can’t Put Down Your Device? That’s by Design”, *The New York Times*, 5 de dezembro de 2015, nytimes.com.
8. Adam Alter, *Irresistible*, p. 3; ver também Tristan Harris, em Natasha Singer, “Can’t Put Down Your Device? That’s by Design”.
9. Adam Alter, *Irresistible*, p. 5.
10. M. Russell Ballard, “Dádivas preciosas de Deus”, *Liahona*, maio de 2018, p. 10.
11. James Allen, *As a Man Thinketh*, 1902, frontispício.
12. Thomas L. Kay, “Saints”, em *The Road I’ve Taken*, 2016, p. 16; ver também “Saints”, música de Rachel Bastian, *New Era*, setembro de 1999, p. 51.



Ajudar as pessoas a receber a cura do Senhor

Merrilee Browne Boyack

Certo domingo, li a escritura: “Em verdade, em verdade vos digo que este é o meu evangelho; e sabeis o que deveis fazer em minha igreja; pois *as obras que me vistes fazer, essas também fareis*” (3 Néfi 27:21; grifo do autor).

Pensei: “Quais foram as obras que Cristo fez enquanto estava na Terra?” Refleti principalmente sobre duas coisas: serviço e cura. Servir eu poderia, mas curar? Certamente eu não era capaz de curar as pessoas, ou seria?

Recentemente passei pelo processo de recuperação de uma cirurgia seguida de uma grave reação alérgica. Imediatamente pensei naqueles que me ajudaram no processo de cura, e a lista foi longa. Se eles puderam me ajudar a ficar curada, será que eu não poderia fazer o mesmo com outras pessoas?

Cada um de nós pode aprender a arte de curar.¹ Estamos cercados por pessoas que sofrem de doenças físicas, mentais e espirituais que seriam abençoadas por nossa ajuda.

Curar os enfermos

Mosias 4:26 declara: “Quisera que repartísseis vossos bens com os pobres, cada um de acordo com o que possui, alimentando os famintos, vestindo os nus, visitando os doentes e aliviando-lhes os sofrimentos, tanto espiritual como materialmente, conforme as carências deles”.

Ficar doente, seja física, mental ou espiritualmente, pode resultar em grande isolamento. As pessoas passam muitas horas sozinhas no quarto ou na cama de um hospital tentando se recuperar e não é de admirar que fiquem deprimidas. Conforme a tristeza aumenta, a visita carinhosa de um amigo ou familiar pode trazer luz à vida delas.

A maneira *como* visitamos os doentes também é importante. Várias mulheres responderam à minha pesquisa que perguntava de que maneira as pessoas as auxiliaram durante o processo de cura. Judi, do Arizona, EUA, comentou: “Ouvir (...) [é] de grande valia em tempos difíceis. Ouvir e *não* julgar”. Ouvir com paciência, sinceridade e amor é um apoio valioso para os que estão tentando se curar.

Praticamos a arte de curar quando ajudamos a levar as bênçãos de cura do Senhor às pessoas que sofrem de doenças físicas, mentais e espirituais.

Linda, da Califórnia, EUA, contou como as visitas de uma amiga a ajudaram: “Lembro-me das pessoas especiais em minha vida — sobretudo daquelas que realmente me ouviram e deram conselhos inspirados. Após ficar viúva aos 30 anos de idade, com cinco filhos pequenos, senti o amor do Pai Celestial

e do Salvador ainda mais forte por causa de minha amiga Karen. Ela estava sempre atenta a minhas necessidades e disposta a ouvir. Nunca me senti sozinha porque ela sempre me lembrava de que sou filha de Deus”.

Os irmãos ministradores e as irmãs ministradoras, em especial, podem colocar em prática a arte de curar. É importante estar atento às necessidades dos que estão sofrendo. Às vezes convém fazer uma visita breve porque eles estão muito cansados. Às vezes estão solitários e entediados e uma visita mais demorada pode ser o que precisam. É importante também estar atento à personalidade de cada um. Alguns querem privacidade e silêncio, enquanto outros, muita interação e apoio. Devemos primeiro determinar as necessidades da pessoa e depois tentar atendê-las a contento.

Carregar os fardos uns dos outros

Alma descreveu com bastante eloquência nosso compromisso de seguir o exemplo do Salvador quando exortou os crentes no Livro de Mórmon a “entrar no rebanho de Deus e ser chamados seu povo; e [estar] dispostos a carregar os fardos uns dos outros, para que fiquem leves” (Mosias 18:8).

Cada um de nós carrega fardos de muitos tipos, que ficam mais difíceis de carregar quando estamos doentes fisicamente, com uma enfermidade mental ou dificuldades espirituais.



SOMOS AS MÃOS DE CRISTO

“Cristo sabe como ministrar a outros perfeitamente.

Quando o Salvador estende Suas mãos, aqueles a quem Ele toca são edificados e, como resultado, tornam-se pessoas excelentes, mais fortes e melhores.

Se somos Suas mãos, por que não fazemos o mesmo?”

Élder Dieter F. Uchtdorf, do Quórum dos Doze Apóstolos, “Vós sois Minhas mãos”, *A Liahona*, maio de 2010, p. 70.

Uma das características da arte de curar é ajudar a carregar os fardos dos outros quando estão sofrendo.

Shannon, de Utah, EUA, falou do quanto os vizinhos a ajudaram: “No dia em que enterramos nosso filho, voltamos do cemitério e descobrimos que a vizinhança tinha se unido nas horas em que ficamos no funeral para transformar completamente nosso jardim. Plantaram lindos arbustos, árvores e flores e até grama nova. Em meio a nossa tristeza inimaginável, sua demonstração de amor e apoio desencadeou nosso processo de cura. Fomos lembrados a cada ano de que o amor e a vida são eternos quando nosso belo jardim florescia de novo após o rigoroso inverno. [Foi] realmente uma experiência sagrada e simbólica que nunca esqueceremos”.

Quando recebi o diagnóstico de câncer de mama, estava servindo como presidente da Sociedade de Socorro e trabalhando para ser reeleita vereadora. Meu marido tinha perdido o emprego e passamos por muitas outras provações difíceis nesse período. Minhas conselheiras levaram a sério o conselho de “carregar os fardos uns dos outros” e me ajudaram a dividir a carga que eu estava levando. O bispo tomou para si algumas de minhas responsabilidades. Meu marido

assumiu muitas tarefas, como cozinhar e cuidar da casa. Fiquei comovida ao ver que meus fardos não estavam sendo tirados, mas compartilhados por muitas pessoas que exerceram a arte de curar.

Consolar

Alma também ensinou que os discípulos de Cristo estão desejosos de “chorar com os que choram; sim, e consolar os que necessitam de consolo” (Mosias 18:9).

Consolar inclui se colocar no lugar do outro, ser bondoso, ter consideração, cuidado, amor e caridade. É envolver em braços amorosos os doentes ou aflitos para ajudá-los a enfrentar o sofrimento.

Luann (o nome foi mudado) enfrentou uma luta moral e espiritual e refletiu sobre sua experiência com aqueles que a consolaram: “Eles não se limitaram a ver a pessoa que eu era na ocasião, mas viram meu potencial, o potencial de me tornar melhor, mais sábia e mais bondosa. Reflito sobre meu antigo eu e fico constrangida devido à minha ignorância e sinto vergonha das transgressões e dos pecados que cometi. Mas a dor do constrangimento e da vergonha é sempre seguida pelo bálsamo da cura, ou seja, a graça, a misericórdia, o perdão e o amor. Quando vejo que havia pessoas ao meu redor, enchendo-me de bênçãos, a dor vai embora. E constato que ajudaram a me curar. Talvez seja mais

“Eles estavam criando um ambiente seguro ao meu redor, no qual o Salvador, o Grande Médico, poderia me curar.”

exato dizer que eles criaram um ambiente seguro ao meu redor, um casulo de graça, no qual o Salvador, o Grande Médico, poderia me curar, fazendo uma mudança em mim, mudando meu coração”.

Uma parte importante de consolar os doentes é conduzi-los até o Grande Médico. Sabrina, de Utah, disse: “Não há cura melhor do que aquela em que alguém nos ajuda a buscar e a nos voltar a Deus. Pode ser apenas um lembrete do que já sabemos — que estamos tentando ser mais fortes do que precisamos ser, levando a carga sozinhos e não confiando em Deus”.



É necessário estar sensível ao Espírito para consolar os doentes e ajudá-los a se manterem positivos. Em determinado momento da minha vida, passei vários meses dormindo mal, em geral só duas ou três horas por noite e com um sono agitado. Estava sofrendo muito com ansiedade e exaustão; fui a muitos médicos, sem resultado. Finalmente, uma amiga me indicou um médico santo dos últimos dias que imediatamente me deu o diagnóstico correto. Mas o que ele disse a seguir foi uma surpresa: “Merrilee, a coisa mais importante que precisa fazer é transferir sua ansiedade para Deus”. Em seguida, ele me incentivou a meditar todos os dias por um curto período sobre “O Cristo Vivo: O Testemunho dos Apóstolos”.

Tentei meditar algumas vezes sem sucesso, mas estava desesperada pela cura. No dia seguinte, silenciosamente meditei sobre as poderosas palavras: “Oferecemos nosso testemunho da realidade de Sua vida incomparável e o infinito poder de Seu grande sacrifício expiatório”.² A emoção tomou conta de mim conforme comecei a ponderar sobre o testemunho de nosso Médico maior e sabia que havia encontrado consolo e paz para minha alma.

Prestar atenção

Ao estudarmos as escrituras para nos espelhar no exemplo de Jesus em Seu trabalho de curar, lemos a respeito de Jesus fazendo uma coisa repetidamente: Ele prestava atenção nas pessoas ao redor.

Cristo notava as pessoas. Ele conversou com a samaritana apesar dos preconceitos culturais. Reservou tempo para abençoar as crianças. Comeu com os publicanos e pecadores e ministrou aos leprosos e excluídos. Deu atenção a cada um.

Como seguidores de Cristo que buscam aprender Sua arte de curar, podemos começar a olhar para as pessoas com os olhos de Cristo. Podemos cumprimentá-las, sorrir, perguntar sobre seu dia. Talvez nunca venhamos a tomar conhecimento da cura que nossos esforços podem gerar nas pessoas ao redor que estão solitárias, deprimidas, enfermas, fracas ou sofrendo. Mesmo gestos simples de amor podem ter uma influência magnífica.

Ao fazermos as obras de Cristo e participarmos da cura de outras pessoas, receberemos bênçãos grandiosas. O Salvador declarou: “Quando o fizestes a um destes meus pequeninos irmãos, a mim o fizestes” (Mateus 25:40). A Ele que curou cada um de nós, a Ele que nos envolveu em Seus braços amorosos mais vezes do que sabemos, a Ele que nos ofereceu o bálsamo de cura de Sua Expição, podemos oferecer nossos pequenos esforços para ajudar a curar nossos irmãos. Essa realmente é a arte de curar. ■

A autora mora em Utah, EUA.

NOTAS

1. Ver “Sim, eu Te seguirei”, *Himos*, nº 134.
2. “O Cristo Vivo: O Testemunho dos Apóstolos”, *A Liahona*, maio de 2017, primeira contracapa.

Flores e segurança financeira

Mechel Wall

O Senhor aumentou minha capacidade, expandiu minhas habilidades e fez muito mais por mim do que eu poderia fazer sozinha.

O fato de não ter me formado na faculdade sempre me incomodou. Sabia que, se algo acontecesse a meu marido, eu não estaria preparada profissionalmente para suprir as necessidades de nossa família.

Então o impensável aconteceu. Recebi um telefonema desesperador que mudou nossa vida.

“Ligue para a emergência!”, meu marido gritou angustiado. “Estou preso debaixo do trator!”

Pedi ajuda e segui rapidamente para o terreno que meu marido estava limpando, passando por uma longa fila de veículos de emergência na estrada de cascalho que levava à nossa propriedade em Pea Ridge, Arkansas, EUA. Barry estava vivo, mas, de fato, estava preso debaixo do motor de um trator que tinha virado.

Com ferramentas hidráulicas de resgate, os socorristas ergueram o trator e soltaram Barry. As pernas dele, ensooadas de óleo diesel, pareciam quebradas em vários lugares. Ele foi levado ao centro de traumatologia, onde recebeu uma bênção do sacerdócio antes de tirarem raios X das pernas.



Ficamos surpresos ao saber que nenhum osso se quebrara, mas a parte de trás de uma das pernas fora severamente queimada pelo combustível. O esmagamento também levou à intoxicação de seus rins. Sua vida estava em risco.

Depois de cinco dias tensos no hospital, seus níveis de toxina finalmente começaram a cair. Seguiram-se meses de trocas de curativos, enxertos de pele, cirurgias e oxigenoterapia hiperbárica. Assim que se sentiu bem o suficiente, Barry começou a trabalhar com vendas, em casa.

“Ninguém vai me dar emprego”

Essa experiência nos serviu de alerta. Nos meses seguintes, pensando no que poderia fazer se perdesse Barry, fiz trabalho voluntário, frequentei treinamentos e me candidatei a vários empregos de tempo parcial. Mas eu não atendia às exigências do mercado de trabalho e ninguém me contratava.

Moramos numa fazenda, com pasto para animais, então comecei a buscar nossa subsistência nesse ramo. Certo dia, uma ideia me veio à mente: flores. Depois de pesquisar sobre o cultivo de flores, decidi fazer uma tentativa. Fui a uma conferência para cultivadores de flores e preparei a transição do pasto para o cultivo de flores em fileiras. Então, em novembro de 2016, inscrevi-me na classe de

pequenos negócios dos Serviços de autossuficiência.

Nossa própria floricultura

O curso de 12 semanas era exatamente do que eu precisava. Eu tinha um plano básico de negócios e muitas ideias boas, mas me faltava organização. No curso, recebi sugestões que nunca me tinham ocorrido. Coloquei cada uma em prática. Naquele primeiro ano que passei plantando e vendendo flores, as sugestões e os princípios que aprendi no curso foram muito úteis:

- Consegui um empréstimo empresarial a juros baixos.
- Expandi minha área de atuação para incluir mercados de agricultores e floriculturas.
- Marquei vários eventos na fazenda para expandir meus serviços.

No final de 2017, depois do primeiro ano de negócios, vi que vender flores para floriculturas tomava tempo demais. “E se eu abrisse minha própria floricultura?”, pensei. A floricultura local havia fechado e o prédio estava malconservado. Meu marido e eu o compramos e reformamos, e abrimos uma floricultura que também vende objetos de arte e artesanato local. Além disso, abri um negócio de locação de plantas e design de interiores com plantas.

Vendo minhas flores em nossa loja, em cafeterias, butiques e em um quiosque no aeroporto local. Todo dia colho aquilo de que preciso.

O Senhor Se importa

Tenho o testemunho de que o Senhor Se importa muito com meu negócio. Ele me ajudou a criar segurança financeira para mim e para várias mulheres que trabalham comigo em tempo parcial e queriam horas flexíveis de trabalho e para estudantes que trabalham para se formar. Uma de nossas filhas administra a fazenda de flores e dois de nossos filhos fazem a maior parte do trabalho da fazenda, inclusive a construção de nossa estufa. Barry ajuda à noite e nos finais de semana, com o carregamento da carga.

Todos nos apoiamos e trabalhamos juntos. Tem sido uma bênção para todos os envolvidos. Fico muito ocupada, mas ainda tenho tempo para a família, os chamados da Igreja, os deveres de ministração e o trabalho voluntário.

Trabalhar desde o momento em que planto a semente ou o bulbo até quando mostro a flor para o cliente me dá um tremendo senso de realização. Não tenho dúvidas de que o Senhor aumentou minhas habilidades e fez de mim muito mais do que eu conseguiria me tornar sozinha. ■

A autora mora no Arkansas, EUA.

Marta e Maria

Camille Fronk Olson

Professora emérita de escrituras antigas,
Universidade Brigham Young

Independentemente da maneira que escolhemos servir, é essencial aceitar e seguir a Cristo com todo o nosso coração e mente.

Em uma época em que muitos em Jerusalém estavam confusos com a identidade do Salvador, Jesus ensinou: “Se alguém quiser fazer a vontade dele, conhecerá a respeito da doutrina” (João 7:17). Se quisermos ir além de simplesmente aprender a doutrina e saber quem é Jesus Cristo e nos tornarmos Seus discípulos, precisamos colocar a fé em ação. A história de Marta e Maria mostra que há mais de uma maneira de servir ao Salvador em nossa própria vida.

Logo após esse sermão, Jesus e alguns de Seus discípulos foram para a casa de Marta em Betânia para ensinar o evangelho. Marta tomou para si a responsabilidade principal de ser uma boa anfitriã, talvez oferecendo alimento e abrigo para seus convidados, enquanto sua irmã, Maria, sentou-se aos pés de Jesus e O ouvia falar (ver Lucas 10:38–42). As diferentes abordagens das irmãs em servir ao Mestre nos ensinam a respeitar e honrar aqueles que manifestam seu discipulado de várias maneiras. Os ensinamentos de Jesus nessa história

também mostram Sua perspectiva de que as mulheres eram livres para escolher como servir e como ser discípulas, assim como os homens.

Servir doando

Um pouco antes de falar sobre Marta e Maria, Lucas registra a parábola do bom samaritano. Nessa história, o Salvador nos ensina a mostrar misericórdia pelo próximo, oferecendo alimento, abrigo e cuidados a qualquer pessoa necessitada (ver Lucas 10:30–37). Os atos de Marta ocupada com “muito serviço” (Lucas 10:40) indicam sua aceitação e interpretação desse princípio conforme ela colocava a fé em ação.

Ilustrando Seu ensinamento de que aquele que é o maior ministra às pessoas (ver Mateus 20:26–28; Lucas 22:26–27), Jesus passou Sua vida a serviço do próximo. Marta agiu devido a seu desejo de servi-Lo. O relato de Marta e Maria mostra duas mulheres que exemplificam a verdadeira crença e o real discipulado por meio do serviço e do aprendizado. Assim como Marta

demonstrou seu amor por Cristo servindo, podemos prestar serviço às pessoas, centralizando tal serviço no amor que sentimos por nosso Salvador e em nossa disposição de aprender e seguir Seu evangelho.

Conforme servimos, precisamos nos lembrar de que há outras maneiras de servir e que não devemos julgar aqueles que servem de maneira diferente de nós. Quando Marta “andava ocupada” (Lucas 10:40), sua reação causou contenda e ameaçou a amabilidade da visita do Salvador.

Apesar de se mostrar hospitaleira e responsável, Marta também ficou sobrecarregada e absorvida em seu trabalho. Ela reclamou com Jesus: “Senhor, não te importa que minha irmã me deixe servir só? Dize-lhe, pois, que me ajude” (Lucas 10:40). Seu protesto mostra sua percepção de que estava servindo sozinha. Ela estava cega às diferentes maneiras de servir de outras pessoas na ocasião, incluindo Maria e o próprio Salvador. Marta representou o princípio de doar, mas com uma atitude que



Podemos usar o exemplo de Marta e Maria em nossa vida e pedir a orientação do Espírito para servir da melhor maneira.

não era condizente com o Espírito. Em nossa vida, também podemos demonstrar nosso amor pelas pessoas por meio de nossas ações e nossa atitude.

Servir recebendo

Com uma voz de advertência, Jesus reconheceu os esforços de Marta em servir e a frustração resultante: “Marta, Marta, andas ansiosa e afadigada com muitas coisas” (Lucas 10:41). As palavras do Salvador não foram ditas para desvalorizar a maneira que Marta escolheu de mostrar hospitalidade, mas para reconhecer o direito de Maria de servir ouvindo e aprendendo. As ações de Maria nos mostram o que é essencial para todos os que querem seguir

o Salvador, independentemente da maneira que escolhem servir.

Maria permitiu que o Salvador a servisse ao receber Sua palavra. Seu exemplo demonstra que podemos mostrar amor pelo Salvador sentando-nos a Seus pés para aprender e crescer em Espírito.

Só uma coisa é necessária

A resposta ao conflito de Marta foi reconhecer que “uma só [coisa] é necessária” (Lucas 10:42). O poder profundo da simplicidade está implícito, mas *simples* pode significar algo diferente para cada um de nós. O padrão do que é “necessário” não está no que é externo, mas em nossa motivação. Seja qual for

a maneira que optemos por servir, o importante é aceitar e seguir a Cristo com todo o nosso coração e mente.

Pode ser que servir “à maneira de Marta” seja o melhor em algumas ocasiões, enquanto em outras podemos seguir “a atitude de Maria” ou mesmo alguma outra que não se encaixe nessas duas categorias. Podemos usar o exemplo de Marta e Maria em nossa vida e pedir a orientação do Espírito para servir da melhor maneira.

Atentemos para nossas atitudes enquanto servimos da maneira que escolhermos, lembrando-nos de que nossa convicção de seguir a Cristo é o que mais importa. Que sempre nos encontremos aos pés do Salvador. ■



Bispo Dean M. Davies

Primeiro conselheiro no Bispado
Presidente

Discipulado dirigido por mão divina

Se você buscar se tornar um verdadeiro discípulo de nosso amado Salvador, o Senhor Deus dos céus vai direcionar seus caminhos.

Quero abordar duas perguntas às quais, quando jovem, desejava ter as respostas.

Primeira, se você dedicar sua vida ao serviço do Senhor, Ele vai dirigir seus passos e usar você para Seus propósitos justos? Segunda, se você escolher seguir o Salvador e andar no caminho do discipulado, o Senhor velará por você e o guiará, abençoará e encherá de um espírito de alegria e plenitude conforme Ele o usa para Seus propósitos?

Se você der seu coração ao Salvador e se esforçar para andar com fé e compaixão no caminho que Ele ordenou, sei que o Senhor vai usar você de maneiras que nunca poderia imaginar.

“Mas não tenho nada de especial”, diz você. “Sou comum em todos os aspectos. Não sou especialmente inteligente, eloquente, bem-vestido ou mesmo educado. Como Deus poderia me usar?”

Desde o início dos tempos, nosso Pai Celestial buscou pessoas comuns e as usou para Seus propósitos. O apóstolo Paulo escreveu para nós em nossos dias, assim como para os antigos coríntios:

“Mas Deus escolheu as coisas loucas deste mundo para confundir as sábias; e Deus escolheu as coisas fracas deste mundo para confundir as fortes;

E Deus escolheu as coisas vis deste mundo, e as desprezíveis, e as que não são, para aniquilar as que são;

Para que nenhuma carne se glorie perante ele” (1 Coríntios 1:27–29).

Quando chegou a época de nosso Salvador restaurar Sua Igreja na Terra, por que você acha que Ele escolheu um jovem humilde sem educação formal?

Por que acha que Deus mandou Gideão, um agricultor, continuar enviando suas tropas para casa até contar com somente 300 homens para enfrentar um inimigo inumerável? (Ver Juízes 7:1–25.)

Por que acha que nosso Salvador escolheu um pescador para ser Seu apóstolo sênior e liderar a Igreja depois que Ele Se fosse? (Ver Mateus 16:18.)

Primeiro, porque “o Senhor não vê como vê o homem, pois o homem vê o que está diante dos olhos, porém o Senhor olha para o coração” (1 Samuel 16:7).

Segundo, porque Deus é capaz de pegar o barro mais comum e criar uma obra de arte com ele. Verdadeiramente, “se Deus é por nós, quem será contra nós?” (Romanos 8:31.)

Terceiro, Deus escolhe os fracos para que ninguém possa se vangloriar e dizer: “Fiz isso devido à minha capacidade”.

Quando Pedro, um humilde pescador, toma um pequeno grupo de crentes e, graças a sua liderança, transforma-os





numa Igreja poderosa, as pessoas erguem a voz e dão graças a Deus.

Quando um exército de milhares é derrotado por um grupo de 300 homens, as pessoas louvam a Deus.

Quando um jovem simples abandona a lavoura e traduz o texto mais inspirado e capaz de transformar vidas desde a Bíblia, as pessoas não dão glória ao intelecto do homem, mas ao poder de Deus.

O Pai Celestial não precisa que você seja poderoso, inteligente ou articulado. Precisa que você volte seu coração a Ele e procure honrá-Lo servindo-O e estendendo a mão com compaixão àqueles que estão à sua volta.

Ministrações do Espírito Santo

A segunda coisa que vou destacar é que, se você seguir a Deus em verdade e força, Ele vai abençoá-lo de maneiras que não conseguirá compreender.

Em 2006, o presidente Gordon B. Hinckley (1910–2008) e a Primeira Presidência determinaram que deveria haver um templo em San Salvador, El Salvador. Visitamos muitas propriedades, inclusive um quarteirão inteiro no antigo centro da cidade. Fomos de carro de uma propriedade para outra, mas nada parecia ser o lugar certo.

Por fim, passamos por uma área em desenvolvimento na parte ocidental da cidade. Senti algo naquela área e caminhei

por vários quarteirões. Uma propriedade cercada de muros me chamou a atenção. Procurei os proprietários e recebi a informação de que a propriedade não estava disponível, assim voltei para casa.

Mas o profeta dissera que um templo seria construído em San Salvador, por isso voltei para ver outras propriedades. Novamente, senti-me atraído pela propriedade com muros e fiz contato outra vez. Repetiram que a propriedade não estava disponível.

Voltei para casa, mas não consegui afastar o sentimento de que era ali que o templo deveria ser construído. Entrei em contato com a família e perguntei se ao menos eles concordariam em falar comigo pessoalmente. Eles concordaram. Novamente, viajei até San Salvador acompanhado de Robert Fox, um amigo e funcionário da divisão de propriedades da Igreja. Naquela manhã, ajoelhamo-nos em meu quarto antes de iniciar o dia e pedimos o auxílio do Senhor.

Ao entrarmos de carro pelo portão da casa, foi quase como se estivéssemos entrando num jardim sagrado. Havia árvores e flores, e o movimentado ruído de fora parou de ser ouvido depois do portão. Miguel Dueñas, acompanhado do irmão e de dois filhos, estava nos esperando. Eles nos cumprimentaram e nos levaram para a casa de seus antepassados, que era grande e espaçosa.

Dissemos que estávamos ali por designação do presidente de nossa Igreja e que ele queria abençoar o país e os membros da Igreja construindo um templo ali. Mostramos a fotografia de outros templos. Dissemos que sentíamos que a propriedade deles, a casa de seus antepassados, era o lugar certo.

Não foi surpresa quando novamente recusaram, mas tínhamos que tentar. Então, por quase uma hora, tentamos todo tipo de abordagem, tais como uma compra direta, uma troca de propriedade e todas as outras opções que conseguimos imaginar. Mas eles estavam firmes em sua decisão e declinaram cada oferta.

Tínhamos feito tudo o que podíamos. Tínhamos nos preparado. Tínhamos dado o melhor de nós. Mas simplesmente não era o suficiente.

Meu coração se encheu de uma premente oração: “Pai, por favor, ajuda-nos a saber o que dizer ou fazer”.

No final, tornou-se evidente que nossa viagem tinha sido em vão. Parecia que nada mudaria a decisão deles. Contudo, quando começamos a nos preparar para partir, algo aconteceu. O Espírito do Senhor encheu a sala. Era tangível. Todos na sala o sentiram. Foi uma das experiências espirituais mais poderosas que já senti.

Miguel Dueñas, que não era membro da Igreja, começou a chorar. Ele se virou para o irmão dele e disse: “Se não podemos vender a casa de nossos antepassados, não poderíamos vender a melhor de nossas propriedades que temos do outro lado da rua?”

O irmão respondeu que sim. Conversamos então sobre a outra propriedade. Eles eram donos de muitas centenas de hectares de terras ao longo da estrada principal que saía da casa de seus antepassados, sendo que o centro da propriedade se destacava de modo que todos os carros que passassem pela estrada veriam o templo.

Era essa a propriedade que eles ofereceram para o templo do Senhor. Foi verdadeiramente um milagre. Daquele momento em diante, as bênçãos do Senhor acompanharam o processo. Em 21 de agosto de 2011, o presidente Henry B. Eyring, na ocasião primeiro conselheiro na Primeira Presidência, dedicou o templo para o serviço do Senhor.

Presto testemunho de que o lindo templo que adorna as montanhas de San Salvador não está lá como resultado de algo que o irmão Fox e eu fizemos ou dissemos, mas devido às

maravilhosas ministrações do Espírito Santo de nosso Deus Todo-Poderoso.

Nosso Pai misericordioso

Se o Senhor Se importa o suficiente para enviar Seu Espírito e tornar disponível o local para um templo, não acha que Ele vai enviar Seu Espírito e preparar seu coração e guiar seus passos?

Você é indiscutivelmente mais precioso do que um terreno. Você é um filho amado do Pai Eterno. É a geração do Deus do Universo!

Não acha que Ele Se importa com você? Não acha que Ele vai usar e abençoar você de maneiras mais gloriosas do que é possível imaginar?

As escrituras nos dizem que, se confiarmos no Senhor de todo o coração, não nos apoiarmos em nosso próprio entendimento e O reconhecemos em todos os nossos caminhos, Ele endireitará as nossas veredas (ver Provérbios 3:5–6).

O rei Benjamim resumiu perfeitamente a mensagem que desejo deixar com você. Ele disse: “E ainda mais, quisera que considerásseis o estado abençoado e feliz daqueles que guardam os mandamentos de Deus. Pois eis que são abençoados em todas as coisas, tanto materiais como espirituais; e se eles se conservarem fiéis até o fim, serão recebidos no céu, para que assim possam habitar com Deus em um estado de felicidade sem fim” (Mosias 2:41).

Ergo minha voz em louvor e presto testemunho dessa verdade. Testifico que tenho visto as bênçãos prometidas de Deus serem cumpridas repetidamente em minha vida e na de muitas outras pessoas.

Prometo que, se você inclinar o coração a seu Pai Celestial, se fizer o esforço diário de amar e seguir Jesus Cristo mais perfeitamente, se em compaixão e bondade aliviar os fardos e erguer as mãos daqueles ao seu redor que estão em dificuldade, se buscar se tornar um verdadeiro discípulo de nosso amado Salvador, o Senhor Deus do céu vai direcionar seus caminhos. Ele vai usar você para Seus sublimes propósitos. Vai abençoá-lo de maneiras que você nem sequer pode imaginar. ■

Extraído do discurso “God Will Use You, God Will Bless You” [Deus vai usar você, Deus vai abençoá-lo], proferido em um devocional na Universidade Brigham Young, em 3 de novembro de 2015.

Mudança de coração, mudança de amigos

Quando adolescente, eu era muito rebelde e agi de maneira contrária ao que me havia sido ensinado. Comecei a tomar bebidas alcoólicas aos 13 anos e, no último ano do Ensino Médio, bebia todo final de semana.

Ia à igreja de vez em quando para diminuir as discussões com meus pais, mas dormia durante a reunião sacramental e depois ia para a praia antes da Escola Dominical. Dizer que meus pais estavam muito tristes com meu comportamento é pouco. Eu os admiro por terem respeitado meu arbítrio ao mesmo tempo em que continuavam a me incentivar a viver o evangelho. Ainda assim, não tinha a intenção de permanecer ativo na Igreja e com certeza não vislumbrava uma missão no meu futuro.

Depois do Ensino Médio, fui para uma faculdade comunitária e continuei com meu jeito rebelde. Mas uma noite,

bem tarde, lembro-me de estar deitado no sofá pensando no futuro. Com que tipo de garota me casaria? Se eu desse as costas para o Senhor, será que um dia encontraria o caminho de volta? Mesmo que fossem decisões importantes, não estava motivado a mudar.

Pouco tempo depois, fui a uma festa no quintal de um amigo onde havia bebida alcoólica e conversa em volta da fogueira. Depois de brincar com meus amigos, afastei-me por um momento e fechei os olhos.

Quando abri os olhos novamente, tive um momento de lucidez. Ao ver meus amigos agindo como tolos, senti que não queria mais fazer parte daquele grupo. Saí dali e decidi parar de beber e ir a festas. Com essa atitude, precisei mudar minha turma de amigos, o que não foi fácil. Mas eu o fiz.

Tais decisões abençoaram minha

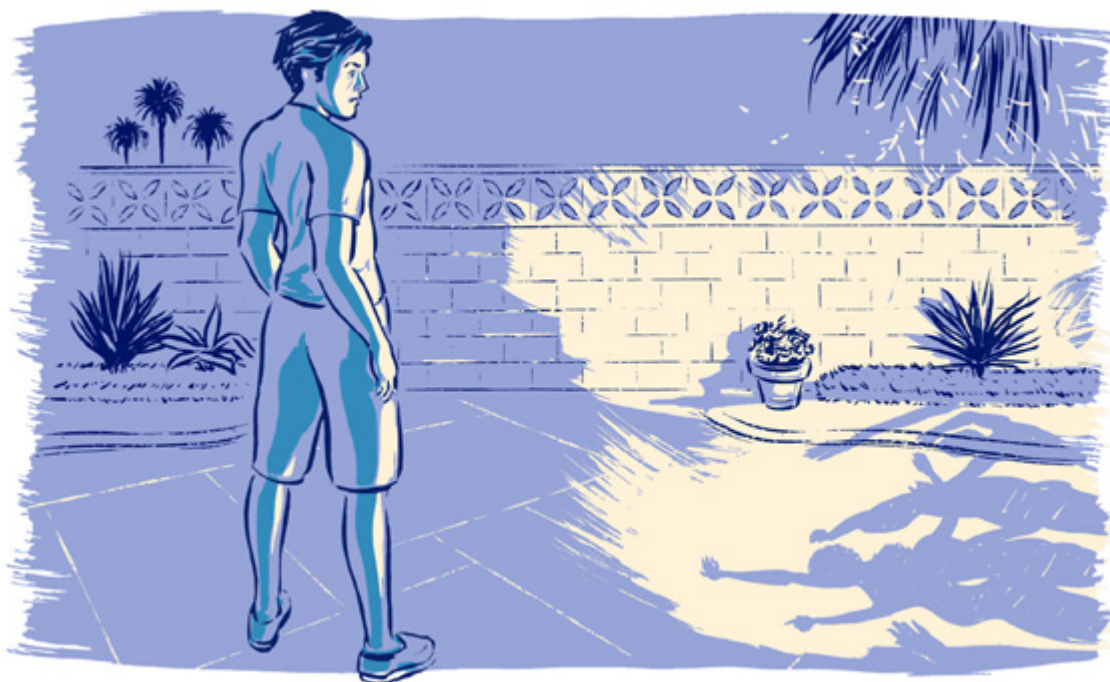
vida. Acabei servindo missão e já tive muitos chamados. E, o mais importante, casei-me no templo com uma mulher maravilhosa. Isso me levou às melhores bênçãos de minha vida.

Recentemente li sobre a conversão de Alma e dos filhos de Mosias (ver Mosias 27) e como eles passaram por uma grande mudança de coração (ver Alma 5:12–14), o que ocorreu em parte pelas orações fiéis do pai de Alma. Então pensei em meus pais e percebi, mais de 30 anos depois, que minha experiência marcante naquela festa foi resultado direto das orações deles.

Hoje, como pai de um filho rebelde, estou em situação semelhante à do pai de Alma e de meus pais. Ao aplicar as escrituras a mim mesmo, tenho fé e esperança de que um dia meu filho também vai vivenciar uma mudança de coração. ■

Nome omitido, Califórnia, EUA

Na festa, ao ver meus amigos agindo como tolos, senti que não queria mais fazer parte daquele grupo.



Meu sonho missionário por fim realizado

Por muitos anos, sonhei em servir missão de tempo integral. Mas, ao voltar para casa depois de me formar na universidade, vi o quanto minha família necessitava de mim. A saúde de meu pai era precária e a família precisava de ajuda financeira. Como a mais velha de quatro filhos, senti que devia ficar em casa e auxiliar. O Pai Celestial me abençoou com um bom emprego. Apesar de o salário não ser alto, era suficiente para as despesas.

Sempre que me perguntavam sobre servir missão de tempo integral, eu respondia que iria. Toda vez que dizia isso, contudo, minha mãe olhava para mim com uma mistura de entusiasmo e tristeza no olhar. Sabia que, se pedisse para ir, ela diria que sim e guardaria em seu coração a apreensão por perder a renda da família.

Alguns anos se passaram e recebi uma proposta de casamento no templo de um portador do sacerdócio digno. Eu disse sim e, algum tempo depois, fomos abençoados com três filhos: duas meninas e um menino. Uma de nossas maiores alegrias foi quando nosso filho foi para a missão. Um espírito de consolo e paz encheu nosso lar. Parecia



ler as histórias de minha filha no campo missionário me encheu do espírito missionário. Orei por oportunidades missionárias e me senti inspirada a enviar uma mensagem a uma amiga.

que um pouco de meu desejo tão acalentado de servir missão estava se realizando.

Fiquei entusiasmada quando minha filha mais velha disse que também queria servir missão. Toda semana, enquanto estava no campo missionário, ela me mandava histórias de seu trabalho. O testemunho dela foi inspirador e me encheu do espírito missionário. Eu orava por oportunidades missionárias todos os dias.

Certo dia, fui inspirada a perguntar a uma amiga por meio de mensagem privada nas redes sociais se ela estaria interessada em receber a visita dos missionários. Ela aceitou! Preenchi um formulário de referência online no site LDS.org e logo os missionários começaram a ensiná-la. Em três meses, ela se filiou à Igreja. Seus filhos a seguiram alguns meses depois. Conforme o Espírito me orientava, convidei outros amigos a ouvir os missionários. Quando minha filha voltou para casa, também senti que havia completado os 18 meses de serviço missionário.

O Pai Celestial conhecia os desejos de meu coração e o que era melhor para minha família e para mim. Sou grata por Ele ter reconhecido meu desejo de servir como missionária, algo acalentado por tanto tempo. ■

Jean Daniel Daroy, Ontário, Canadá



Nossa jornada de 30 anos até o templo

Antes de meu irmão partir para a Suíça, o Espírito sussurrou a meu coração que aquela viagem aproximaria Oswaldo do Salvador e de Sua Igreja.

Alguns meses após meu batismo, meu irmão mais novo, Oswaldo, filiou-se a outra igreja e participava ativamente em sua congregação. Mas eu queria que Oswaldo soubesse o que eu sabia ser verdade. Em particular, desejava que ele ouvisse as palavras dos profetas.

Todo mês, quando recebia a revista *Liahona*, eu a compartilhava com Oswaldo. Sugeriu que alguns temas da revista poderiam ajudá-lo a se preparar para as reuniões em sua igreja. Fiquei feliz quando ele aceitou minha sugestão. Entretanto, muitos anos se passaram e me entristecia ao ver que meu irmão não aceitava o evangelho restaurado de Jesus Cristo.

Certa manhã, Oswaldo disse à família que estava planejando deixar o Equador e viajar para a Suíça. Ele aceitou que eu lhe desse uma bênção no dia da partida. Foi um momento emocionante para mim porque o Espírito sussurrou a meu coração que aquela viagem aproximaria Oswaldo do Salvador e de Sua Igreja.

Na Suíça, Oswaldo encontrou os missionários e acabou convidando-os para ir à sua casa. Com o tempo, uma profunda amizade se estabeleceu

entre eles. Mas ele me disse que, se os missionários abordassem o assunto do batismo, não mais os receberia. Imagine minha surpresa e satisfação quando recebi um e-mail dele dizendo que ia ser batizado. Filiei-me à Igreja em 1981. Oswaldo foi batizado 20 anos depois, em maio de 2001. Ele recebeu a investidura em julho de 2002 e foi selado à esposa em fevereiro de 2003.

Quando Oswaldo retornou ao Equador, prestou testemunho na reunião sacramental. Com lágrimas nos olhos, ele disse: “Meu irmão compartilhou as palavras dos profetas comigo. Tais palavras me inspiraram conforme eu me preparava para as reuniões da igreja que frequentava antes e muitas pessoas foram edificadas dessa maneira. As palavras dos profetas mudaram minha vida. Por meio delas, soube que o evangelho de Jesus Cristo está novamente na Terra em sua plenitude, com poder e autoridade”.

Em fevereiro de 2011, Oswaldo e eu fomos selados a nossos pais no Templo de Guayaquil Equador. As palavras dos profetas abençoam nossa família pela eternidade. ■

Francisco W. Fierro, Lima, Peru

Mártires e meu testemunho

Não acreditei quando os missionários me ensinaram sobre Joseph Smith e o Livro de Mórmon. Meu primeiro pensamento foi que Joseph Smith, como muitos outros assim chamados “profetas”, lançou um livro falso para se tornar rico, famoso ou um herói.

Não tinha a intenção de ler o Livro de Mórmon. Mas, com o tempo, a amizade dos missionários e seu entusiasmo pelo evangelho aguçaram minha curiosidade por sua mensagem.

Ao ler os versículos que os missionários marcaram para mim no Livro de Mórmon, encontrei o convite de Morôni de perguntar a Deus com um coração sincero, real intenção e com fé em Cristo se o Livro de Mórmon é verdadeiro (ver Morôni 10:4–5). Pensei: “Quem, sabendo que o livro era falso, teria a coragem de desafiar o leitor a perguntar a Deus com real intenção e

sinceridade se o Livro de Mórmon é verdadeiro?”

Então, certo dia, os missionários explicaram que Joseph Smith e seu irmão, Hyrum, foram martirizados por causa de seu testemunho. De repente, um pensamento me ocorreu: eles nunca sacrificariam a própria vida por algo que sabiam ser falso. Neste momento, um sentimento cálido, como um fogo ardente, espalhou-se por meu corpo. Foi o testemunho do Santo Espírito confirmando a meu coração que Joseph Smith era um profeta verdadeiro. Com esse testemunho, fui batizado e confirmado.

Lembrei-me dessa experiência 25 anos depois quando li um discurso do élder Jeffrey R. Holland, do Quórum dos Doze Apóstolos. No discurso, o élder Holland perguntou se, no momento crucial do martírio, Joseph e Hyrum continuariam a blasfemar

perante Deus continuando a vincular sua vida, sua honra e sua salvação eterna a um livro que sabiam ser falso.

“*Eles não fariam isso!*”, afirmou o élder Holland. “Preferiram morrer a negar a origem divina e a veracidade eterna do Livro de Mórmon.”¹

As palavras do élder Holland fizeram muito sentido para mim e fortaleceram ainda mais meu testemunho do profeta Joseph Smith e do poder do Livro de Mórmon.

Sou grato pelo profeta Joseph Smith. Ele trouxe à luz o Livro de Mórmon e deu sua vida para ser uma testemunha de Jesus Cristo. Por meio do Livro de Mórmon, soube da existência de Deus e conheci Seu amor por mim. ■

Sunju Kim Muir, Maryland, EUA

NOTA

1. Jeffrey R. Holland, “Segurança para a alma”, *A Liahona*, novembro de 2009, p. 89.

Quando soube que Joseph Smith e seu irmão, Hyrum, foram martirizados, o Espírito confirmou para mim que eles nunca dariam a própria vida por algo que sabiam ser falso.



Creemos em ser perfeitos — Em Cristo

Durante o Sermão da Montanha, Jesus nos deu o mandamento desafiador de ser perfeitos (ver Mateus 5:48). Mas já que todos somos passíveis de erros, como Deus espera que guardemos esse mandamento? Ao compreendermos corretamente as expectativas de Deus com relação a nós, podemos entender o que o profeta Morôni pretendia ensinar quando falou que podemos ser “perfeitos em Cristo” (ver Morôni 10:32–33).

O que significa ser perfeito?

“A palavra grega para *perfeito* pode ser traduzida como ‘completo, terminado, plenamente desenvolvido’ (em Mateus 5:48, nota de rodapé *b*). Nosso Salvador nos pede que nos tornemos completos, concluídos e totalmente desenvolvidos — que sejamos aperfeiçoados nas virtudes e nos atributos que Ele e nosso Pai Celestial exemplificam.”¹

“A perfeição que o Senhor imagina para nós é muito mais do que um simples desempenho sem erros. É a eterna expectativa, manifestada pelo Senhor na grandiosa oração que fez ao Pai em nosso favor, de que pudéssemos ser aperfeiçoados e

capazes de viver com Eles na eternidade vindoura.”²

“Creio que a intenção de Jesus em Seu sermão com relação a esse assunto não tenha sido nos martelar com palavras referentes a nossas falhas. Não. Acredito que Ele teve a intenção de prestar tributo a quem e o que é Deus, o Pai Eterno, e o que podemos alcançar com Ele na eternidade.”³ ■

NOTAS

1. Gerrit W. Gong, “Tornar-nos perfeitos em Cristo”, *A Liahona*, julho de 2014, p. 45.
2. Russell M. Nelson, “Perfeição incompleta”, *A Liahona*, janeiro de 1996, p. 96.
3. Jeffrey R. Holland, “Sede vós pois perfeitos — No final”, *Liahona*, novembro de 2017, pp. 40–41.



“A compreensão do amor expiatório que Jesus Cristo

gratuitamente nos concedeu pode nos libertar das expectativas incorretas e irreais que impomos a nós mesmos em relação ao que é a perfeição.”

Élder Gerrit W. Gong, do Quórum dos Doze Apóstolos, “Tornar-nos perfeitos em Cristo”, *A Liahona*, julho de 2014, p. 42.

O que Deus espera de nós

Negar-nos a toda iniquidade e amarmos a Deus com todo o nosso poder, mente e força (ver Morôni 10:32).

Com fé em Jesus Cristo, arrependermos quando pecarmos.

Guardarmos os convênios com Deus ou as promessas que fizemos a Ele.

Fazermos tudo a nosso alcance para cumprirmos os mandamentos por toda a vida.

Continuarmos pacientemente até sermos aperfeiçoados (ver Doutrina e Convênios 67:13).



O que Deus *não* espera de nós

Sermos perfeitos *agora!* Nunca cometer erros.

Ficarmos sobrecarregados devido ao perfeccionismo.

Estarmos constantemente ocupados — só trabalho e nenhuma diversão.

Sermos críticos conosco por acharmos que não estamos progredindo.

Tentarmos “comprar” nosso lugar no céu somente com boas obras, sem nos arrepender.



Lagartixas, grilos e tempo com os filhos

Nancy Thomas

Nunca imaginei o efeito duradouro que os répteis teriam em meu relacionamento com meu filho.

Meu filho, Dallin, sempre adorou répteis. Eu, por outro lado, nunca gostei. Permitimos que ele tivesse um com a condição de que o réptil escolhido coubesse na mangueira do aspirador caso escapasse da gaiola quando Dallin estivesse na escola. Pensamos em várias opções, de sapos a iguanas, antes de nos decidir por duas lagartixas-leopardo chamadas Fuzz e Diane.

Os novos amiguinhos de Dallin vieram fazer parte de nossa família quando ele estava com 7 anos de idade. Um aspecto de ter lagartixas em que eu não havia pensado era a necessidade de alimentá-las com grilos — grilos vivos — uma vez por semana. Por anos a fio, Dallin e eu fizemos “a corrida dos grilos”. Sempre acabávamos deixando para horas inconvenientes, geralmente tarde da noite, quando tentávamos chegar ao pet shop antes que a loja fechasse.

Diane viveu somente três anos, mas Fuzz teve uma vida longa, saudável e feliz. No final do último ano do Ensino Médio, Dallin precisou fazer uma apresentação na aula de oratória. Pediu sugestões a meu marido e a mim. Sugerimos que falasse sobre lagartixas-leopardo porque conhecia bem o assunto e poderia levar Fuzz para mostrá-lo à classe. Foi então que Dallin nos informou que Fuzz havia morrido.

“Está falando sério? Quando ele morreu?”, perguntei sem acreditar.

Dallin nos contou que Fuzz morreria na semana anterior.

“Ele está no meu quarto, mas não se preocupe. Ele não vai feder. Está dentro de dois sacos.”

Diante de nosso espanto, Dallin explicou: “Vou fazer uma experiência — quero vê-lo se decompor”.

A experiência de Dallin foi além de apenas ver Fuzz se decompor. Ele

interrompeu o processo colocando-o no freezer por duas semanas e depois o tirou para descongelar e se decompor um pouco mais.

Um ano depois, com Dallin já na missão, eu estava limpando o freezer e encontrei Fuzz, ainda ensacado, lá no fundo. Já que estava preparando um pacote para mandar ao Dallin, pensei que seria engraçado enviar também sua pequena experiência. Com cuidado, coloquei Fuzz em uma caixa, embrulhei-a com um bonito papel de presente e a acomodei no pacote com um bilhete que dizia: “Há uma surpresa em seu pacote”. Depois, esperei ansiosamente a resposta dele.

“Tenho pensado nessa lagartixa desde que você a mandou”, ele escreveu. “Não tanto o animal em si, mas em todo o tempo despendido a cada semana para comprar grilos e fazer outras tarefas, ouvindo suas sugestões, histórias e seu testemunho enquanto estávamos no



carro. Era uma boa desculpa para sair e assim poder conversar com você (não que eu tenha falado muito, mas, com certeza, ouvi).”

Comprar grilos. Quem diria. Como pais, nem sempre conseguimos planejar a extensão de nossa influência. Com frequência, simplesmente acontece. Pode ser ao colocar os filhos para dormir à noite, ao ensiná-los a andar de bicicleta ou no trajeto para outras atividades. Temos que reservar tempo para estar com os filhos.

O Salvador demonstrou o maior exemplo de ter tempo para as crianças. Depois de um longo dia ensinando os nefitas, Cristo mandou as pessoas levarem seus pequeninos a Ele, que Se ajoelhou entre eles e orou. Após a oração, Ele chorou. E depois “pegou as criancinhas, uma a uma, e abençoou-as e orou por elas ao Pai” (3 Néfi 17:21).

Aquelas crianças sabiam que Jesus as amava. Ele, de boa vontade, reservou tempo para elas. Ele as ouviu, orou por elas e as abençoou. As pessoas que

testemunharam essas coisas se encheram de tal poder que o registro diz: “Os olhos jamais viram e os ouvidos jamais ouviram, até agora, coisas tão grandes e maravilhosas como as que vimos e ouvimos Jesus dizer ao Pai” (3 Néfi 17:16).

A influência que Jesus Cristo exerceu naquelas crianças durou por gerações. Ao investir nosso interesse e tempo em nossos filhos, mesmo que seja só para ir com eles comprar grilos, nossa influência também poderá durar gerações. ■
A autora mora no Maine, EUA.

Quando um ou ambos os pais não frequentam a igreja

Karmel Newell

O presidente Russell M. Nelson cresceu num lar cheio de amor, com pais que adorava. Ainda assim, quando criança, ele ia à igreja sem o pai ou a mãe e ansiava por se selar à sua família.¹ Mas nenhuma criança precisa andar no caminho do convênio sozinha. O amor e o cuidado de outros familiares e membros da ala podem suprir um pouco o que falta às crianças e aos jovens que não têm os ensinamentos do evangelho no lar. Bons ensinamentos do evangelho e boas experiências no lar e na igreja podem ajudar cada criança a sentir o amor do Pai Celestial.

Para os pais que frequentam a igreja sem o cônjuge

1. **Compartilhe as bênçãos de viver o evangelho.** Ajude seus filhos a ver que viver o evangelho pode trazer paz e aliviar os fardos. Explique por que você escolhe ir à igreja, sem falar mal do cônjuge que opta por não a frequentar. Conte como o fato de guardar seus convênios batismais lhe dá consolo e orientação.
2. **Tenha uma atitude positiva.** Ajude os filhos a ver o que há de bom na família. Ajude-os a ver também o que há de bom nos professores e líderes da Igreja e nos membros da ala. Converse sobre o que seus filhos aprenderam na igreja. Não se alongue nos pontos fracos ou comentários



Conversar com os filhos sobre as coisas boas que vivenciam no lar e na igreja pode ajudá-los a sentir o amor do Pai Celestial.

- insensíveis das pessoas. Em vez disso, fale de maneira positiva e demonstre disposição de aprender com elas.
3. **Aprenda a lidar com as emoções negativas.** Ajude seus filhos a reconhecer as emoções negativas, como medo, solidão, decepção e raiva. Depois os ajude a processar as emoções por meio de desenhos, brincadeiras ou conversas. Se necessário, procure também ajuda profissional.

Curar corações magoados vai ajudar todos a ser mais receptivos aos sentimentos espirituais e ter experiências melhores na igreja.

4. **Peça ajuda se precisar.** Se necessitar de auxílio, não espere alguém oferecer. Às vezes, os líderes da Igreja e os membros da ala podem não perceber uma necessidade ou hesitar em oferecer ajuda sem um pedido. Se um filho precisar de uma bênção, avalie

em espírito de oração quem pode ajudar e depois peça. Também pense em quem você pode auxiliar.

Para todos os adultos

1. Reconheça a presença das crianças que vão à igreja sem um ou ambos os pais e demonstre amor por elas.

Aprenda o nome delas e as cumprimente com bondade e carinho. Evite julgar suas circunstâncias e não pergunte sobre os pais ausentes. Quando as crianças sentem o amor sincero dos irmãos da Igreja, ficam mais propensas a relaxar, aprender e sentir o Espírito.

2. Seja sensível a necessidades especiais. Quando as crianças vão à Igreja sem um ou ambos os pais, fique atento a atividades ou ensinamentos específicos que podem afetá-las. Em uma lição sobre as bênçãos do sacerdócio, ensine que todos têm acesso a essas bênçãos. Se uma atividade envolver os pais, inclua todos os pais. Fique atento às crianças que podem ficar mais sensíveis em datas especiais como o dia dos pais ou dia das mães.

3. Ajude-as a amar e fortalecer a própria família. Ensine às crianças que a família foi ordenada por Deus.² Incentive-as a apreciar o que há de bom em sua família. O trabalho de história da família pode ajudar

as crianças a compreender que sua família começou bem antes de elas nascerem. E fazer o trabalho de história da família pode abençoá-las “com mais proximidade e alegria em [sua] família”.³

4. Ensine a elas a verdadeira doutrina.

O arbítrio é uma doutrina básica do plano de salvação e os filhos não são responsáveis pelas escolhas e pelos pecados de seus pais (ver Moisés 6:54). Os filhos não são culpados pelos problemas dos pais nem é responsabilidade deles repará-los. Saber disso pode ajudar as crianças a se preocuparem menos com coisas que não podem mudar e apreciar as muitas bênçãos diárias do convívio em família.

O presidente Henry B. Eyring, segundo conselheiro na Primeira Presidência, ensinou: “Nosso Pai Celestial está ansioso para reunir e abençoar toda a família Dele. (...) Seu plano concede a cada um de Seus filhos a oportunidade de aceitar ou rejeitar Seu convite. E as famílias são uma parte essencial desse plano”.⁴ ■

A autora mora em Utah, EUA.

NOTAS

1. Ver Russell M. Nelson, “Revelação para a Igreja, revelação para nossa vida”, *Liahona*, maio de 2018, p. 93.
2. Ver “A Família: Proclamação ao Mundo”, *A Liahona*, maio de 2017, última contracapa.
3. Quentin L. Cook, “A alegria do trabalho de história da família”, *A Liahona*, fevereiro de 2016, p. 27.
4. Henry B. Eyring, “Reunir a família de Deus”, *A Liahona*, maio de 2017, p. 20.

PARA AS CRIANÇAS

Em *Meu Amigo*:

- A experiência de infância do presidente Nelson: “Gratidão aos pais”, junho de 2019, p. A2
- “Um novo capítulo”, junho de 2019, p. A4
- “O primeiro dia dos futuros pais de Steven” (*A Liahona*, junho de 2015, p. 72)

PARA OS JOVENS

Na revista *Liahona*:

- “A vida é uma maratona”, abril de 2019, p. 54



O plano perfeito

Quando foi a última vez em que seus planos fracassaram? Na semana passada? Foi o que aconteceu com os meus. Por mais perfeitos que sejam nossos planos, as **reviravoltas inesperadas da vida** parecem ser uma realidade da mortalidade. Nunca me passou pela cabeça sofrer quatro abortos espontâneos entre o nascimento de meus dois filhos, mas foi o que aconteceu. Quando os planos traçados em espírito de oração nos surpreendem de maneiras inesperadas — ou fracassam completamente —, **o que fazemos?** Nesta edição, jovens adultos em diversas circunstâncias compartilham as respostas que encontraram a essa pergunta quando seu planejamento familiar não ocorreu como previsto.

Para meu marido e eu, abortos espontâneos barraram nosso caminho e partiram nosso coração (ver página 44). Para Katherine e seu marido, o empenho de filtrar as opiniões da sociedade para encontrar a voz do Senhor provou ser um obstáculo em seu caminho (ver página 48).

Em outros artigos apenas digitais, Christina compartilha seus medos e sua hesitação em se

tornar mãe, e Brian relata como o desemprego quase arruinou o plano de família que ele e sua mulher tinham traçado. Katie, uma jovem adulta solteira, compartilha algumas verdades sobre a natureza eterna de nossa identidade como pais.

Quer você esteja esperando filhos para abençoar seu lar, tenha mais filhos do que havia planejado originalmente ou esteja simplesmente aguardando o casamento, uma coisa é certa: **o Pai Celestial tem o plano perfeito** e está sempre nos guiando e nos apoiando de maneira individual e pessoal ao procurarmos alinhar nossa vontade à Dele.

Seja qual for o resultado, o simples **desejo de trazer filhos a este mundo** vai nos abençoar com uma perspectiva mais profunda do grande plano de felicidade do Pai Celestial. A despeito de onde você esteja em sua jornada de crescimento familiar, ao ler nossas histórias, espero sinceramente que o Espírito Santo o conduza a inspirações ou respostas que vão ajudá-lo ao longo do caminho.

Tenha uma boa leitura!

Marionette von Bracht

MELHOR CONSELHO...

Alguns jovens adultos compartilham o melhor conselho que já receberam sobre ter filhos:

“Logo que nos casamos, um professor maravilhoso disse que essa era uma decisão entre você, seu cônjuge e o Senhor. Ele nos alertou que muitas pessoas dizem que essa é uma decisão entre marido e mulher, mas deixam o Senhor de fora. O fato de manter o Senhor em nossas decisões nos abençoou mais do que posso descrever”.

— **Bonnie Cornick, Idaho, EUA**

“Não espere a ‘hora perfeita’ para ter filhos — vai ficar esperando para sempre.”

— **Annie Hall, Queensland, Austrália**

“Não se preocupe com o que os outros vão dizer! Isso é entre você, seu cônjuge e o Pai Celestial.”

— **Kulani Walters, Auckland, Nova Zelândia**

Qual é o melhor conselho que você já recebeu sobre como superar a adversidade? Envie sua resposta para liahona.LDS.org até 30 de junho de 2019.

COMPARTILHE SUA HISTÓRIA

Você tem uma história incrível para contar? Ou deseja ver artigos sobre determinados assuntos? Se for o caso, aguardamos sua contribuição! Envie seus artigos ou comentários para liahona.LDS.org.

SOBRE OS AUTORES JOVENS ADULTOS

Marianne von Bracht

adora estar com a família, ouvir música e desfrutar a luz do sol. Por ter nascido em Michigan, EUA, onde o sol nem sempre aparece, ela sabe que a Luz de Cristo pode iluminar qualquer dia, por mais espessas que sejam as nuvens.



Katherine Ramirez de Pineda

é de Manágua, Nicarágua, e se filiou à Igreja quando tinha 18 anos de idade. Estudou como ensinar inglês como língua estrangeira e trabalha como professora do Ensino Fundamental. Ela e o marido foram selados no Templo da Cidade da Guatemala, Guatemala, e têm três belos filhos.



Katie Sue Embley

acha que o mundo está repleto de pessoas bonitas cujas histórias merecem ser contadas. Estuda jornalismo e espanhol, e seu objetivo é [#compartilharbondade](https://twitter.com/compartilharbondade).



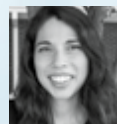
Brian Morril

sua mulher e suas duas filhas estão instalados na base naval de Norfolk na Virgínia, EUA. Como tenente, ele trabalha como oficial de voo da marinha num avião E-2 Hawkeye.



Christina Crosland

se formou recentemente pela Universidade Brigham Young. Passa o tempo livre lendo e colecionando livros para sua futura biblioteca dos sonhos. Ela e o marido agora desfrutam de sua nova casa no Texas, EUA, com sua filha bebê.



NESTA SEÇÃO

44 À espera nas paradas da vida
Marianne von Bracht

48 Abençoados por ter filhos
Katherine Ramirez de Pineda



APENAS DIGITAL

Nossa identidade eterna como pais

Katie Sue Embley

As necessidades da Marinha — E as de nossa família

Brian Morrill

Superar meu medo de ter filhos

Christina Crosland

Encontre estes artigos e mais:

- Em liahona.LDS.org
- Em **Publicação semanal para jovens adultos** (em “Jovens adultos” na Biblioteca do Evangelho)
- Em facebook.com/liahona

À espera nas paradas da vida

O fato de sofrer um aborto espontâneo após o outro foi como uma sequência de paradas no sinal vermelho na minha vida, mas, ao me voltar para o Senhor, descobri que cada perda foi acompanhada de paz, perspectiva e crescimento.





Marianne von Bracht

Agarrei com força o volante enquanto fitava ansiosa a luz vermelha do semáforo. Quando ela finalmente mudou para verde, avancei em alta velocidade, para apenas voltar a esperar no que parecia ser uma sequência interminável de paradas. Eu estava a dez minutos de uma lição com as missionárias que deveria ter começado cinco minutos antes. Se eu tivesse sido uma mãe mais sábia, teria predito a crise de birra de 15 minutos de minha filha de quase 3 anos de idade, que começou assim que nos dirigimos para a porta, mas não o fiz. Sim, o mundo prosseguiria sem mim se eu me atrasasse, mas, como eu estava tentando fazer algo bom, será que eu não merecia que *alguns* semáforos atuassem em meu favor? Ao esperar impacientemente em outra parada, senti minha frustração se transformar em raiva. “Estou tentando fazer algo bom, estou me esforçando ao máximo! Onde está a ajuda de que preciso?”

Vinte meses antes, eu me vi fazendo esse mesmo tipo de perguntas numa situação equivalente, mas num lugar que contava com toda a paz e a serenidade que faltavam naquelas paradas nos sinais de trânsito.

No Bosque Sagrado, em Palmyra, Nova York, as folhas começavam a brotar nos ramos escuros que me rodeavam. Os brotos verdes que despontavam do chão pareciam proporcionar um fôlego de vida ao ar. Apenas o leve farfarhar de uma brisa suave e o ruído de nosso carrinho de bebê e dos meus passos chegavam a meus ouvidos — não havia carros, nem estradas, nem conversas ruidosas. Mas, a despeito da serenidade, minha mente oscilava cheia de dúvidas e incerteza. Meu marido, Lance, e eu tínhamos esperado 72 dolorosas horas para que meu médico me ligasse com os resultados de uma ultrassonografia e um exame de sangue feito às pressas. Eu estava desesperada por respostas e consolo.

Receber consolo

“E aconteceu que o Senhor os visitou com seu Espírito e disse-lhes: Consolai-vos; e eles foram consolados” (Alma 17:10).

Vi-me fitando os canteiros de flores fustigados pelo inverno no lado de fora do Templo de Palmyra Nova York. Minha mente articulou plenamente as dúvidas que a assolavam: “Se eu perder esta gravidez, por quê? E o que acontecerá então?” Tão suave quanto a brisa primaveril que me envolvia, o Senhor falou à minha mente, dando-me o consolo pelo qual eu tanto ansiava. Não precisei mais que o médico me informasse. Eu sabia que perderia aquela gravidez, mas subitamente entendi que aquela minúscula alma estava nas mãos perfeitas e amorosas do Pai Celestial. De um momento para o outro, o desespero que me consumia foi substituído por uma paz confortadora que me susteve nas semanas e nos meses seguintes.

À espera do sinal verde

“Sou grato às muitas maneiras pelas quais o Senhor me confortou com o Consolador quando precisei de paz. E nosso Pai Celestial está preocupado não somente com nosso consolo, mas ainda mais com nosso progresso contínuo.”¹

— Presidente Henry B. Eyring

Vários dias após ter visitado Palmyra, sofri um aborto espontâneo muito traumático. Embora um sentimento de paz continuasse a me sustentar, senti-me física e emocionalmente fraca com a perda e a espera inesperada que se seguiu. Esperei em primeiro lugar os resultados dos exames laboratoriais, que indicaram uma rara gravidez molar parcial. Depois esperei o resultado de exames de sangue semanais, quinzenais e finalmente mensais para garantir que não houvesse sinais de um possível câncer resultante. Mesmo durante os longos meses de espera, Lance e eu pudemos claramente ver a mão do Senhor nos consolando e tranquilizando em todo o processo. A gravidez molar parcial não teve efeitos duradouros, e em apenas seis meses meu médico disse que poderíamos tentar ter outro bebê. Voltei ao caminho do progresso na minha vida. A luz tinha finalmente mudado de vermelha para verde.

Mas, após apenas três meses e vários exames de sangue, tive outro aborto espontâneo — dessa vez faltando só uma semana para o Natal. Outros três meses se passaram, e minhas esperanças se reacenderam após outro exame de gravidez positivo, mas sofri outro aborto espontâneo em apenas uma semana — outra parada em minha vida.

Colocar a fé à prova

“Mesmo com uma forte fé, muitas montanhas não serão movidas. (...) Se toda a oposição fosse eliminada, se todas as moléstias fossem removidas, então os principais objetivos do plano do Pai seriam frustrados.”² — Élder David A. Bednar

Fiquei grávida de novo, e a data prevista do parto caía bem na época do Natal seguinte. Tive um bom sentimento em relação àquela gestação.

Tínhamos ouvido os batimentos cardíacos numa ultrassonografia inicial e sabíamos que nossos familiares estavam orando por nós. Enquanto eu estava numa sessão de investidura no templo, certo dia, uma clara sequência de pensamentos me veio à mente: “Se eu perdesse esta gravidez, será que minha fé suportaria essa perda? Claro que sim. Mas é evidente que não terei outro aborto espontâneo porque desta vez estou pronta para aceitar a vontade do Senhor, não importa o que aconteça”.

Apesar de minha atitude positiva, várias semanas depois vi os sinais, fui fazer uma ultrassonografia e comecei o doloroso processo que já me parecia tão familiar. Minha fé não foi tão forte quanto eu tinha esperado. As respostas que haviam me amparado durante meus abortos anteriores não mais pareciam adequadas. Fui tomada por uma onda de depressão. Senti-me cansada, vazia e até levemente traída. Meu marido e eu não éramos os únicos que esperavam no Senhor. Nossa filha sempre nos dizia o quanto queria um irmãozinho ou uma irmãzinha. Sofríamos com ela. Ao entregar minhas emoções vulneráveis ao Senhor em fervorosa oração, recebi novamente um claro testemunho de que o Pai Celestial estava bem ciente de minha dor e situação, e de que Ele me amava. Embora minhas circunstâncias tenham permanecido as mesmas, essa doce e simples experiência milagrosamente aliviou o fardo que eu sentia e me deu a capacidade de suportar e até de me sentir feliz ao seguir adiante em minha vida cotidiana. A despeito do que o futuro me reservasse, eu estaria bem.

Quando os testes genéticos voltaram, meses depois, sem respostas, novamente nos sentimos confusos a respeito do propósito desses revezes em nossa vida. Tentei ao máximo deixar meus próprios desejos de lado e alinhar minha vontade com a do Senhor, mas, durante os momentos difíceis, meu coração gritava: “O que tenho que aprender com isso? Estou tentando fazer algo bom! Onde está a ajuda de que preciso?”





Mudança de atitude

“A dificuldade é um princípio constante! Todos temos desafios. O que muda é como reagimos à dificuldade.”³ — Élder Stanley G. Ellis

Oito meses depois de meu quarto aborto espontâneo e várias semanas depois daquele estressante trajeto de carro para encontrar as missionárias, eu estava esperando calmamente num semáforo a caminho de casa quando recebi minhas respostas. Ao ver os carros parados ao meu lado e os carros que prosseguiram na avenida à minha frente, captei uma perspectiva eterna de minha vida. De repente, percebi que tudo o que importava em minha jornada era que eu continuasse no caminho que ia me levar de volta ao meu lar celestial. O número de “paradas” nas quais eu teria de esperar não teria influência no meu destino, mas, sim, o modo como eu reagiria a elas.

Comecei a apreciar cada parada em minha vida, tanto no sentido metafórico quanto literal. Em vez de ser um tempo desperdiçado, cada parada se tornou uma oportunidade para adquirir paciência e a perspectiva que só vem por meio da espera. Assim como cada luz vermelha do semáforo está justaposta a uma luz verde numa direção diferente, descobri que cada parada em minha vida abre uma avenida para crescimento, só não necessariamente da forma que eu havia planejado até então. Em vez de me concentrar nas decepções, comecei a me deleitar na oportunidade de progresso que cada reviravolta inesperada trazia.

Concentrar-nos no Salvador

“Uma questão de vital importância é: ‘Onde depositamos nossa fé?’ Estaria ela focalizada unicamente em sermos libertados da dor e do sofrimento, ou firmemente centralizada em Deus, o Pai, em Seu santo plano e em Jesus Cristo e Sua Expição?”⁴ — Élder Donald L. Hallstrom

Dois longos anos depois de meu primeiro aborto espontâneo, dei à luz um belo menino saudável. Durante o tempo que se passou até a chegada desse alegre dia para nossa família, aprendi que Jesus Cristo não sofreu por mim para remover todo o sofrimento de minha vida. Em vez disso, Ele sofreu para que eu pudesse ser fortalecida e crescesse com os desafios que enfrento. Embora os momentos angustiantes de perda e os longos meses de espera ainda sejam dolorosos de serem lembrados, eles se tornaram um tesouro em minha vida. Naqueles momentos sagrados, entendi como o Salvador conhece individualmente meu sofrimento. Ele me amparou de uma forma que somente alguém que conhece meus pesares pessoais poderia amparar. Embora a oposição em nossa vida muitas vezes pareça arruinar nossos planos para o progresso, o Senhor usa essa oposição para nos impulsionar a um fim maior: conhecer Seu amor e continuar nele. ■

A autora mora no Texas, EUA.

NOTAS

1. Henry B. Eyring, “Deixo-vos a Minha paz”, *A Liahona*, maio de 2017, p. 17.
2. David A. Bednar, “Aceitar a vontade e o tempo do Senhor”, *A Liahona*, agosto de 2016, p. 22.
3. Stanley G. Ellis, “Confiamos Nele? As dificuldades são para o nosso bem”, *Liahona*, novembro de 2017, p. 113.
4. Donald L. Hallstrom, “Cessaram os dias de milagres?”, *Liahona*, novembro de 2017, p. 90.

As pessoas nos questionavam por termos mais filhos; no entanto, por meio de nossa posteridade, pudemos entender melhor o amor do Pai Celestial e desenvolver nosso potencial divino.



Abençoados por ter filhos

Katherine Ramirez de Pineda

“**E**sse é seu último filho?” Quando eu estava grávida de meu terceiro filho, já tendo outras duas crianças com menos de 5 anos, as pessoas frequentemente opinavam a respeito de meus filhos. “Esse é o último?” “Você não acha que está indo rápido demais?” “O que vai fazer com três crianças?” Essas eram perguntas que eu ouvia com frequência. Embora fosse compreensível, visto que no meu país as pessoas normalmente têm apenas um ou dois filhos por questões econômicas, o que as pessoas não sabiam é que, quando meu marido e eu estávamos namorando, conversamos muito sobre quantos filhos queríamos ter e quando os teríamos. O planejamento familiar era uma decisão importante e séria para

nós, por isso tinha de ser tomada entre nós dois, sempre buscando a orientação de Deus. Demos ouvidos ao Espírito em vez de prestar atenção à voz das pessoas ao nosso redor, e fomos abençoados por ter filhos.

Quando o Senhor fez um convênio com Abraão, prometeu a ele uma numerosa posteridade (ver Gênesis 17:5-6; 22:17). Por meio dessa passagem das escrituras, vemos que, para nosso Pai Celestial, ter filhos é uma das maiores bênçãos que podemos receber. Por meio de nossa posteridade, podemos entender melhor o amor de nosso Pai Celestial e desenvolvemos nosso potencial divino e eterno. Ao ter filhos, não apenas ajudamos os espíritos que estão na vida pré-mortal a virem à Terra e ganharem um corpo, mas também temos o privilégio de ensinar o evangelho a eles. Acredito



que poucas coisas na vida nos preparam melhor para a vida eterna do que ter filhos. É em nossa família que aprendemos melhor a aplicar os atributos do Senhor. Agora que sou mãe, sou lembrada diariamente de como é importante me manter próxima de meu Pai Celestial. Oro pedindo orientação, força e paciência, e agradecendo pelas muitas bênçãos que os filhos proporcionam.

A maternidade e paternidade é uma experiência que transforma a vida, sendo repleta de desafios, mas também de alegrias. Toda vez que ouço minha filha mais velha cantando uma música da Primária, vejo meu filho de 2 anos tentando manter os olhos fechados durante nossa oração familiar ou seguro nos braços meu bebê dormindo, sinto meu coração se encher de uma alegria indescritível. Nossos filhos são

o combustível que nos faz perseverar até o fim, por mais numerosos que sejam os desafios que enfrentemos na vida. Sou profundamente grata ao Pai Celestial por ter me dado a oportunidade de ser a mãe de meus filhos.

Sei que o Pai Celestial nos ama. Senti Seu amor nos breves e doces momentos repletos de felicidade verdadeira e duradoura, assim como durante as dificuldades. Ele enviou Seu Filho, Jesus Cristo, para nos mostrar o caminho de volta ao nosso lar celeste. Amo minha família e sei que as famílias podem ser eternas. ■

A autora mora em Manágua, Nicarágua.

Na escola que frequento agora

há pouquíssimos membros. Por isso é muito importante que eu viva os padrões, pois esse é o único meio de a luz do evangelho brilhar por meu intermédio para que os não membros um dia encontrem seu caminho para a Igreja. Talvez não agora, mas um dia eles vão lembrar que havia aquele menino estranho que não tomava chá gelado nem café, que não dizia palavrões e que era membro de uma igreja. Talvez um dia meu exemplo os leve para onde eles precisam estar.

Às vezes é difícil ser diferente e se destacar. Seria bem fácil rebaixar os padrões. O exemplo e as orações de minha família realmente me sustentam ao longo do dia. As orações me fazem lembrar-me dos meus padrões.

Nunca duvide por um momento sequer, achando que não está fazendo o que é certo. As pessoas sempre tentam nos menosprezar pelas coisas que não fazemos. Talvez você não seja muito popular. Não tem problema. Seu Pai Celestial e Jesus Cristo o consideram muito bom por manter os padrões. Você vai ver no final que aquilo que você está fazendo agora o deixa feliz. É realmente aquela alegria duradoura decorrente de manter seus padrões. Por isso, continue vivendo os padrões!

Nathan O., Manila, Filipinas



NESTA SEÇÃO



52 **Preparação para a vida:
Estabelecer metas realistas
que você consegue alcançar**
Chakell Wardleigh

54 **O entendimento do plano
de salvação me deu paz**
Nance Regold J. Micabani

56 **Povo da Galileia**
Breanna Call Herbert

60 **Perguntas e respostas:
Como posso impedir que
meus dispositivos eletrôni-
cos me distraiam na igreja e
no seminário?**

62 **Nosso espaço**

64 **A última palavra:
“Não temas, porque Eu
sou contigo”**
Élder David A. Bednar

ESTABELEECER METAS REALISTAS

que você consegue alcançar

*Quer melhorar? Pretende desenvolver uma habilidade específica?
Deseja aprender algo inteiramente novo? É bem provável que
tenha de traçar algumas metas para chegar lá.*

Chakell Wardleigh
Revistas da Igreja

As vezes anotamos uma longa lista de metas e nos esforçamos bastante para alcançá-las, mas depois as esquecemos e desistimos delas. Já ouviu essa história antes? Por que será que, quando queremos mudar e ser melhores, às vezes simplesmente não conseguimos perseverar em nossas metas? A verdade é que tudo depende de o quanto nossas metas são realistas e até que ponto estamos dispostos a investir nelas!

Aqui estão algumas dicas de como traçar metas realistas:

- **Estabeleça metas adequadas.** Concentre-se em fortalecer muitos aspectos de sua vida, não apenas um. O Salvador deixou um exemplo perfeito: “E crescia Jesus em sabedoria, e em estatura, e em graça para com Deus e os homens” (Lucas 2:52). Ou seja, Ele crescia mental, física, social e espiritualmente. Você pode traçar metas para fazer o mesmo. O fato de saber que suas metas o estão ajudando a se tornar uma pessoa melhor pode motivá-lo a continuar trabalhando nelas.
- **Anote suas metas.** Mantenha suas metas em algum lugar onde possa vê-las todos os dias! Seja num quadro em seu quarto, em seu armário na escola ou no celular, reveja-as com frequência. Quanto mais você estiver em contato com as metas que você traçou, mais provável será que você se esforce para cumpri-las.



AS METAS MAIS IMPORTANTES

“Retornar à presença de Deus e receber as bênçãos eternas que advêm de se fazer e cumprir convênios são os objetivos mais importantes que podemos estabelecer.”

Presidente M. Russell Ballard, presidente em exercício do Quórum dos Doze Apóstolos, “Retornar e receber”, Conferência Geral de Abril de 2017.

- **Seja específico.** Se colocou “aprender algo novo” em sua lista de metas, essa é sem dúvida uma meta realista, mas não é específica. Que tipo de coisa você quer aprender? A tocar um novo instrumento musical? Uma nova receita culinária? Ou talvez um novo hobby? Seja específico sobre o que você deseja realizar!
- **Dedique tempo a suas metas.** No turbilhão da vida, é fácil esquecer as metas em meio à atenção que damos à escola, ao trabalho, aos amigos e à família. Mas, se você reservar um tempo específico para se dedicar a sua meta diariamente, semanalmente ou com a frequência que gostaria, é bem mais provável que consiga levá-la adiante.
- **Trace metas de curto prazo.** Você pode traçar uma grande meta para si mesmo, mas, para cumpri-la, precisa atingir algumas metas menores durante o caminho. Basicamente, você precisa de um plano. Digamos, por exemplo, que você queira correr uma maratona neste ano. Para um dia conseguir correr 42 quilômetros, você precisa começar aos poucos. Trace a meta de correr alguns quilômetros todas as semanas e vá lentamente aumentando essa distância a cada semana. Quando fazemos planos para alcançar nossas metas, Deus nos ajuda a cumpri-las (ver Provérbios 16:9).
- **Não faça coisas demais.** Não trace tantas metas a ponto de ficar difícil se lembrar de tudo o que planejou fazer. Se começar com apenas algumas metas importantes, em vez de se aventurar em realizar 40 de uma vez, você vai se sentir menos sobrecarregado e mais confiante enquanto se esforça para alcançá-las. Precisamos fazer as coisas “com sabedoria e ordem; porque não se exige que o homem corra mais rapidamente do que suas forças o permitam” (Mosias 4:27). E, quando você alcançar uma meta, será bem provável que alcance outra. Pequenas coisas levam às grandes. ■

O entendimento do PLANO DE SALVAÇÃO me deu paz

Quando diagnosticaram um câncer terminal em minha mãe, eu só conseguia ver tristeza em meu futuro. Foi então que ela prestou seu testemunho do plano de salvação.

Nance Regold J. Micabani

Alguns anos antes, no dia do aniversário de casamento de meus pais, foi diagnosticado um câncer pancreático estágio IV em minha mãe. O resultado de sua tomografia mostrou que o câncer era potencialmente fatal e que seu organismo estava se deteriorando. Foi naquele momento que eu soube que minha mãe não viveria por muito mais tempo.

Eu não estava preparada para isso. Pensei em como seria a vida sem minha mãe. Tudo seria escuro, sombrio e triste. Não haveria mais alegria nem risos — e nenhum abraço caloroso de minha mãe para me consolar. Não parecia que haveria vida alguma.

Os meses se passaram e o organismo da minha mãe continuou a enfraquecer. Porém, o que mais me impressionava era o desejo dela de ir à igreja, de participar de nosso estudo diário das escrituras em família, de dar aulas em nossas noites familiares e até de rir conosco.

Certo dia, perguntei a ela: “Você não questionou o Pai Celestial? Não se perguntou por que *you* tinha de ter câncer?” Minha mãe sorriu e compartilhou seu testemunho do plano de salvação. Disse que eu precisava entender o plano de salvação para sentir a felicidade genuína que ele proporciona. Garantiu que, se eu entendesse de onde viemos, qual é nosso propósito nesta vida e para onde vamos, eu ia entender que sempre estaríamos juntas, e que eu nunca a perderia de verdade. Ela me incentivou a continuar me preparando para a missão e a compartilhar o evangelho de Jesus Cristo e o plano de salvação com outras pessoas para que elas também pudessem receber as bênçãos de consolo e felicidade.

Percebi que minha mãe estava certa. Por que eu teria medo de perdê-la aqui na Terra se eu sabia que, contanto que eu guardasse meus convênios e cumprisse a vontade do Pai, eu a veria na vida vindoura? Senti paz.

Pouco tempo depois, minha mãe faleceu. Durante o velório de minha mãe — uma celebração de sua vida que realizamos antes de seu enterro —, embora tenha sido difícil e eu estivesse triste,

tudo me pareceu sereno e eu ainda pude sentir a presença de minha mãe. Até as pessoas ao meu redor pareceram se sentir edificadas. Eu sabia que estava sentindo a verdadeira bênção do entendimento do plano divino de Deus.

Mais tarde, quando chegou a hora de levar minha mãe ao cemitério, um garotinho veio até mim e me perguntou por que eu não estava chorando. Lembrei-me de como tinha sido minha atitude em relação à morte de minha mãe antes e de como eu só via muita tristeza e pesar. Sorri e me ajoelhei para ficar na altura dele. Respondi: “Sei que verei minha mãe novamente se eu continuar a seguir os mandamentos de Deus”. O menininho sorriu também, e eu soube que ele sentiu a mesma paz que eu estava sentindo.

Minha mãe se foi, mas a escuridão, o pesar e a tristeza que achei que iam encher minha vida não estão presentes. Despedi-me dela e lhe disse que nos veríamos na próxima vida. Senti-me consolada a despeito de nossa perda. Essa foi uma bênção resultante do entendimento do plano de salvação. ■

A autora mora nas Filipinas.

Para aprender mais sobre a vida após a morte, leia a seção 76 de Doutrina e Convênios, na qual o Senhor descreve as pessoas que herdarão os reinos celestial, terrestre e teletial, comparando a glória desses reinos ao sol, à lua e às estrelas.



O povo da GALILEIA



Breanna Call Herbert
Revistas da Igreja

Enquanto estava na Terra, o Salvador ensinou muitas pessoas e ministrou a elas. Aqui estão algumas das pessoas a quem Jesus Cristo ministrou na Galileia. O que essas pessoas teriam dito se pudessem ter contado suas próprias histórias que se encontram nas escrituras? Aqui estão algumas ideias.



CRIANÇA: Eu estava perto de Jesus Cristo e Seus apóstolos. Os apóstolos estavam

discutindo sobre alguma coisa, e Jesus Cristo perguntou a eles sobre o que era. Os apóstolos ficaram em silêncio, e nenhum deles abriu a boca porque estavam discutindo sobre quem seria o maior no reino dos céus. O Salvador então apontou para mim. Fiquei no meio deles, e Ele me tomou em Seus braços. Disse a eles que os que forem humildes como uma criancinha serão os maiores no reino dos céus (ver Marcos 9:33-37; Mateus 18:1-5).



RAPAZ: Eu tinha ouvido falar de Jesus Cristo e dos milagres que Ele havia

realizado em favor dos enfermos. Assim, quando Ele foi a Tiberíades, juntei-me à multidão que O seguia. Havia muita gente, umas 5 mil pessoas. Eu tinha cinco pães de cevada e dois peixes. Jesus Cristo os tomou e os abençoou. Milagrosamente, todos foram alimentados com a comida que eu tinha levado. Mas não terminou por aí. Quando todos estavam satisfeitos, os discípulos recolheram as sobras. Elas encheram 12 cestos (ver João 6:5-14).



HOMEM: Eu era paralítico, por isso não conseguia me mover. Além

disso, tinha tremores involuntários. Era horrível. Meus amigos tinham ouvido falar que Jesus Cristo estava ensinando numa casa. Eles sabiam que Ele poderia me ajudar, por isso tentaram me levar até Ele. A casa estava lotada, por isso eles decidiram me descer pelo telhado. Descobriram o telhado e então me desceram bem na frente de Jesus Cristo. Quando Ele me viu, disse-me que meus pecados estavam perdoados. Pedi-me que me levantasse, pegasse minha cama e andasse. E assim eu fiz — e todos ficaram maravilhados! (Ver Marcos 2:1-12.)



NOBRE: Eu estava em Caná na ocasião. E meu filho, que estava em Cafarnaum,

estava morrendo. Fiquei sabendo que Jesus estava na região, por isso fui até Ele. Quando O encontrei, pedi-Lhe que fosse a Cafarnaum para curar meu filho. Ele disse que eu fosse para casa porque meu filho estava vivo. Acreditei Nele. Ao chegar em casa, meus servos saíram para me receber. Disseram que meu filho estava vivo. Perguntei-lhes quando ele havia começado a melhorar. Responderam que fora no dia anterior, às 7 horas. Foi na mesma hora em que Cristo me dissera que meu filho estava vivo! (Ver João 4:46-53.)



MARIA MADALENA: Jesus Cristo expulsou sete demônios de mim. Eu O segui

enquanto Ele viajava a várias aldeias pregando o evangelho (ver Lucas 8:1-3). Quando Cristo foi crucificado, eu estava ao pé da cruz (ver João 19:25). Visitei a tumba onde Seu corpo foi colocado. Fui a primeira pessoa a vê-Lo depois de Sua Ressurreição. No início, achei que Ele era um jardineiro, mas, quando Ele me chamou pelo nome, eu soube que era o meu Salvador (ver João 20:11-16).



SALOMÉ: Sou a esposa de Zebedeu e mãe de Tiago e João, que eram dois

dos apóstolos de Jesus Cristo. Eu O segui e O servi enquanto Ele estava na Galileia. Eu estava no Gólgota quando Ele foi crucificado (ver Marcos 15:37-41). Levei aromas à Sua tumba para ungir Seu corpo, mas, quando cheguei, Ele não estava lá. Em vez disso, vi um homem vestido com roupas brancas e compridas. A princípio, fiquei com medo, mas ele me disse que não temesse. Anunciou que Jesus Cristo havia ressuscitado e que eu deveria contar isso aos apóstolos (ver Marcos 16:1-8).



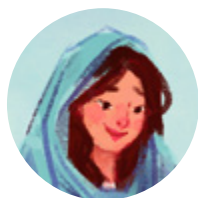
SOGRA DE SIMÃO PEDRO: Eu estava muito doente, com uma febre terrível.

Quando Jesus Cristo soube disso, veio me visitar. Pegou minha mão e me ergueu. Imediatamente a febre se foi. Senti-me tão bem que até ministrei às pessoas que estavam em volta (ver Marcos 1:29-31).



VIÚVA DE NAIM: Meu filho tinha acabado de falecer. Eu já havia perdido

meu marido. Estava desolada. Mesmo havendo várias pessoas comigo, não conseguia parar de chorar. Ao carregarmos o corpo de meu filho para fora dos portões da cidade, um homem veio até mim. Era Jesus Cristo. Ele Se compadeceu de mim e disse para eu não chorar. Então, Ele foi até meu filho. As pessoas que o carregavam pararam. Jesus Cristo ordenou a meu filho que se levantasse. E ele se levantou! Sentou-se, começou a falar e veio até mim. Estava vivo! Todos glorificamos a Deus e soubemos que havia um grande profeta entre nós (ver Lucas 7:11-17).



MARIA: Eu tinha ouvido falar sobre o Messias que viria. Só não esperava fazer

parte disso. Eu estava noiva de José quando um anjo me disse que eu teria um filho que seria o Filho de Deus e que eu deveria chamá-Lo de Jesus (ver Lucas 1:26-38). E o Messias realmente veio. Deu à luz num estábulo. Pastores e magos O visitaram e Lhe deram presentes (ver Mateus 2:1-12; Lucas 2:1-20). José e eu cuidamos Dele, mas Ele sempre nos impressionava. Certa vez, Ele sumiu por três dias. Nós finalmente O encontramos no templo. Homens instruídos O estavam ouvindo e Lhe fazendo perguntas (ver Lucas 2:40-52).



FILIFE: Sou um dos apóstolos de Cristo. Ele nos enviou para pregar Seu evangelho.

Pediu-nos que nos concentrássemos nas ovelhas perdidas de Israel. Também nos deu poder para curar os enfermos, purificar os leprosos, levantar os mortos e expulsar demônios. Ordenou que não levássemos conosco dinheiro nem roupas, mas avisou que seríamos perseguidos. No entanto, confiamos Nele porque sabíamos que, se perseverássemos até o fim, seríamos salvos (ver Mateus 10:1-10, 17-18, 22-23).



JUDAS TADEU: Sou um apóstolo de Cristo. Certo dia, quando Ele estava nos

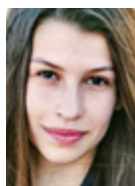
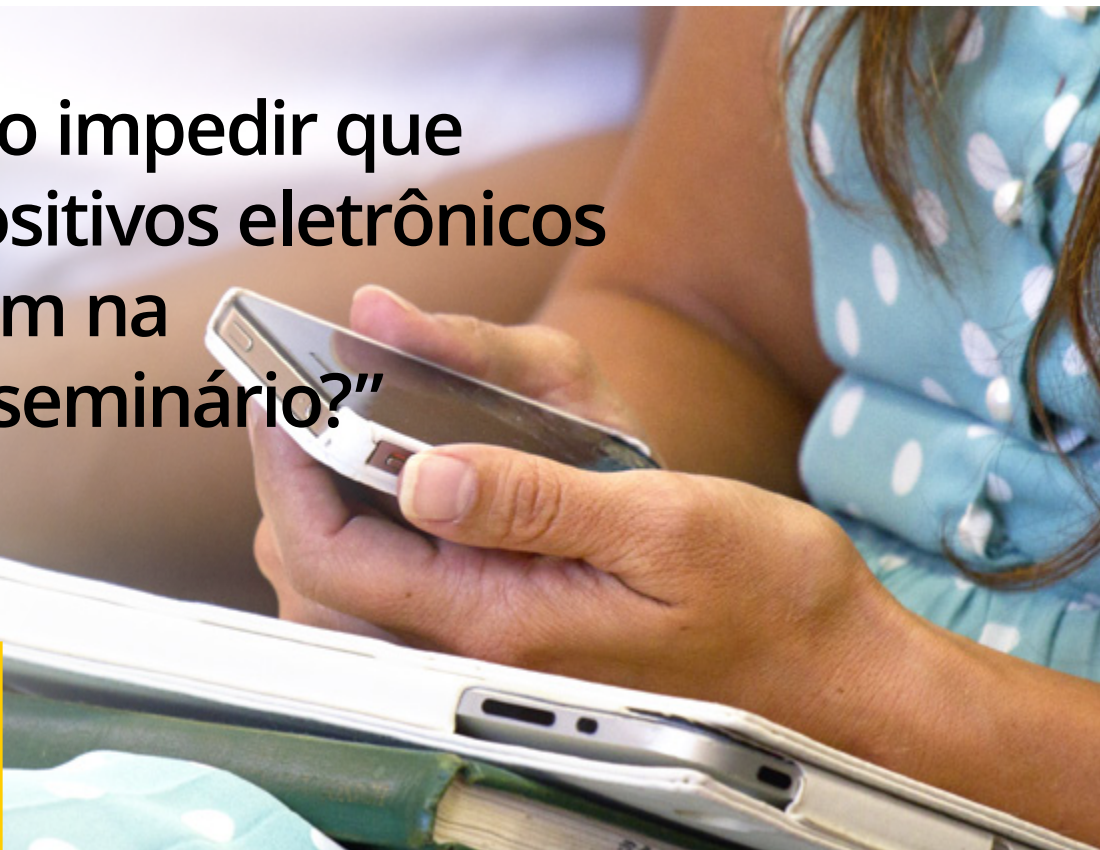
ensinando — Ele fazia isso com frequência —, Ele nos disse que não ficaria na Terra por muito mais tempo. Assegurou que, se guardássemos Seus mandamentos e O amássemos, Ele viria e Se manifestaria a nós. Declarou que enviaria o Espírito Santo para nos ajudar a nos lembrar do que Ele nos havia ensinado (ver João 14:19-27). ■

“Como posso impedir que meus dispositivos eletrônicos me distraiam na igreja e no seminário?”

“Os dispositivos móveis, como os smartphones, são uma bênção, mas também podem nos distrair de modo que não nos permitem ouvir a ‘voz mansa e delicada’. Esses dispositivos precisam nos servir, e não nos dominar.

(...) Contudo, quando os smartphones começam a interferir em nosso relacionamento com amigos e familiares — e ainda mais importante, com Deus — precisamos fazer algumas mudanças.”

Presidente M. Russell Ballard, presidente em exercício do Quórum dos Doze Apóstolos, “Aquietai-vos, e sabeis que Eu sou Deus”, devocional do Sistema Educacional da Igreja, 4 de maio de 2014, broadcasts.LDS.org.



Longe dos olhos, longe do coração

Recentemente percebi uma tendência minha de usar dispositivos eletrônicos

na igreja e nas atividades dos jovens. Tinha se tornado um hábito. Toda vez que via meu celular, eu tinha que pegá-lo imediatamente para ver se havia alguma nova notificação ou mensagem de texto. A solução? Esconder o celular de mim mesma. Quer estivesse numa mochila, debaixo da cadeira ou mesmo com uma amiga — se eu não conseguisse ver meu celular, não me sentiria tentada a usá-lo.

Taryn M., 15 anos, Flórida, EUA



Prepare seus dispositivos de modo a minimizar a distração

Prepare seus dispositivos da mesma forma que você prepara a mente e o corpo

para o domingo. Silencie as notificações de celular durante as aulas. Você pode colocar o aplicativo da Biblioteca do Evangelho num lugar separado dos outros aplicativos para que, caso precise usar as escrituras ou o bloco de anotações, não se distraia com aqueles aplicativos.

Delguimar S., 21 anos, São Paulo, Brasil

Ore pedindo ajuda

Busco o Espírito ao orar. Isso me ajuda a deixar de lado meus dispositivos eletrônicos no Dia do Senhor e durante o seminário. Quando oro a meu Pai Celestial e leio o Livro de Mórmon, encontro uma maneira de deixar de lado meus dispositivos.

Desire M., 18 anos, Distrito Comoé, Costa do Marfim

Não se esqueça dos livros de escritura!

É aceitável usar dispositivos eletrônicos para o estudo do evangelho, mas às vezes as coisas podem sair do controle. Para não se distrair, tente usar os livros de escrituras em papel. O Senhor vai guiá-lo. Você vai aprender bem mais e sentirá o Espírito.

Aiyana A., 13 anos, Laguna, Filipinas

Guarde-o

Na igreja, deixo meu celular no modo silencioso e o mantenho em meu bolso, a não ser quando o estou usando para ler as escrituras. Durante o sacramento, não o uso de jeito nenhum. Eu o mantenho longe das mãos para evitar a tentação de usá-lo.

William M., 17 anos, Virgínia, EUA

As respostas são auxílios e pontos de vista, não pronunciamentos doutrinários oficiais da Igreja.



O que devo dizer quando meus amigos questionarem nossas crenças sobre o casamento e a família?

Em “A Família: Proclamação ao Mundo”, a Primeira Presidência e o Quórum dos Doze Apóstolos declararam que “o casamento entre homem e mulher foi ordenado por Deus e que a família é essencial ao plano do Criador para o destino eterno de Seus filhos” (familyproclamation.LDS.org).

Essa proclamação “é uma declaração de verdade eterna”, que veio por meio de um “processo de revelação”, e não “apenas como uma declaração de normas” (Dallin H. Oaks, “O plano e a proclamação”, *Liahona*, novembro de 2017, pp. 30, 31). Você pode compartilhar sua crença pessoal de que isso é assim e também as bênçãos que essa verdade lhe proporciona.

Ao responder para as pessoas, não devemos ser pretensiosos nem contenciosos. Temos que procurar amá-las. As pessoas de mente aberta e sinceras merecem uma resposta franca. Mas ser for óbvio que a pessoa não está falando sério e só quer fazer zombaria ou menosprezar seus pontos de vista, ou apenas iniciar uma contenda, o melhor é evitar o debate (ver Mateus 7:6).

O que você acha?

“Como posso ser positivo com meus amigos que parecem deprimidos?”

Envie sua resposta e, se desejar, uma fotografia de alta resolução até 15 de julho de 2019, para liahona.LDS.org (clique em “Enviar um artigo”).

As respostas podem ser editadas por motivo de espaço ou clareza.



CORRA!

CERTA NOITE, eu estava voltando a pé para casa. Ficava a apenas alguns quarteirões do lugar onde eu tinha me encontrado com alguns amigos, mas naquela hora estava completamente escuro. Eu mal conseguia enxergar onde estava pisando.

Percebi que três rapazes estavam me seguindo. Comecei a andar mais rápido para me distanciar, mas eles continuaram me seguindo. Tive um sentimento ruim dentro de mim. Então me veio um pensamento bem claro: Corra! Comecei a correr subindo a colina. A colina era bem íngreme, mas senti uma força que não me pertencia. Ia muito além da minha própria.

Os rapazes passaram a correr também e estavam me alcançando. Eu não sabia muito bem o

que fazer depois. Novamente, veio-me um pensamento nítido à mente dizendo-me para seguir por uma passagem estreita. Quando fiz isso, para minha surpresa, vi um policial. Cansado depois de correr todos aqueles quarteirões e quase sem fôlego, pedi ajuda. Quando os jovens me viram falando com o policial, pararam de me perseguir e finalmente foram embora. Para garantir minha segurança, o policial me acompanhou até minha casa.

Naquela noite, fiquei pensando nas inspirações que eu tinha recebido. Senti-me em paz, sabendo que o Pai Celestial tinha me ajudado. Fiz uma oração agradecendo a Ele por Sua orientação. Sei que, se dermos ouvidos à voz do Espírito, ficaremos seguros.

Martín S., Puerto Madryn, Argentina

“[Vocês] podem aprender como seguir o melhor guia de todos — os sussurros do Espírito Santo. Isso é revelação individual. Existe um processo pelo qual podemos ser alertados quanto a perigos espirituais.”

Presidente Boyd K. Packer (1924–2015), presidente do Quórum dos Doze Apóstolos, “Crocodilos espirituais”, *A Liahona*, agosto de 1976, p. 25.

—
Como posso estar pronto para ouvir e seguir inspirações?

1. **Acalmar-se.**
Reservar um tempo para ponderar e refletir vai ajudá-lo a ouvir o Espírito (ver Salmos 46:10).
2. **Arrepender-se.**
O arrependimento purifica você para permitir que o Espírito seja seu companheiro (ver Alma 34:36).
3. **Estudar.** Quando você conhece as palavras do Senhor, fica mais fácil reconhecer Sua voz (ver Doutrina e Convênios 1:38).

LEVANTAR-ME DEPENDE DE MIM

AOS DOMINGOS, minha mãe normalmente me acordava para que eu me aprontasse para ir à igreja e chegasse lá antes do início das reuniões. Mas, certo domingo, minha mãe não me acordou. Acordei sozinha e percebi que não ouvi o barulho costumeiro de minha família se preparando para ir à igreja. Nervosa, olhei para o relógio e percebi que estava meia hora atrasada para a igreja. Eu tinha perdido o sacramento. E era bem provável que fosse perder também a Escola Dominical.

Senti-me confusa e abandonada. Por que minha mãe não tinha me acordado naquela manhã? Ela sempre me acordava. Mas então me dei conta do seguinte: não era responsabilidade da minha mãe me acordar para que eu chegasse na hora à igreja — era minha. Eu tinha feito meus próprios convênios com o Pai Celestial, e cabia a mim guardá-los.

Mais tarde, naquele dia, minha mãe comentou a respeito de não me acordar para ir à igreja. Ela me avisou que ela não ia me acordar novamente. Disse que eu tinha de fazer esforço próprio e ganhar meu próprio testemunho.

Durante aquela semana, fiquei pensando que eu não poderia continuar vivendo para sempre pelo testemunho dos meus pais e que deveria me esforçar mais para fortalecer meu próprio testemunho. Desde essa época, tenho me empenhado para acordar cedo todos os domingos a fim de chegar na igreja na hora e tomar o sacramento. Estou aprendendo a ser espiritualmente autossuficiente.

Lia Alves, Ceará, Brasil



SUBSTITUIR A RAIVA POR AMOR

EU ESTAVA NA FILA com minha mãe para pagar as compras. A fila estava cheia de gente, por isso minha mãe tinha de se curvar por cima de um garotinho à nossa frente para concluir nossas compras. O garotinho começou a chutá-la. Na segunda vez em que ele a chutou, minha mãe recuou e pediu: “Você poderia parar de me chutar, por favor?”

A mãe do garotinho virou para trás e disse para minha mãe que era culpa dela o fato de ter sido chutada. Ela nos dirigiu vários insultos. Eu a fiquei encarando enquanto ela se voltava e se mostrava rude também com o atendente do caixa! Agi como se estivesse calma, mas estava muito zangada por dentro. Aquilo tinha me chateado. Eu sabia que o que havia acontecido não tinha sido culpa minha nem de minha mãe, mas ainda assim fiquei magoada.

Quando chegamos em casa, fui para meu quarto e peguei minhas escrituras. Depois de ler por um minuto, senti que deveria orar. Não estava com vontade, mas me ajoelhei e comeci a orar. Finalmente, comeci a orar por aquela mulher que havia nos tratado tão mal. Sobreveio-me o sentimento mais sereno que já tive. Não tive mais o desejo no coração de continuar zangada com ela. Senti amor.

Teresa G., Idaho, EUA



“Não temas, porque Eu sou contigo”

Élder David A. Bednar
Do Quórum dos Doze Apóstolos

Um famoso militar certa vez afirmou enfaticamente: “Nunca se guie pelos seus medos”.¹

Ao pensarmos nas coisas que acontecem ao nosso redor hoje em dia, podemos encontrar vários motivos para ter medo, para hesitar e para nos questionar se as coisas em nossa vida podem realmente terminar como tanto esperamos.

Alguns de vocês podem duvidar de sua confiança em sua própria capacidade para ser bem-sucedidos temporal e espiritualmente. Talvez vocês se perguntem se as promessas do Senhor de apoio e orientação — as quais vocês tão prontamente identificam e reconhecem na vida de tantas outras pessoas — serão igualmente evidentes em sua vida. Vocês podem estar inseguros a respeito de seguir uma oportunidade por não conseguirem antever todos os detalhes de como as coisas vão se desenrolar, e assim estão receosos de começar e dar os primeiros passos nesse caminho. Ou talvez vocês estejam com tanto medo de cometer um erro que deixam de agir com fé e prosseguir e, com isso, acabam justamente aumentando as chances de concretizar o fracasso que tanto temem.

Não se guiar pelo medo significa simplesmente não permitirmos que o medo e a incerteza determinem nosso rumo na vida, afetem negativamente nossa atitude e nosso comportamento, influenciem de maneira imprópria nossas decisões importantes, desviem-nos ou nos distraiam de tudo que for virtuoso, amável ou de boa fama neste mundo. Não se guiar pelo medo significa que

a fé no Senhor Jesus Cristo supera nosso medo e que prosseguimos com firmeza Nele. Não se guiar pelo medo significa que confiamos na orientação, certeza e no tempo do Senhor em nossa vida. Prometo que cada um de nós pode e vai ser abençoado com orientação, proteção e felicidade duradoura se aprendermos a não nos aconselhar-mos com nossos medos.

Ao exercermos fé em Cristo e confiarmos em Suas promessas, podemos andar no escuro com a absoluta certeza de que nosso caminho será iluminado — pelo menos o suficiente para darmos o passo seguinte — e então o próximo passo — e o próximo.

Joseph Smith declarou: “Não temos nada a temer se somos fiéis”.²

O presidente Thomas S. Monson (1927–2018) aconselhou: “Não temam. Tenham bom ânimo. O futuro é tão brilhante quanto sua fé”.³

Se vocês enfrentarem seu futuro com fé, o Salvador irá adiante de vocês, estará à sua direita e à sua esquerda, e Seu Espírito estará em seu coração (ver Doutrina e Convênios 84:88) em todos os seus esforços justos e durante todos os dias de sua vida. ■

Extraído de um devocional proferido na Universidade Brigham Young–Havaí, em 15 de novembro de 2012.

NOTAS

1. Em Mary Anna Jackson, *Memoirs of Stonewall Jackson*, 1895, p. 264.
2. *The Personal Writings of Joseph Smith*, ed. por Dean C. Jessee, rev. ed., 2002, p. 338.
3. Thomas S. Monson, “Tenham bom ânimo”, Conferência Geral de Abril de 2009.

Nasceu em
**San Leandro,
Califórnia**,
em 15 de junho de 1952.



Serviu
missão
no sul da
Alemanha.

Serviu como reitor da
Universidade
BYU-Idaho
de 1997 a 2004.



Élder **DAVID A. BEDNAR**



Casou-se com
Susan Robinson
em 1975 no
**Templo de
Salt Lake**.



Quando criança, ele
**ajudava
sua família
a fazer
conservas
de frutas**.
Ele brinca dizendo
que comia mais
frutas do que as
que acabavam indo
para os potes.



Foi
zagueiro
da equipe de
**futebol
americano**
de sua escola no
Ensino Médio

Conheceu sua esposa num jogo de flag
football (uma versão do futebol americano).
Ela o impressionou
quando conseguiu receber o
lançamento que ele fez.



Foi
professor
na Universidade de
Tecnologia do Texas
e na Universidade
do Arkansas.

Formou-se pela
**Universidade
Brigham Young**.

Recebeu o título de doutor
em comportamento organizacional na
Universidade Purdue.



Foi apoiado
como membro do
**Quórum
dos Doze
Apóstolos**
em 7 de outubro
de 2004.

Tem **três filhos**.



Seu hino favorito é
**“Cantando
louvamos”**
(Hinos, nº 50)



JOVENS ADULTOS

**ESTÁ PLANEJANDO
TER FILHOS?**

*Neste mês, alguns jovens adultos
compartilham suas experiências
ao enfrentar e superar a
oposição em relação a ter filhos.*

42



JOVENS
**UM GUIA PARA
TRAÇAR METAS**

52

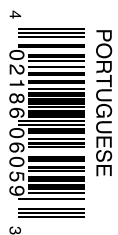
FALECIMENTO E LUTO
**ENTENDER O
PLANO DE DEUS**

54

NOVO TESTAMENTO
**CONHEÇA O POVO
DA GALILEIA**

26, 56

A IGREJA DE
JESUS CRISTO
DOS SANTOS
DOS ÚLTIMOS DIAS

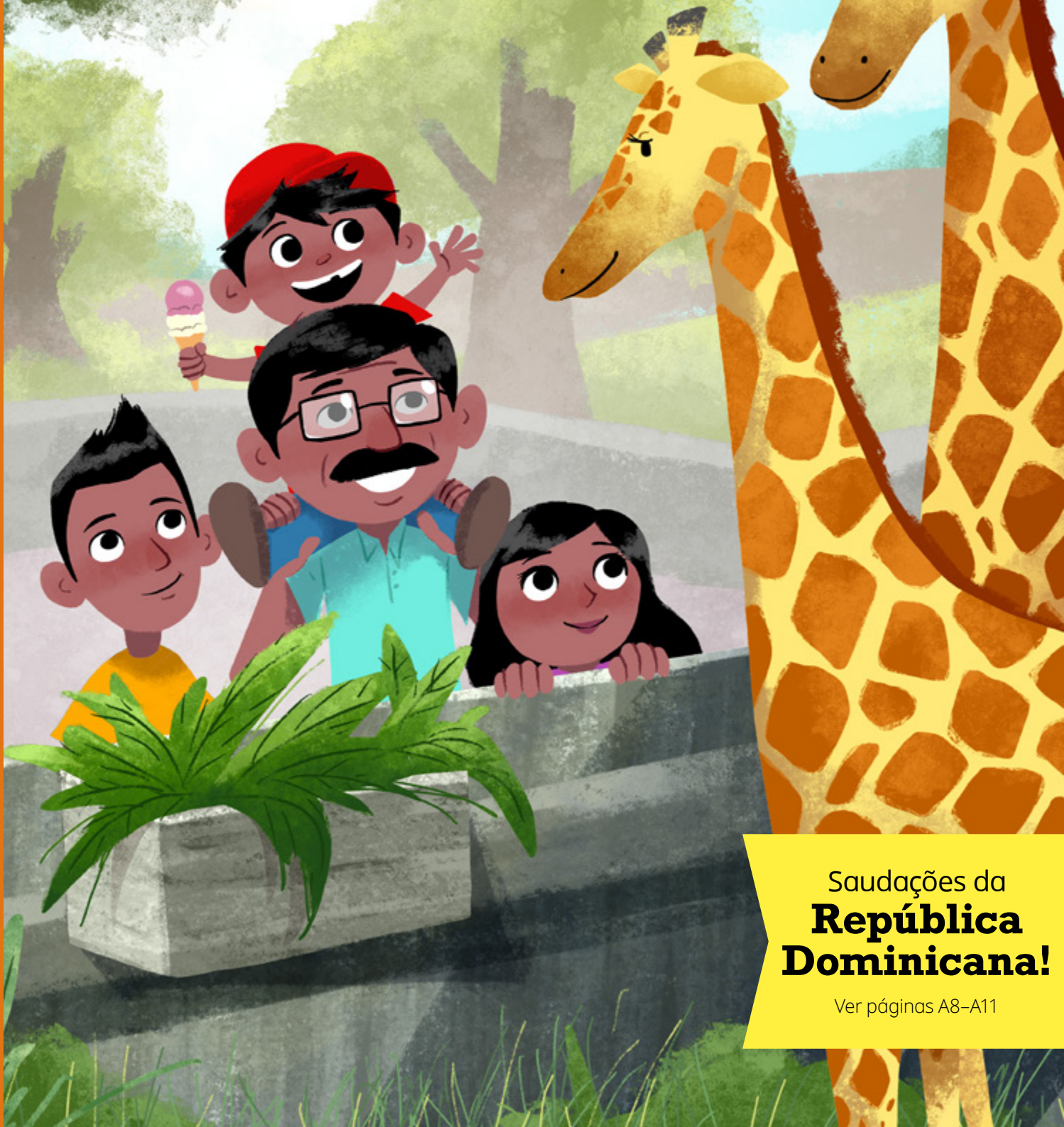


4



3

Meu Amigo



Saudações da
República Dominicana!

Ver páginas A8–A11



Presidente
Russell M. Nelson

Gratidão aos pais

Você já teve
que esperar para
que algo bom acontecesse? O que pode
ajudá-lo enquanto
espera?



Todos os meus oito bisavós se converteram à Igreja na Europa. Eram muito fiéis na Igreja. Depois disso, alguns de meus antepassados não continuaram a viver o evangelho. Assim, meus pais não iam muito à igreja quando eu era criança.

Eu amava meus pais. Eles me ensinaram lições muito importantes. Não posso lhes agradecer o suficiente pelo nosso lar feliz. Porém, mesmo quando menino, eu sabia que faltava algo porque nossa família quase não ia à igreja. Certo dia, peguei um bonde e fui a uma livraria para procurar um livro a respeito da Igreja. Adorei aprender sobre o evangelho.

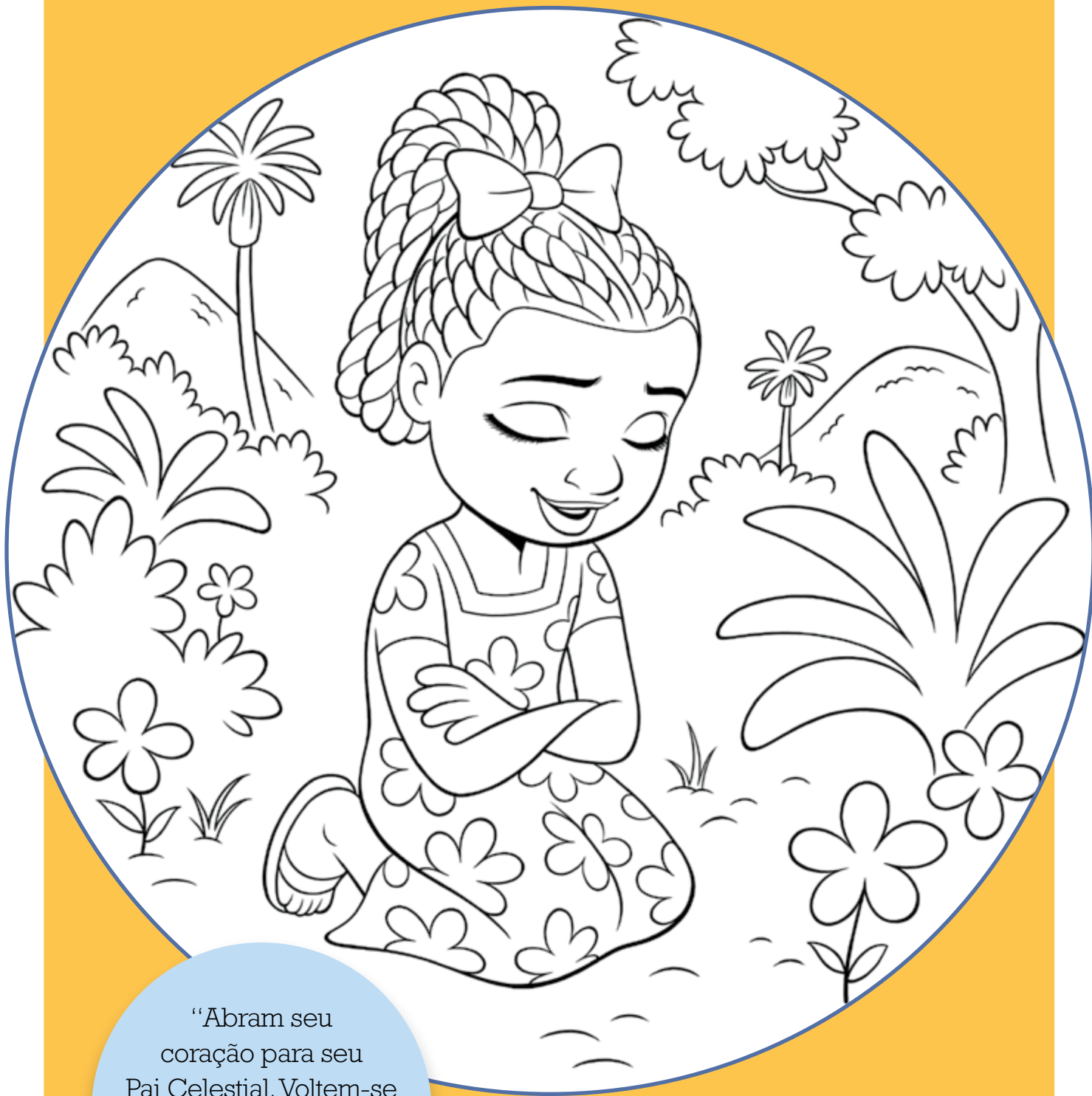
Quando aprendi sobre a Palavra de Sabedoria, percebi que meus pais não viviam do modo que aquela lei nos ensinava. Mas eu queria que eles vivessem! Então um dia, quebrei no chão de concreto

todas as garrafas de bebida alcoólica! Achei que meu pai fosse me castigar, mas ele nunca disse uma palavra.

Ao ficar mais velho, continuei a aprender sobre o evangelho. Comecei a entender o belo plano do Pai Celestial. Fui batizado quando tinha 16 anos de idade. No Natal, frequentemente dizia a mim mesmo: “Não quero mais presentes de Natal! Só desejo ser selado aos meus pais no templo”. Esperei vários anos até ver esse sonho se tornar realidade. Quando meus pais tinham mais de 80 anos, fomos finalmente selados como família! Senti grande alegria naquele dia. Todos os dias, sinto-me muito feliz por eles terem sido selados e por eu ter sido selado a eles. ●

Adaptado de “Revelação para a Igreja, revelação para nossa vida”, Conferência Geral de Abril de 2018

Página para colorir



“Abram seu
coração para seu
Pai Celestial. Voltem-se
a Ele para obter
respostas e consolo.”

— Presidente
Russell M. Nelson

Um novo capítulo

Jane McBride

Inspirado numa história verídica

“Essas muitas bênçãos me fazem sentir gratidão por eu ser quem sou” (Children’s Songbook, p. 11).

Sara estava desembalando uma caixa em seu quarto quando sua mãe entrou.

“Podemos pintar as paredes de amarelo?”, perguntou ela à mãe.

As duas tinham acabado de se mudar para uma nova casa. Sara tinha escolhido a colcha e as cortinas para seu novo quarto!

“Acho que sim”, respondeu a mãe. “Amarelo é uma cor alegre.”

Sara colocou alguns livros numa pequena estante ao lado de sua cama. A mãe ultimamente nem sempre se sentia *feliz* desde que o pai havia falecido num acidente. Sara colocou

cuidadosamente sua foto favorita do pai ao lado dos livros, onde ela poderia vê-lo todas as manhãs ao despertar.

Ouviu um soluço e viu lágrimas nos cantos dos olhos da mãe.

“Amo você, mãe”, disse Sara, abraçando a cintura da mãe com força.

“Amo você ainda mais.”

No sábado, antes do início das aulas, Sara e a mãe vestiram roupas velhas, arrastaram os móveis para o meio do quarto de Sara e, com cuidado, enfiaram os rolos de tinta dentro das latas de tinta amarela. Depois de um tempo, as paredes estavam todas cobertas de amarelo — assim como o rosto e as roupas delas!



“Parece que você tem raios de sol respingados por todo o corpo”, disse a mãe rindo.

Sara deu uma risadinha. “E parece que uma banana explodiu a seu lado!”

Elas ainda estavam rindo enquanto faziam a limpeza. Mas o sorriso de Sara sumiu quando pensou que teria de ir à Primária no dia seguinte e à escola na segunda-feira.

“Estou preocupada com a igreja e com minha nova escola”, confidenciou ela à mãe ao limparem os pincéis na pia. “Não conheço nenhum dos professores, dos colegas, ninguém.”

A mãe fechou a torneira e puxou Sara para junto dela num abraço.

“Você vai fazer amizades. Você tem um coração doce que vai atrair outras pessoas. Seja você mesma, e os amigos virão.”

Sara se sentiu um pouco melhor, mas ainda estava nervosa.

“Queria que papai estivesse aqui para me dar uma bênção”, disse ela. “Assim como ele sempre fazia antes de eu voltar às aulas.”

Mamãe ficou em silêncio por um momento. “E que tal o tio Walter?”, sugeriu ela. “Tenho certeza de que ele ficaria feliz em lhe dar uma bênção.”

Sara fez que sim. Talvez uma bênção ajudasse.

Naquela noite, o tio de Sara colocou as mãos sobre a cabeça dela e lhe deu uma bênção.



“Abençoo-te para que saibas que o Salvador está ciente de que vais começar um novo capítulo na vida”, disse ele.

“Ele não te deixará sozinha.”

Sara prestou muita atenção, principalmente às palavras *novo capítulo*. Ela adorava ler e sempre ficava entusiasmada ao começar um novo capítulo num livro.

Na manhã seguinte, Sara e a mãe foram à igreja. Depois da reunião sacramental, a mãe de Sara a ajudou a encontrar a sala da Primária.

Uma menina que estava na sala sorriu para ela e a cumprimentou.

“Você pode se sentar aqui se quiser”, convidou ela, apontando para uma cadeira vazia ao seu lado.

“Obrigada”, disse Sara. “Meu nome é Sara. Sou nova por aqui.”

“Eu sou a Melissa. Sou nova também! Esta é apenas minha segunda semana aqui.”

Logo Melissa e Sara estavam conversando com as outras crianças da Primária. A professora delas era ótima.

“Espero que tudo dê certo na escola também!”, pensou Sara ao se deitar naquela noite.

No dia seguinte, Sara pegou o ônibus para ir para sua nova escola. Ficou feliz ao ver algumas crianças da Primária em sua turma do terceiro ano.

“Obrigada, Pai Celestial”, orou Sara silenciosamente ao almoçar com os novos amigos. “Talvez este venha a ser um bom capítulo no final das contas.” ●

A autora mora no Colorado, EUA.

O élder Cook visita o Brasil



O élder Quentin L. Cook e a irmã Mary Cook vieram ao Brasil para visitar os membros da Igreja. Vieram ensinar e compartilhar o amor de Jesus Cristo.



Visitaram a grande cidade de Belo Horizonte. Esse nome faz referência à bela vista que se tem do alto de seus morros. O élder Cook disse que a cidade tem um lindo pôr do sol, um dos mais bonitos que ele já viu!

“Quando somos uma luz, influenciamos o mundo para que se torne melhor.”



O élder e a irmã Cook visitaram um Centro de Treinamento Missionário. Os missionários compartilham a luz de Jesus Cristo todos os dias!



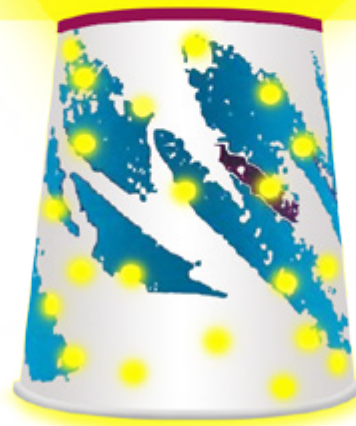
As crianças ficaram muito felizes por conhecerem um apóstolo de Deus!

ASSISTA AO PÔR DO SOL

Reserve um tempo para observar e desfrutar um pôr do sol, assim como fez o élder Cook. Faça um desenho do pôr do sol que você viu.

Depois, pense em um colega de classe, vizinho ou familiar que esteja precisando de um amigo. Ilumine o dia deles compartilhando seu desenho.

Faça uma lanterna



copo de papel
furador de papel ou lápis afiado
lanterna ou vareta luminosa

1. Use o furador ou o lápis para fazer furos em volta do copo todo. Faça furos no fundo também ou recorte o fundo (peça ajuda a um adulto).
2. Decore o copo como desejar. Então coloque a lanterna ou a vareta luminosa embaixo do copo.
3. Apague as luzes e veja sua lanterna brilhar!

Dica: Se não tiver copos de papel, você pode enrolar uma folha de cartolina e colar as bordas com fita adesiva.

Como você pode ser uma luz em casa, no seu bairro e na escola?

À espera de Ian

Joshua J. Perkey

Revistas da Igreja

Inspirado numa história verdadeira



“Gostamos de estar na Primária. Ficamos felizes por você ter vindo também” (Children’s Songbook, p. 256).

Quando acordou, Ian ouviu sua mãe cantando. Era a música “O Amor do Salvador”. Essa era a música da Primária favorita de Ian! Ele começou a cantar junto com ela.

“Você acordou!”, exclamou ela. Ela estava sorrindo e tinha lágrimas nos olhos. Ian viu seu pai sentado ao lado dela. Ele também parecia feliz.

“Venho cantando suas músicas favoritas todos os dias”, disse a mãe.

Ian sorriu de volta — mas sua cabeça doía. Na verdade, todo o seu corpo doía, principalmente sua perna.

Olhou atentamente à sua volta. Não estava em casa. Estava deitado numa cama de metal num quarto estranho. Em seguida, viu uma enfermeira e várias outras camas perto dele. “Aqui deve ser um hospital”, pensou.

“O que aconteceu comigo?”, perguntou.

O rosto da mãe ficou triste. “Você sofreu um grave acidente. Um portão de metal caiu em cima de você. Você está internado há duas semanas, mas vai ficar bem.”

Duas semanas! “Nossa, isso é um tempão para ficar dormindo”, pensou Ian. A última coisa que conseguia lembrar era de estar na igreja, ensaiando para a apresentação da Primária...

Ah, não! A apresentação!

“Perdi a apresentação da Primária?”, perguntou Ian. Ele estivera tão ansioso por aquele dia! Adorava cantar com os amigos.

A mãe de Ian sorriu e fez que não com a cabeça. “Não, você não perdeu. A ala decidiu adiá-la até você acordar para poder participar.”

“Sério?”

“Sério”, confirmou o pai. “Todas as crianças da Primária pediram ao bispo que esperasse. Queriam que você

estivesse lá. Sabiam o quanto você estava animado com a apresentação deste ano.”

Ian estava feliz por ainda poder participar da apresentação da Primária. Mas, antes, precisava se recuperar. E demorou bastante. Teve de ficar no hospital

“Não sei”, respondeu Ian.

“Vamos tentar então”, sugeriu Thaís. Ela o ajudou a ficar de pé. Cuidadosamente, Ian colocou o pé no chão. Moveu o corpo para a frente. E ainda estava de pé! Era seu primeiro passo havia mais de um mês! Todos bateram palmas.



por mais um tempo. Quando finalmente pôde ir para casa, ainda não conseguia andar nem brincar.

Mas seus amigos foram visitá-lo. Ian perguntava a eles como estavam as coisas na escola e na igreja. E eles perguntavam quando ele ia voltar.

“Quando minha perna sarar”, respondia ele. “Ainda não consigo andar.”

Depois de outubro veio novembro e, pouco a pouco, Ian foi melhorando. Um dia, seus amigos o convidaram para assistir a um filme com eles. A mãe e o pai de Ian o ajudaram a chegar lá.

“Sua perna ainda dói?”, perguntou sua amiga Thaís.

“Dói, sim”, respondeu Ian. “Mas está melhorando.”

“Já consegue andar?”, perguntou Thaís.

“Isso quer dizer que você pode voltar para a igreja!”, exclamou Thaís.

E ela tinha razão. Depois de mais algumas semanas, a perna de Ian finalmente parou de doer. Os médicos tiraram o gesso da perna e colocaram uma tala no lugar. Quando chegou o domingo, era a hora da apresentação da Primária.

Durante a reunião sacramental, Ian caminhou até a frente da capela com seus amigos. Ficou de pé e sorriu para seus pais. Durante as músicas, cantou o mais alto que podia. Quando chegou sua vez, ficou de pé ao púlpito e compartilhou seu testemunho. Sentiu-se grato por seus amigos da Primária. E estava grato por poder ter participado da apresentação da Primária. ●

O menino dessa história mora na República Dominicana. Leia o próximo artigo para aprender mais sobre esse país!

Saudações da República Dominicana!



**Olá!
Sou Margo.
Este é meu
irmão Paolo.**



Estamos visitando a
República Domini-
cana. Venha conosco!

República Dominicana

A República Dominicana fica no Caribe. Fica na mesma ilha que outro país, o Haiti. Aproximadamente 10 milhões de pessoas vivem na República Dominicana, entre elas cerca de 130 mil membros da Igreja.

Santo Domingo



Na República Dominicana, fala-se espanhol. Aqui está um menino com el Libro de Mormón — o Livro de Mórmon.



Na República Dominicana, muitas crianças gostam de jogar beisebol. É o esporte mais popular do país.



No ano passado, o profeta visitou a República Dominicana e falou ao povo em espanhol.



A República Dominicana tem um templo, em Santo Domingo. Nele está escrito: "Santidad al Señor: La Casa del Señor". Isso significa: "Santidade ao Senhor: A Casa do Senhor".



As pessoas da República Dominicana comem muitas verduras e frutas tropicais. Estes meninos estão tomando água de coco!

Você é da República Dominicana? Escreva para nós! Gostaríamos muito de receber notícias suas!

Obrigado por explorar a República Dominicana conosco! Agora vamos partir para nossa próxima aventura!



Conheça alguns amigos da República Dominicana!



"Gosto de ajudar as crianças mais novas da Primária quando elas ficam inquietas. Escrevo os hinos numa folha de papel e as ajudo a cantar. Eu as ajudo a entender o que está escrito quando lemos as escrituras."

Ambar O., 11 anos, República Dominicana




"Amo Jesus e me sinto bem próximo Dele. Também adoro os hinos e as músicas da Primária."

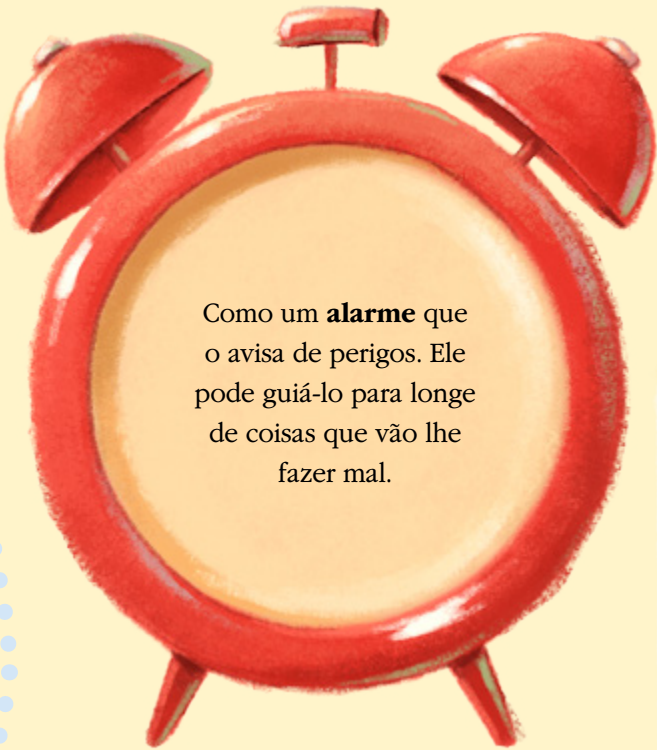
Ian R., 8 anos, República Dominicana

O Espírito

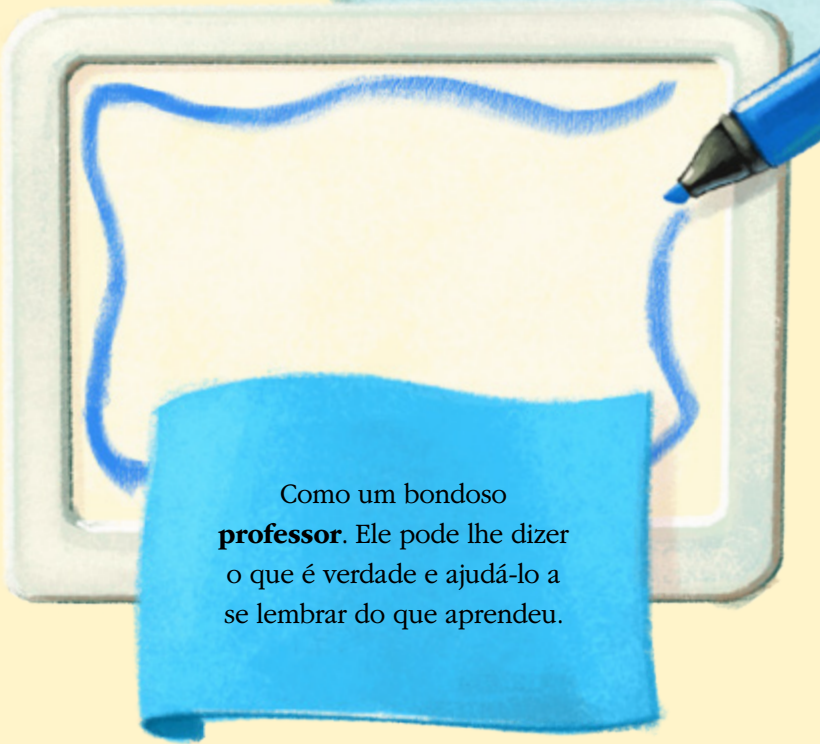
Marissa
Revistas



Como um **cobertor** aconchegante que envolve o seu coração. Ele pode consolá-lo quando você se sentir triste ou com medo.



Como um **alarme** que o avisa de perigos. Ele pode guiá-lo para longe de coisas que vão lhe fazer mal.



Como um bondoso **professor**. Ele pode lhe dizer o que é verdade e ajudá-lo a se lembrar do que aprendeu.

1. **Um membro da Trindade.** com o Pai Celestial e Jesus Cristo é chamado de Espírito porque
2. **Um dom que acompanha** água, você recebe uma bênção "firmamento", na qual você é chamado de Santo.
3. **Uma promessa do Pai Celestial** você promete que vai continuar a obedecer o Pai Celestial promete que o

Santo é...

Widdison
da Igreja

Isso significa que Ele trabalha com Cristo para nos ajudar. Às vezes Ele não tem um corpo.

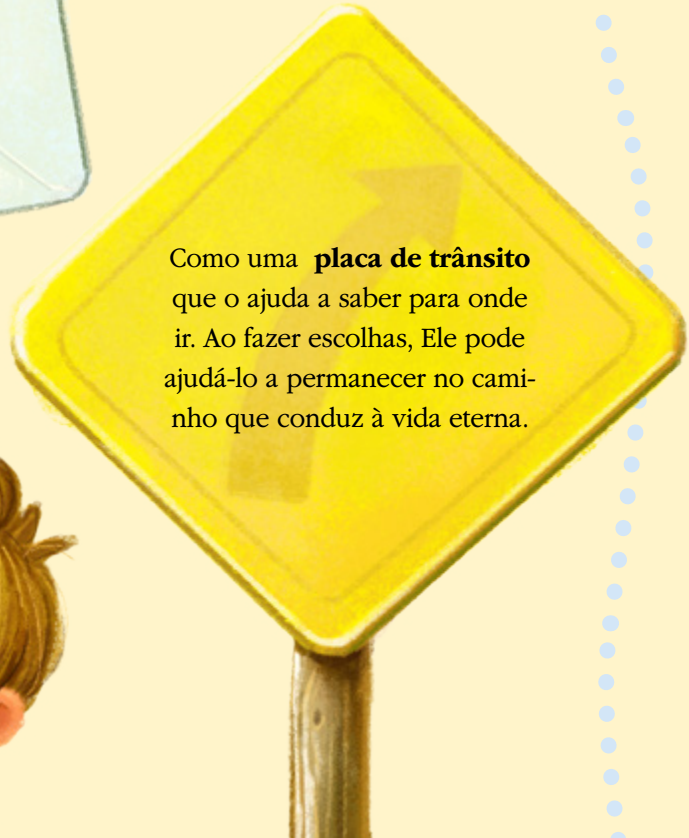
o batismo. Depois de sair da água, Ele é convidado a receber o Espírito Santo.

o Pai Celestial. Ao tomar o sacramento, Ele nos ajuda a seguir Jesus. Por sua vez, o Espírito Santo estará com você.

Como um **mensageiro** do Pai Celestial. O Espírito Santo pode ajudá-lo a sentir o amor de Deus e a entender o que Ele quer que você saiba.



Como uma **placa de trânsito** que o ajuda a saber para onde ir. Ao fazer escolhas, Ele pode ajudá-lo a permanecer no caminho que conduz à vida eterna.



Como um **melhor amigo** que deseja ficar sempre a seu lado! Ao fazer boas escolhas, você O convida a estar a seu lado.

NAS ESCRITURAS

João 14:26

Gálatas 5:22

2 Néfi 31:17-18

Doutrina e Convênios 130:22



Becky Craven

Segunda conselheira na presidência geral das Moças

Viver os padrões

“*Servir de testemunhas de Deus em todos os momentos*”
(Mosias 18:9).

Meu pai servia no exército, por isso nos mudávamos bastante quando eu era jovem. Uma das coisas mais difíceis ao nos mudar era deixar meus amigos para trás. Eu tinha dificuldades em fazer novas amizades porque era tímida. Felizmente, as pessoas eram sempre muito

simpáticas na escola e na Primária. Na igreja, não importava o quanto fôssemos diferentes. Simplesmente éramos todos amigos.

Uma maneira de vencer minha timidez foi servir na igreja. Começou na Primária. Eu compartilhava uma escritura no tempo de compartilhar. Lia em voz alta na classe. Pouco a pouco, fui me sentindo mais confiante. Isso me ajudou a defender minhas crenças.

Quando eu estava no quarto ou no quinto ano, minha família estava morando em Maryland, EUA. Não havia muitos membros da Igreja em minha escola. Eu tinha amigos que eram membros da Igreja e outros que não eram.

Quando eu era adolescente, algumas amigas minhas fizeram coisas contrárias a meus padrões. Mas não tentaram me obrigar a fazer aquelas coisas. Sou grata por terem respeitado minhas crenças. Às vezes, eu me sentia excluída por não poder fazer tudo o que as minhas colegas da escola faziam. Mas sempre me senti bem em seguir os padrões. Decidi que sempre viveria o evangelho, não importando o que acontecesse. Meu testemunho havia se fortalecido na Primária e na noite familiar. Aprendi que sou filha de Deus.

Anos mais tarde, fiquei sabendo que duas amigas minhas da escola tinham se filiado à Igreja. Fiquei muito feliz! Elas disseram que o fato de terem me visto seguindo o evangelho quando éramos mais jovens as ajudou a decidirem ouvir os missionários.

Queridos jovens amigos, vocês são filhos de nosso Pai Celestial. Ao se lembrarem dessa verdade importante *todos os dias*, vai ser mais fácil viver o evangelho. ●



Posso ser **BONDOSO.**

Posso **ouvir**
o
Espírito Santo.

Posso fazer no Dia do Senhor coisas que me ajudem a me lembrar de Jesus Cristo.

Posso mostrar **respeito** por Deus, pelas pessoas e por mim mesmo.

Posso me vestir e agir com **recato.**

Posso **ME ARREPENDER** e tentar novamente quando faço algo errado.



Posso ser **honesto.**

Posso escolher o que é certo

Posso falar sobre Deus *reverentemente.*

Posso usar **boas palavras.**

Posso me preparar desde já para ir ao templo.

Posso procurar **BONS AMIGOS.**

Posso manter meu corpo e minha mente **saudáveis.**

Posso **OBEDECER** a meus pais e **AJUDAR** minha família.

Posso ler, ver e ouvir coisas boas.

Jesus me ama. Pouco a pouco,
posso aprender a segui-Lo.



Mostrar e contar



Brinquei com meu amigo que estava sozinho.

Alexis H., 7 anos, Nova Escócia, Canadá



Não vejo a hora de receber o sacerdote e levar no templo o nome das pessoas da família que minha mãe e eu encontramos para fazer os batismos!

Brigham W., 11 anos, Victoria, Austrália

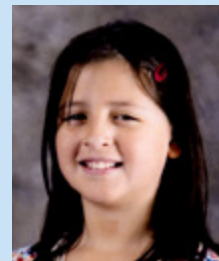


Adoro aprender a respeito de Jesus. Sou grata pelo sacrifício que Ele fez por nós.

Sara D., 6 anos, Rio Grande do Sul, Brasil



Philip W., 8 anos, Lancashire, Inglaterra



Na minha escola, vi que tinha lixo no parquinho. Então perguntei à diretora se eu poderia recolher o lixo com uma

amiga. Fico feliz por estar sendo uma boa cidadã.

Ellea D., 10 anos, Baden-Württemberg, Alemanha



Ajudo minha mãe a cuidar de meus irmãozinhos.

Samantha S., 8 anos, Berlim, Alemanha



Feranmi F., 8 anos, Lagos, Nigéria



Bem-vindo,
Halim!



PODEMOS SER BONDOSOS

“Todos podemos desenvolver a bondade fraternal em casa, na escola, no trabalho ou nas diversões.”

Presidente Russell M. Nelson, “Estes (...) foram nossos exemplos”, *A Liahona*, janeiro de 1992, p. 68.

Katie Richey

Inspirado numa história verdadeira

“De graça recebestes, de graça dai” (*Mateus 10:8*).

Naquela manhã na escola, Marcus notou que um menino novo entrou na sala de aula.

“Bom dia a todos”, disse a professora enquanto todos se acomodavam. “Este é Halim. Ele é novo em nossa escola. Na verdade, acabou de chegar ao nosso país.”

Halim continuou a fitar o chão ao se apresentar. Marcus achou a voz dele meio diferente. A professora continuou a falar.

“Estamos muito felizes por ele estar aqui e fazer parte de nossa classe. Espero que todos o ajudem a se sentir bem-vindo.”

Enquanto a professora mostrava a Halim onde se sentar, Marcus pensou no quanto se sentiria nervoso se tivesse de se mudar para um novo país e uma nova escola.

Depois do lanche da manhã, a professora contou à classe que tinha uma surpresa para todos. Marcus se esticou na cadeira para conseguir enxergar o que ela estava tirando de dentro da bolsa. Eram pequenos baldes. Ela começou a entregá-los a todos na classe.

“Cada um de nós tem um balde imaginário dentro de si”, disse ela ao entregar a Marcus um balde amarelo. “As pessoas enchem nosso balde quando fazem coisas boas para nós. E podemos encher o balde delas quando somos bondosos com elas. Por exemplo, quando sua mãe lhe dá um abraço, ela está enchendo seu balde. Quando você diz algo bondoso para alguém, você está enchendo o balde dele.”

Marcus olhou para seu melhor amigo Caleb. Ele também tinha recebido um balde amarelo! “Nesta semana, vamos deixar esses baldes nas carteiras para podermos escrever bilhetes bondosos uns para os outros”, explicou a professora.

Ela dobrou uma folhinha de papel e a colocou

dentro de um balde. “E isso vai nos lembrar do balde imaginário que cada um tem dentro de si. Devemos ser bondosos para sermos enchedores de baldes.”

Marcus pegou uma folha e pensou nas coisas que poderia escrever para Caleb como, por exemplo, o quanto ele era bom nos esportes. Mas então olhou para Halim. Os ombros dele estavam meio curvados como se estivesse triste.

Marcus se perguntou se Halim tinha um melhor amigo no lugar onde morava antes. Deve ter sido difícil se despedir e muito assustador se mudar para tão longe.

Marcus olhou para o papel em branco em sua carteira. Teve uma ideia e, então, escreveu:

“Querido Halim,

Bem-vindo à nossa escola. Se você quiser, podemos brincar juntos no recreio. Serei seu amigo. E aposto que Caleb será seu amigo também.

De Marcus.”

Então dobrou cuidadosamente o papel e o jogou dentro do balde de Halim. Halim sorriu. Marcus sentiu um calorzinho no peito e ficou muito feliz. Ele gostou de ser um enchedor de balde! ●

A autora mora em Idaho, EUA.

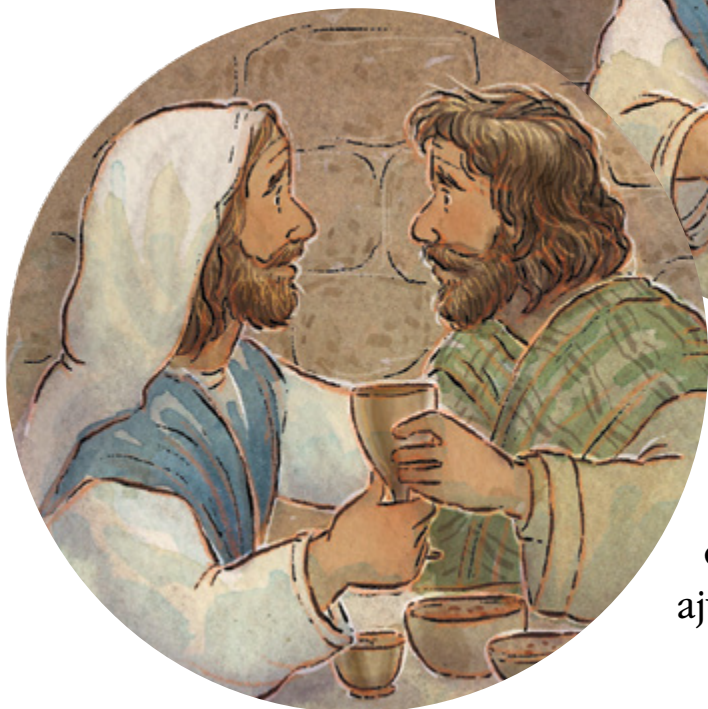
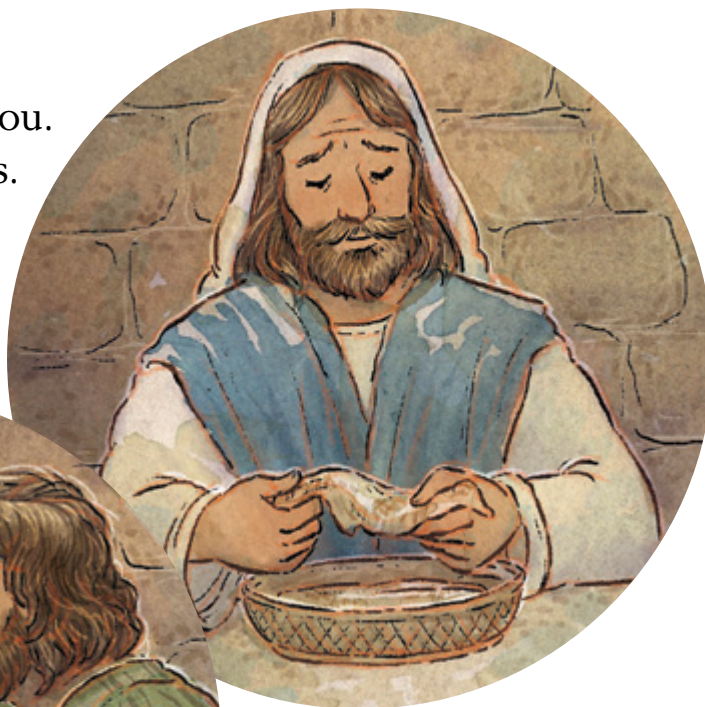


Jesus ensinou sobre o sacramento



Antes de morrer, Jesus participou de uma refeição especial com Seus discípulos, que ficou conhecida como a Última Ceia.

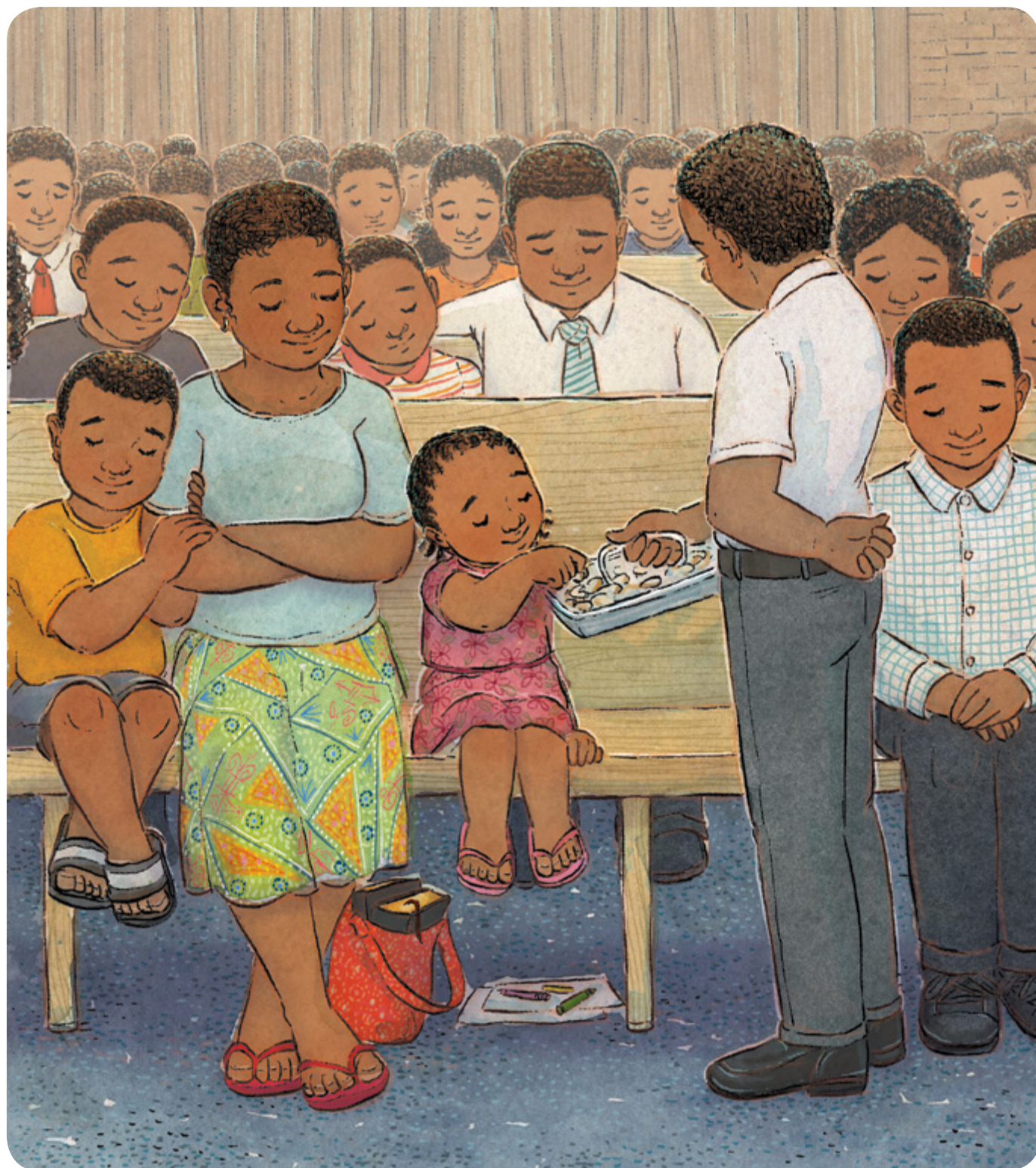
Jesus pegou o pão e o abençoou.
Deu-o a Seus discípulos.
Pedi-lhes que o comessem
para que isso os ajudasse a
se lembrarem Dele.



Jesus pegou um cálice e
o deu a Seus discípulos.
Disse-lhes que bebessem
dele para que isso os
ajudasse a se lembrarem Dele.

Jesus e os
discípulos também
cantaram juntos
um hino.





Lembro-me de Jesus ao tomar o sacramento todas as semanas,
como Ele pediu que fizéssemos. ●

*Leia o que Jesus ensinou em Mateus 26:26-28;
1 Coríntios 11:24-25.*

Jesus nos deu o sacramento



Queridos pais,

Muitas famílias não têm um pai e uma mãe que são selados no templo. O presidente Russell M. Nelson foi criado numa família assim. Seja qual for nossa situação familiar, podemos ensinar nossos filhos a ansiar pelas bênçãos grandiosas do templo. E podemos ajudá-los a fazer o trabalho de história da família para que nossos antepassados também recebam essas bênçãos. Vocês podem ler na página A2 como o presidente Nelson esperou pelo selamento de sua família no templo.

Escrevam-nos para contar como sua família usou as histórias e atividades de *Meu Amigo* deste mês.

Com amor,
Meu Amigo

P.S. Se não tiverem crianças em casa, vocês podem compartilhar o encarte *Meu Amigo* com alguém que tenha.

New Friend

50 E. North Temple St.,

Room 2393

Salt Lake City, UT 84150 USA

liahona@LDSchurch.org



Encontre a Liahona escondida aqui dentro!

SUMÁRIO

- A2** Da Primeira Presidência: Gratidão aos pais
- A4** Um novo capítulo
- A6** Apóstolos em todo o mundo: O élder Cook visita o Brasil
- A8** À espera de Ian
- A10** Saudações da República Dominicana!
- A12** O Espírito Santo é...
- A14** Viver os padrões
- A15** Posso escolher o que é certo
- A16** Pôster Ideia brilhante: Jesus me ama
- A17** Mostrar e contar
- A18** Bem-vindo, Halim!
- A20** Histórias das escrituras: Jesus ensinou sobre o sacramento
- A23** Página para colorir: Jesus nos deu o sacramento

NA CAPA DE MEU AMIGO
Ilustração: Shane Clester