

# A Liahona



**Quatro Meios de  
Vivenciar a Alegria  
do Aprendizado,  
p. 10**

**Suicídio: Um Desesperado  
e Silencioso Grito de  
Socorro, p. 18**

**Lições Deixadas por Leí sobre  
a História da Família, p. 26**

**O Antídoto para a  
Concupiscência, p. 30**



*"Quisera que te lembrasses de que, se puseres a tua confiança em Deus, serás libertado de tuas provações e teus dissabores e tuas aflições; e serás elevado no último dia."*

Alma 38:5

## MENSAGENS

- 4 Mensagem da Primeira Presidência: As Bênçãos da Obediência**  
Presidente Thomas S. Monson
- 7 Mensagem das Professoras Visitantes: A Família Foi Ordenada por Deus**

## ARTIGOS

- 16 As Criançinhas e o Sacramento**  
Aaron L. West  
*Ao tomar o sacramento, as criançinhas podem se preparar para a realização de convênios.*
- 18 Entender o Suicídio: Sinais de Alerta e Prevenção**  
Kenichi Shimokawa  
*Saiba como ajudar a prevenir o suicídio e auxiliar os familiares do suicida.*

- 24 Palavras Proféticas em um Local Inesperado**  
Colette Lindahl  
*Algumas revistas A Liahona deixadas num apartamento mudaram a vida de um homem, conduzindo-o ao evangelho.*

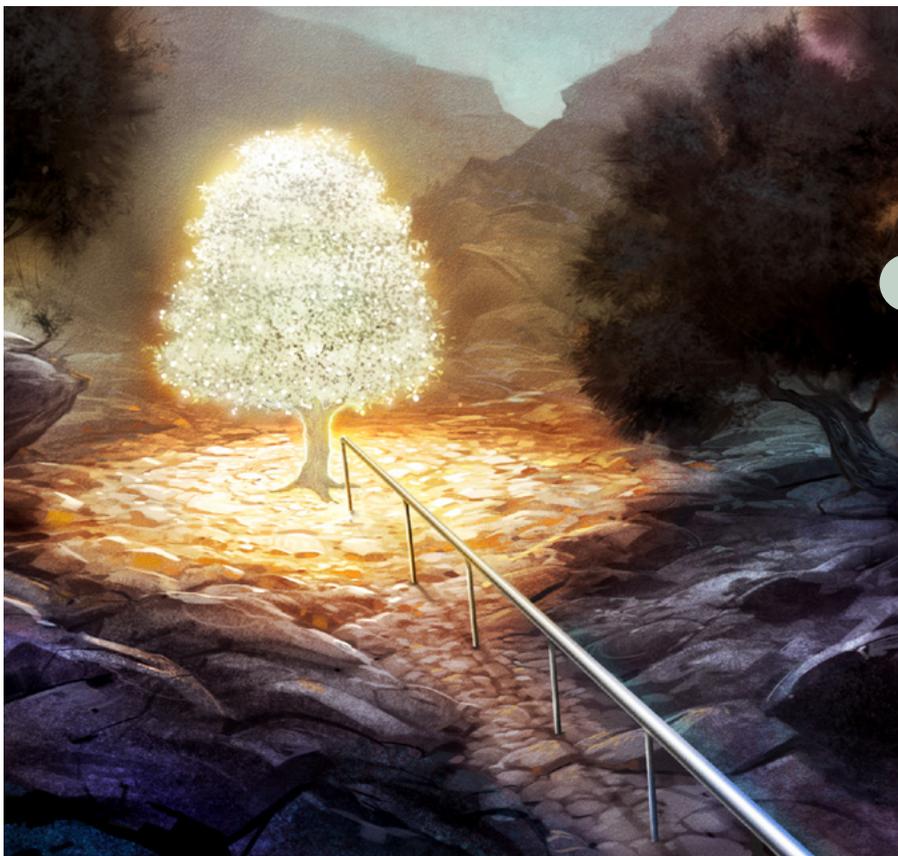
- 26 História da Família: Paz, Proteção e Promessas**  
Élder Bradley D. Foster  
*À medida que compilarmos os registros de nossa história da família e levarmos os nomes de nossos antepassados ao templo, nós e nossa posteridade seremos abençoados.*

- 30 Amor versus Concupiscência**  
Joshua J. Perkey  
*Qual é o antídoto contra a concupiscência, o desejo de possuir algo de modo contrário à vontade de Deus?*

- 36 Servir Além do Jordão**  
R. Val Johnson e Rachel Coleman  
*Um casal sênior de missionários humanitários exerceu grande impacto na vida de milhares de pessoas ao servirem onde o Senhor necessitava deles.*

## SEÇÕES

- 8 Servir na Igreja: Meus Domingos Repletos de Serviço**  
Jeffery A. Hogge
- 9 Reflexões: A Última Ceia de Melva**  
Cheryl Harward Wilcox
- 10 Ensinar à Maneira do Salvador: A Alegria do Aprendizado**  
Tad R. Callister
- 40 Vozes da Igreja**
- 44 Nosso Lar, Nossa Família: Jejuar e Orar por Emma**  
Cecilie Norrung
- 80 Até Voltarmos a Nos Encontrar: A Natureza Divina da Igreja de Cristo**  
Presidente Gordon B. Hinckley



4



### NA CAPA:

Primeira capa: Fotografia de Leslie Nilsson. Parte interna da primeira capa: Fotografia de jamievanbuskirk/GettyImages. Parte interna da última capa: Composição de imagens fotográficas: Ryan McVay e Christopher Elwell/Thinkstock.



46

#### 46 Ser a Verdadeira Geração do Milênio

Presidente Russell M. Nelson  
*Quatro recomendações sobre como se tornar a verdadeira geração do milênio.*



*Veja se consegue encontrar a Liahona oculta nesta edição. Dica: Seus vizinhos têm árvores frutíferas?*

#### 54 O Milagre do Fogo Médio

David A. Edwards

*De que modo a paciência pode ajudá-lo a fazer um perfeito sanduíche de queijo na chapa e também a tornar-se mais semelhante a Jesus Cristo?*

#### 57 Pôster: Imagine-se Reconstruído

#### 58 O Poder de Perseverar

Jessica Turner, conforme relatado a Lynne Crandall

*Algumas coisas simples que fiz fortaleceram minha fé e me ajudaram a curar-me e a seguir em frente após um acidente de carro.*

#### 61 Respostas dos Líderes da Igreja: Como Tornar Cristo o Ponto Central de Nossa Vida

Élder D. Todd Christofferson

#### 62 Uma Receita de Aprendizado

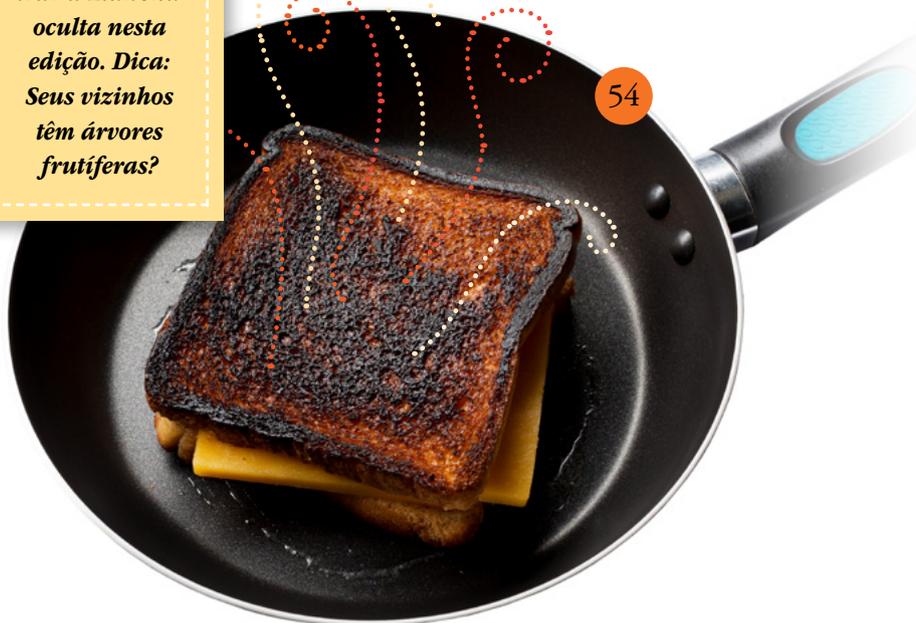
Rosemary Thackeray

*Siga esses quatro passos para tornar a palavra de Deus deliciosa para sua alma.*

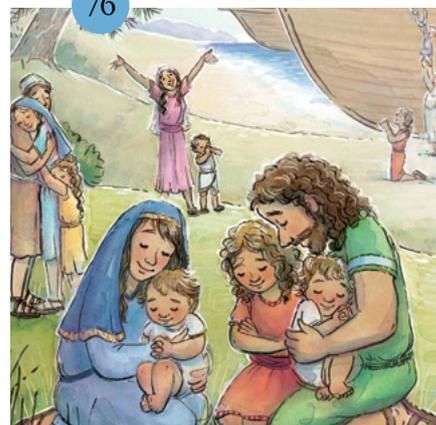
#### 64 Perguntas e Respostas

*Algumas pessoas me dizem que, para fortalecer-me, preciso ter amigos que não compartilham meus padrões. Isso é verdade?*

54



76



#### 66 Fomos Pescar

Julia Ventura

*Hayden ficou preocupado, achando que seu irmão caçula ia espantar todos os peixes. Mas ficou ainda mais preocupado quando o irmãozinho se perdeu.*

#### 68 Respostas de um Apóstolo: Como posso tornar meu lar um lugar cheio de paz?

Élder Gary E. Stevenson

#### 69 Nossa Página

#### 70 Crianças Que Ficam Firmes: A História de Story

Jill Hacking

*Story e a família dela são os únicos membros da Igreja no Turcomenistão! Veja como ela permaneceu firme.*

#### 72 Lições Aprendidas com Minha Mãe

Élder Jairo Mazzagardi

*O Élder Mazzagardi aprendeu a respeito da honestidade com a mãe. Quais princípios você aprendeu com seus pais?*

#### 74 Heróis do Livro de Mórmon: Heroínas do Livro de Mórmon

#### 76 Histórias do Livro de Mórmon: Viajar para a Terra Prometida

#### 79 Página para Colorir: A Música Me Faz Feliz

**A Primeira Presidência:** Thomas S. Monson, Henry B. Eyring e Dieter F. Uchtdorf

**Quórum dos Doze Apóstolos:** Russell M. Nelson, Dallin H. Oaks, M. Russell Ballard, Robert D. Hales, Jeffrey R. Holland, David A. Bednar, Quentin L. Cook, D. Todd Christofferson, Neil L. Andersen, Ronald A. Rasband, Gary E. Stevenson, Dale G. Renlund

**Editor:** Joseph W. Sitati

**Editores assistentes:** James B. Martino, Carol F. McConkie

**Consultores:** Brian K. Ashton, Randall K. Bennett, Craig A. Cardon, Cheryl A. Esplin, Christoffel Golden, Douglas D. Holmes, Larry R. Lawrence, Carole M. Stephens

**Diretor Administrativo:** Peter F. Evans

**Diretor de Apoio à Família e aos Membros:**

Vincent A. Vaughn

**Diretor das Revistas da Igreja:** Allan R. Loyborg

**Gerente de Relações Comerciais:** Garff Cannon

**Gerente Editorial:** R. Val Johnson

**Gerente Editorial Assistente:** Ryan Carr

**Assistente de Publicações:** Megan Seitz

**Equipe de Composição e Edição de Textos:** Brittany Beattie, David Dickson, David A. Edwards, Matthew D. Flitton, Lori Fuller, Garrett H. Garff, LaRene Porter Gaunt, Jill Hacking, Charlotte Larcabal, Michael R. Morris, Eric B. Murdock, Sally Johnson Odekirk, Joshua J. Perkey, Jan Pinborough, Richard M. Romney, Mindy Anne Selu, Paul VanDenBerghe, Marissa Widdison

**Diretor Administrativo de Arte:** J. Scott Knudsen

**Diretor de Arte:** Tadd R. Peterson

**Equipe de Diagramação:** Jeanette Andrews, Fay P. Andrus, C. Kimball Bott, Thomas Child, David Green, Colleen Hincley, Eric P. Johnsen, Susan Lofgren, Scott M. Mooy, Mark W. Robison, Rachel Smith, Brad Teare, K. Nicole Walkenhorst

**Coordenadora de Propriedade Intelectual:**

Collette Nebeker Aune

**Gerente de Produção:** Jane Ann Peters

**Equipe de Produção:** Glen Adair, Connie Bowthorpe Bridge, Julie Burdett, Bryan W. Gygi, Ginny J. Nilson, Gayle Tate Rafferty, Derek Richardson

**Pré-Impressão:** Jeff L. Martin

**Diretor de Impressão:** Steven T. Lewis

**Diretor de Distribuição:** Stephen R. Christiansen

**Tradução:** Nelly Barros Terrone

**Distribuição:** Corporação do Bispado Presidente de A Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias. Steinmühlstrasse 16, 61352 Bad Homburg v.d.H., Alemanha.

Para assinatura ou mudança de endereço, entre em contato com o Serviço ao Consumidor. Ligação Gratuita: 00800 2950 2950. Telefone: +49 (0) 6172 4928 33/34. E-mail: [ordereu@ldschurch.org](mailto:ordereu@ldschurch.org). Online: [store.lds.org](http://store.lds.org). Preço da assinatura para um ano: € 3,75 para Portugal, € 3,00 para Açores e CVE 83,5 para Cabo Verde.

Para assinaturas e preços fora dos Estados Unidos e do Canadá, acesse o site [store.LDS.org](http://store.LDS.org) ou entre em contato com o Centro de Distribuição local ou o líder da ala ou do ramo.

Envie manuscritos e perguntas online para [liahona.LDS.org](http://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](mailto:liahona@LDSchurch.org).

A *Liahona*, termo do Livro de Mórmon que significa “bússola” ou “guia”, é publicada em albanês, alemão, armênio, búlgaro, cambojano, cebuano, chinês (simplificado), coreano, croata, dinamarquês, esloveno, espanhol, estoniano, filipino, finlandês, francês, grego, holandês, húngaro, indonésio, inglês, islandês, italiano, japonês, letão, lituano, malaio, malgaxe, marshallês, mongol, norueguês, polonês, português, quiribatiano, romeno, russo, samoano, sualí, sueco, tagalo, tailandês, taitiano, tcheco, tonganês, ucraniano, urdu e vietnamita. (A periodicidade varia de um idioma para outro.)

© 2016 Intellectual Reserve, Inc. Todos os direitos reservados. Impresso nos Estados Unidos da América.

O texto e o material visual encontrados na revista *A Liahona* podem ser copiados para uso eventual, na Igreja ou no lar, não para uso comercial. 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., Salt Lake City, UT 84150, USA; e-mail: [cor-intellectualproperty@LDSchurch.org](mailto:cor-intellectualproperty@LDSchurch.org).

**For Readers in the United States and Canada:**

October 2016 Vol. 69 No. 10. LIAHONA (USPS 311-480) Portuguese (ISSN 1044-3347) is published monthly by The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 50 E. North Temple St., Salt Lake City, UT 84150. USA subscription price is \$10.00 per year; Canada, \$12.00 plus applicable taxes. Periodicals Postage Paid at Salt Lake City, Utah. Sixty days' notice required for change of address. Include address label from a recent issue; old and new addresses *must* be included. Send USA and Canadian subscriptions to Salt Lake Distribution Center at address below. Subscription help line: 1-800-537-5971. Credit card orders (Visa, MasterCard, American Express) may be taken by phone. (Canada Poste Information: Publication Agreement #40017431)

POSTMASTER: Send all UAA to CFS (see DNM 507.1.5.2). NONPOSTAL AND MILITARY FACILITIES: Send address changes to Distribution Services, Church Magazines, P.O. Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368, USA.

# Ideias para a Noite Familiar

Esta edição contém atividades e artigos que podem ser usados na noite familiar. Seguem-se dois exemplos.



## “As Criancinhas e o Sacramento”,

página 16: Depois de ler o artigo, como pais, vocês podem trocar ideias sobre como ensinar a seus filhos pequenos a importância do sacramento e dos convênios que eles farão um dia no batismo. Vocês podem usar as orações sacramentais (que se encontram em Doutrina e Convênios 20:77, 79) para ensinar a respeito das promessas que fazemos no batismo e sobre como o fato de tomarmos o sacramento todos os domingos nos permite renovar essas promessas. Também podem imaginar maneiras de ajudar seus filhos pequenos a concentrarem-se no Salvador durante

o sacramento, tais como criar livros de gravuras simples repletos de imagens do Salvador.

## “Uma Receita de Aprendizado”,

página 62: Se você tiver filhos mais velhos que estudam as escrituras sozinhos, pode ler este artigo com eles e depois convidá-los a experimentar as sugestões do artigo. Pode incentivar cada pessoa da família a manter um diário de estudo pessoal e traçar a meta de escrever nele regularmente. Eles podem tomar a iniciativa de compartilhar pensamentos e impressões do diário em noites familiares futuras.

## MAIS NA INTERNET

A revista *A Liahona* e outros materiais da Igreja estão disponíveis em muitos idiomas em [languages.LDS.org](http://languages.LDS.org). Acesse [facebook.com/liahona.magazine](https://www.facebook.com/liahona.magazine) (disponível em inglês, português e espanhol) para encontrar mensagens inspiradoras, sugestões para a noite familiar e materiais para compartilhar com amigos e familiares.

## TÓPICOS DESTA EDIÇÃO

Os números representam a primeira página de cada artigo.

**Amigos,** 64

**Amor,** 30, 41

**Chamados,** 8

**Concupiscência,** 30

**Coragem,** 74

**Crianças,** 16, 42

**Dia do Senhor,** 8, 42

**Dízimo,** 72

**Ensino,** 16, 72

**Esperança,** 58

**Espírito Santo,** 70

**Estudo das escrituras,** 43, 62

**Família,** 7, 26, 44, 66, 68, 70

**Fé,** 46, 58, 74, 76

**História da família,** 26, 42

**Honestidade,** 72

**Jejum,** 44

**Jesus Cristo,** 4, 61, 76

**Livro de Mórmon,** 26, 43, 74, 76

**Mandamentos,** 4

**Milagres,** 44

**Misericórdia,** 40

**Música,** 79

**Natureza divina,** 46

**Obediência,** 4, 30, 46

**Obra missionária,** 24, 36

**Oração,** 44, 66

**Paciência,** 54

**Padrões,** 64

**Paz,** 58, 68

**Profetas,** 46, 80

**Provações,** 18, 44, 58

**Revelação pessoal,** 46

**Sacramento,** 9, 16

**Seguir o profeta,** 46

**Serviço,** 41, 58

**Serviço humanitário,** 36

**Suicídio,** 18

**Templo,** 69

**Testemunho,** 74



Presidente  
Thomas S.  
Monson

# AS BÊNÇÃOS DA OBEDIÊNCIA

“A maior de todas as lições da mortalidade”, ensinou o Presidente Thomas S. Monson, “é que quando Deus fala e o homem obedece, aquele homem sempre estará certo”.<sup>1</sup>

Também seremos abençoados. Conforme disse o Presidente Monson numa recente conferência geral: “Quando guardamos os mandamentos, nossa vida é mais feliz, mais cheia de realizações e menos complicada. Nossas dificuldades e nossos problemas são mais fáceis de suportar, e receberemos [as] bênçãos prometidas por [Deus]”.<sup>2</sup>

Nos seguintes trechos dos ensinamentos do Presidente Thomas S. Monson, como Presidente da Igreja, ele nos lembra de que a obediência aos mandamentos é o guia mais seguro para a felicidade e a paz.

## Diretrizes para a Jornada

“Os mandamentos de Deus não foram dados para nos frustrarem ou para se tornarem obstáculos à nossa felicidade. É justamente o contrário. Aquele que nos criou e que nos ama perfeitamente sabe com exatidão como precisamos viver para obter a maior felicidade possível. Ele nos deixou diretrizes que, se forem seguidas, vão nos levar em segurança ao longo da jornada mortal, que às vezes é traiçoeira. Lembrem-se da letra deste hino conhecido: ‘Guarda os mandamentos! Seguro estarás e em paz, sim, em paz’ (ver “Guarda os Mandamentos”, *Hinos*, n° 194).”<sup>3</sup>

## Força e Conhecimento

“A obediência é a marca registrada dos profetas, provendo-lhes forças e conhecimento ao longo das eras. É essencial que nós também estejamos cientes de que temos direito a essa fonte de forças e conhecimento. Ela está prontamente acessível a cada um de nós hoje em dia, se obedecermos aos mandamentos de Deus. (...)”

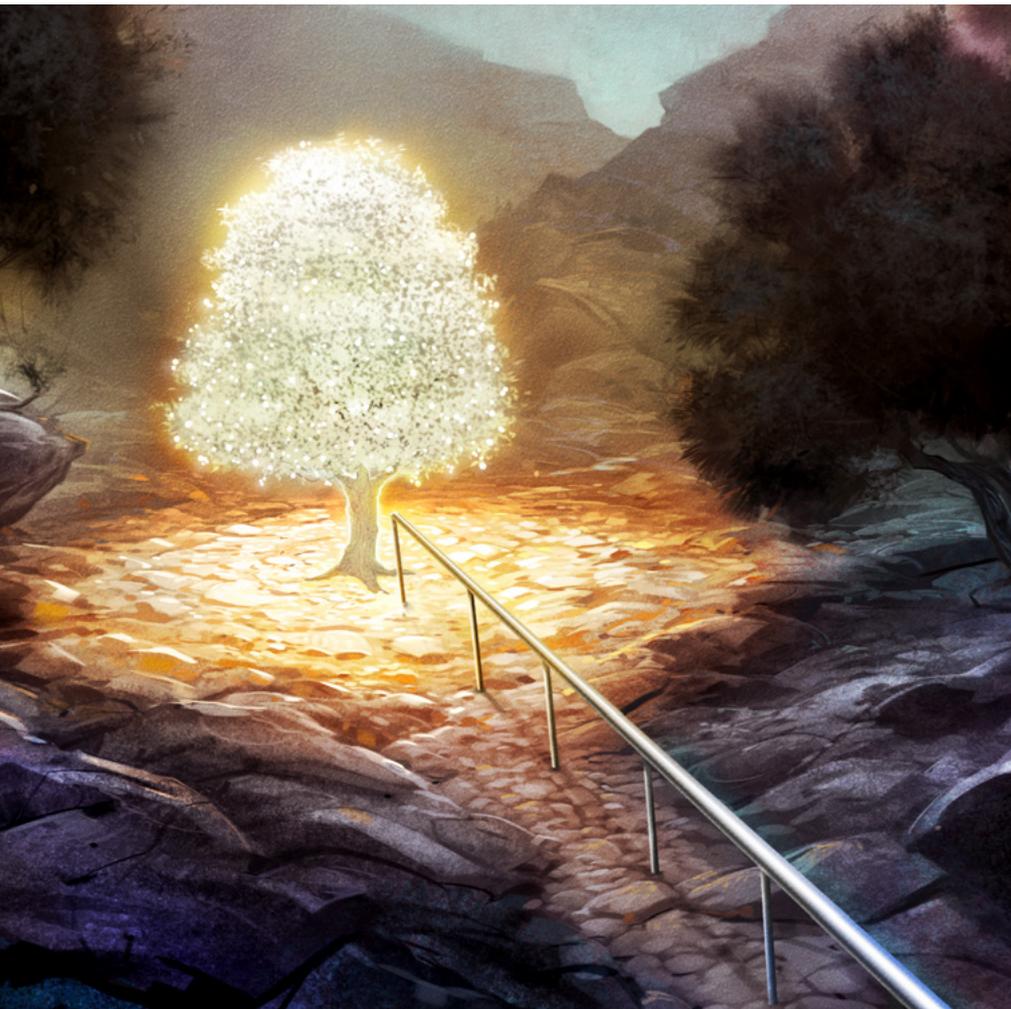
O conhecimento que buscamos, as respostas pelas quais ansiamos e a força que desejamos hoje para enfrentar os desafios de um mundo complexo e inconstante podem ser nossos, se de boa vontade obedecermos aos mandamentos do Senhor.”<sup>4</sup>

## Decidir Obedecer

“A tendência geral de nossa época é a permissividade. As revistas e os programas de televisão mostram os astros e as estrelas do cinema, os heróis dos esportes — pessoas que muitos jovens querem imitar — desprezando as leis de Deus e alardeando práticas pecaminosas, sem consequências aparentes. Não acreditem nisso! Haverá um momento em que teremos de prestar contas do que fizermos. Toda Cinderela tem sua meia-noite — se não for nesta vida, será na vida futura. O Dia do Julgamento chegará para todos. (...) Rogo-lhes que escolham obedecer.”<sup>5</sup>

## Alegria e Paz

“Pode parecer-lhes, às vezes, que as pessoas do mundo estão-se divertindo mais do que vocês. Alguns de vocês



e alegria ao coração, se andarmos em retidão e cumprirmos os mandamentos. Não haverá nada neste mundo que possa nos derrotar.”<sup>7</sup>

### Seguir o Salvador

“Quem foi esse Homem de dores, experimentado nos trabalhos? Quem é o Rei da glória, o Senhor das hostes? Ele é nosso Mestre. É o nosso Salvador. Ele é o Filho de Deus. Ele é o autor de nossa salvação. Ele nos chama: ‘Segue-me’. Ele nos instrui: ‘Vai, e faz da mesma maneira’. Ele nos pede: ‘Guarda meus mandamentos’.

Vamos segui-Lo. Vamos imitar Seu exemplo. Vamos obedecer a Sua palavra. Ao fazê-lo, daremos a Ele a dádiva divina da gratidão.”<sup>8</sup> ■

#### NOTAS

1. “Eles Traçaram o Caminho para Nós”, *A Liahona*, outubro de 2007, p. 5.
2. “Guarda os Mandamentos”, *A Liahona*, novembro de 2015, p. 83.
3. “Guarda os Mandamentos”, p. 83.
4. “A Obediência Traz Bênçãos”, *A Liahona*, maio de 2013, pp. 90–91, 92.
5. “Crer, Obedecer e Perseverar”, *A Liahona*, maio de 2012, p. 129.
6. “Permanecer em Lugares Sagrados”, *A Liahona*, novembro de 2011, p. 83.
7. “Tenham Coragem”, *A Liahona*, maio de 2009, p. 92.
8. “Alegria na Jornada”, *A Liahona*, novembro de 2008, p. 88.

talvez se sintam restringidos pelo código de conduta que seguimos na Igreja. Meus irmãos e irmãs, declaro a vocês, porém, que *nada* pode trazer mais alegria para nossa vida ou mais paz para nossa alma do que o Espírito que podemos sentir quando seguimos o Salvador e guardamos os mandamentos.”<sup>6</sup>

### Andar em Retidão

“Testifico a vocês que as bênçãos que nos foram prometidas são imensuráveis. Embora se formem nuvens de tempestade, embora a chuva seja derramada sobre nós, nosso conhecimento do evangelho e nosso amor pelo Pai Celestial e por nosso Salvador vão consolar-nos e dar-nos alento

#### ENSINAR USANDO ESTA MENSAGEM

O Presidente Monson nos ensina a respeito das muitas bênçãos que podemos receber por sermos obedientes, incluindo força, conhecimento, alegria e paz. Você pode perguntar às pessoas a quem ensina como foram abençoadas por guardarem os mandamentos. Pode

incentivá-las a continuar a refletir acerca das bênçãos que receberam e anotar seus pensamentos e suas experiências num diário. Também pode incentivá-las a expressar gratidão a Deus por suas bênçãos, continuando a ser obedientes.

## Incêndios e Lições de Obediência

O Presidente Thomas S. Monson contou a respeito de uma ocasião em que aprendeu a importância da obediência. Quando ele tinha 8 anos, sua família foi até o chalé deles nas montanhas. Ele e seu amigo queriam limpar o capim que crescia em certo local para fazer uma fogueira. Tentaram limpar o mato com a mão, arrancando e puxando com toda a força, mas tudo o que conseguiram foi ficar com as mãos cheias de mato. O Presidente Monson explicou: “Então, minha mente de 8 anos teve uma ideia que me pareceu ser a solução perfeita. Eu disse para o Danny: ‘Tudo o que precisamos é pôr fogo nesse mato. Vamos simplesmente *queimar* um círculo na relva!’”

Mesmo sabendo que não podiam brincar com fósforos, ele correu até o chalé para buscar alguns e com Danny acendeu

um fogueiro no local que estava coberto de mato. Esperavam que ele apagasse sozinho, mas em vez disso o fogo se transformou num grande e perigoso incêndio. Ele e Danny correram para pedir socorro, e logo adultos foram correndo apagar o incêndio antes que atingisse as árvores.

O Presidente Monson prosseguiu, dizendo: “Danny e eu aprendemos várias lições difíceis, porém muito importantes naquele dia — a maior parte delas sobre a importância da obediência” (ver “A Obediência Traz Bênçãos”, *A Liahona*, maio de 2013, p. 90).

Tal como o Presidente Monson, você já teve que aprender uma lição sobre a obediência do modo mais difícil? Que metas você pode fazer para manter-se em segurança por meio da obediência no futuro?

## CRIANÇAS

### Escolher o Que É Certo

Quando escolhemos o que é certo, aproximamo-nos do Pai Celestial e de Jesus Cristo. Isso também nos ajuda a ser felizes e a manter-nos seguros. Faça um círculo em torno de como você pode escolher o que é certo.



Colar na escola



Ler as escrituras



Ir à igreja



Servir ao próximo



Participar de bons jogos



Brigar com os irmãos

Em espírito de oração, estude este material e busque inspiração para saber o que compartilhar. De que maneira a compreensão de “A Família: Proclamação ao Mundo” aumenta sua fé em Deus e abençoa as pessoas sob sua responsabilidade como professora visitante? Acesse [reliefsociety.LDS.org](http://reliefsociety.LDS.org) para mais informações.

## A Família Foi Ordenada por Deus

“Na letra [do hino da Primária] ‘A Família É do Senhor’ (...), somos lembradas da pura doutrina”, observou a irmã Carole M. Stephens, primeira conselheira na presidência geral da Sociedade de Socorro. “Aprendemos não apenas que a família é do Senhor, mas também que fazemos parte da família de Deus. (...)”

O plano do Pai para Seus filhos é um plano de amor. É um plano para unir Seus filhos — Sua família — a Ele.”<sup>1</sup>

O Élder L. Tom Perry (1922–2015), do Quórum dos Doze Apóstolos, disse: “Também cremos que famílias tradicionais fortes não são apenas a unidade básica de uma sociedade, uma economia e uma cultura de valores estáveis, mas que também são as unidades básicas da eternidade e do reino e governo de Deus.



Cremos que a organização e o governo do céu serão edificados em torno de famílias e de seus parentes.”<sup>2</sup>

“Não importa qual seja seu estado civil ou o número de filhos, todas podem ser defensoras do plano do Senhor descrito na proclamação da família. Se é o plano do Senhor, também deve ser nosso plano!”<sup>3</sup>

### Escrituras Adicionais

Doutrina e Convênios 2:1–3; 132:19

### NOTAS

1. Carole M. Stephens, “A Família É do Senhor”, *A Liahona*, maio de 2015, pp. 11, 13.
2. L. Tom Perry, “Por Que o Casamento e a Família São Importantes — Em Todas as Partes do Mundo”, *A Liahona*, maio de 2015, p. 41.
3. Bonnie L. Oscarson, “Defensoras da Proclamação da Família”, *A Liahona*, maio de 2015, p. 15.
4. Julie B. Beck, “Ensinar a Doutrina da Família”, *A Liahona*, março de 2011, pp. 32, 34.



## Fé, Família, Auxílio

### A Doutrina da Família

A irmã Julie B. Beck, ex-presidente geral da Sociedade de Socorro, ensinou que a teologia da família se baseia na Criação, na Queda e na Expição de Jesus Cristo.

“A Criação da Terra proporcionou um local para as famílias morarem. Deus criou um homem e uma mulher que eram as duas metades essenciais de uma família. Estava previsto no plano do Pai Celestial que Adão e Eva fossem selados e constituíssem uma família eterna.

(...) A Queda lhes permitiu ter filhos.

A Expição [de Cristo] permite que a família seja selada para a eternidade. Dá-lhe a oportunidade de ter crescimento e perfeição eternos. O plano de felicidade, também chamado de Plano de Salvação, foi um plano criado para as famílias. (...)”

Essa era a doutrina de Cristo. (...) Sem a família não há plano; não há propósito para a vida mortal.”<sup>4</sup>

### Pense Nisto

Por que a família é a unidade mais importante nesta vida e na eternidade?

# MEUS DOMINGOS REPLETOS DE SERVIÇO

Jeffery A. Hogge

*Meus domingos estão repletos de atividades, mas sinto-me grato por poder servir sem as dificuldades enfrentadas pelos primeiros líderes da Igreja, como o Élder Parley P. Pratt.*

É domingo de manhã. Terei hoje uma agenda de 12 horas de reuniões, entrevistas, confirmações e ordenações. Vou começar em uma sede de estaca e terminar em outra capela que fica do outro lado da cidade — tudo isso num dia muito quente.

Aguardo ansiosamente cada reunião, entrevista, confirmação e ordenação. Mas ontem, quando pensei em como o dia de hoje seria atarefado, permiti-me sentir um pouco de pena de mim mesmo — até que abri a *Autobiografia de Parley P. Pratt* e comeci a ler de onde havia parado. O Élder Pratt tinha sido aprisionado, com Joseph, Hyrum Smith e outros, nos dias difíceis de Missouri. Depois de ser levado a Independence, aqueles líderes foram confinados num hotel, tendo que dormir no chão, com um bloco de madeira como travesseiro.

Numa manhã fria e com neve, o Élder Pratt se levantou e, sem que ninguém percebesse, saiu sorrateiramente do hotel. Seguiu rumo ao leste, atravessando a cidade, até os campos próximos. Após caminhar quase dois quilômetros, o Élder Pratt entrou numa floresta, com a neve que caía cobrindo-lhe as pegadas, e as árvores ocultando-lhe a presença.

Ele refletiu sobre sua situação. Se continuasse seguindo para o leste, poderia escapar

para outro Estado, de onde poderia mandar chamar sua família. Se voltasse para o hotel, seria preso e acusado de graves crimes. Sentindo-se tentado a fugir, o Élder Pratt pensou nos “imensos problemas, ou até a morte” que resultariam para os outros prisioneiros caso ele fosse embora.

Em seu dilema, um pensamento extraído das escrituras lhe veio de súbito à mente: “Aquele que procurar salvar a sua vida, perdê-la-á, mas aquele que perder a sua vida por causa de mim, esse a encontrará novamente, sim, a vida eterna” (ver Marcos 8:35; D&C 98:13).



O Élder Pratt voltou ao hotel. Seguiram-se meses de dura prisão — sem a família, sem o convívio dos santos e sem a capacidade de servir em seu chamado apostólico.<sup>1</sup>

Ao fechar o livro, ponderei sobre as privações que os antigos santos passaram — alguns deles antepassados meus. Graças ao testemunho que tinham do evangelho e à sua fé em Jesus Cristo, suportaram crueldades e perseguições. Graças à perseverança deles, posso hoje servir e adorar livremente, unido a eles em fé e testemunho.

Ao preparar-me para este Dia do Senhor, minha família está segura, ansiando por um dia de adoração numa confortável capela. O convívio dos santos vai alegrar-lhes o dia. Vamos nos regozijar com eles nas confirmações e ordenações realizadas, nas responsabilidades cumpridas e na fé fortalecida. Partilharemos do sacramento, lembrando-nos de nosso Salvador e de Seu sacrifício expiatório. E hoje à noite, vamos nos reunir em casa para ler o Livro de Mórmon e orar juntos antes de nos deitarmos em camas confortáveis e pousarmos a cabeça em travesseiros macios.

Meus domingos estão repletos de atividades. Sou grato e abençoado por isso. ■

*O autor mora na Califórnia, EUA.*

#### NOTA

1. Parley P. Pratt, *Autobiography of Parley P. Pratt*, org. Parley P. Pratt Jr., 1979, pp. 194–197.

# A ÚLTIMA CEIA DE MELVA

Cheryl Harward Wilcox

*“Gostaria de tentar tomar o sacramento?”, perguntei à minha mãe em seu leito de morte.*

Minha mãe viveu até os 92 anos de idade e faleceu recentemente. Estava no hospital quando os médicos decidiram que nada mais podiam fazer por ela, exceto proporcionar-lhe o máximo de conforto possível até que viesse a falecer.

Quando estavam sendo feitos os preparativos para levá-la para casa, dois irmãos de uma ala local vieram ao quarto e perguntaram se minha mãe queria tomar o sacramento. A princípio respondi: “Não, obrigada”. Minha mãe mal conseguia engolir. Depois, eu disse: “Pensando bem, deixem-me perguntar a ela”. Inclinei-me junto ao ouvido dela e sussurrei: “Há dois portadores do sacerdócio aqui. Gostaria de tentar tomar o sacramento?” Numa voz fraca, porém clara, ela respondeu: “Quero”.

Depois da bênção, peguei um pedaço de pão da bandeja, parti-o em uma minúscula migalha e delicadamente a coloquei em sua boca. Ela teve um pouco de dificuldade, e desculpei-me baixinho pela demora. Eles me asseguraram de que não havia problemas. Depois da segunda oração, peguei um copinho de plástico

e segurei-o junto aos lábios dela. Ela tomou só um gole, mas fiquei surpresa de ver como o engoliu com facilidade.

Agradei aos irmãos, e eles foram para o quarto seguinte. Minha mãe morreu serenamente cerca de uma hora depois.

Nos dias que se seguiram, dei-me conta do momento sagrado que me fora permitido compartilhar com minha mãe. A última coisa que ela fez na vida foi tomar o sacramento. Sua última palavra foi “Quero” — sim, quero receber o sacramento, quero



oferecer o sacrifício de “um coração quebrantado e um espírito contrito” (3 Néfi 9:20), quero tomar sobre mim o nome de Jesus Cristo e prometer sempre me lembrar Dele, quero receber Seu Espírito. A última coisa que passou por seus lábios foram os emblemas do sacramento.

Como deve ter sido agradável para ela a sua última ceia! Embora fraca demais para se mover ou falar, quão viva em Cristo deve ter se sentido! Quão grata deve ter se sentido por Seu poder redentor e capacitador, que a susteve naqueles momentos finais de sua jornada mortal e lhe deu esperança na vida eterna.

A cada semana, quando tomarmos o sacramento, sejamos gratos pela oportunidade que temos de renovar nossos convênios e de sentir o perdão e a graça ao esforçar-nos por tornar-nos mais semelhantes a nosso Pai Celestial e Seu Filho Jesus Cristo. Então, o pão e a água poderão ser para nós, tal como devem ter sido para minha mãe, “mais [doces] que tudo que é doce, (...) e mais [puros] que tudo que é puro” (Alma 32:42). ■  
*A autora mora em Utah, EUA.*



**Tad R. Callister**  
Presidente  
Geral da Escola  
Dominical

*À medida que nos tornamos mais comprometidos com nosso aprendizado, sentiremos a divina alegria resultante de aprendermos e vivermos o evangelho de Jesus Cristo.*



# A Alegria DO Aprendizado

**C**onta-se a história de um homem que era notoriamente o mais preguiçoso da cidade. Não queria trabalhar nem procurar emprego. Simplesmente vivia do esforço alheio. Por fim, os moradores da cidade se cansaram. Decidiram levá-lo para fora da cidade e bani-lo. Ao ser levado numa carroça para os limites da cidade, o cocheiro sentiu-se tomado de compaixão por ele. Talvez aquele sujeito desamparado merecesse uma última chance. Assim, ele ofereceu: “Quer um alqueire de milho para recomeçar?”

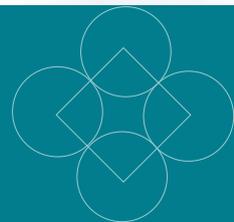
O homem perguntou: “O milho já está de molho?”<sup>1</sup>

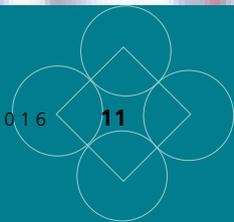
## **Professores e Alunos: Igual Responsabilidade de Contribuir**

Às vezes encontramos pessoas que querem entender as escrituras sem fazer o mínimo esforço — querem que alguém lhes explique as escrituras antes de lê-las. Querem aprender o evangelho com uma série de citações e vídeos interessantes. Querem que o professor da Escola Dominical lhes prepare lições mastigadas e dadas na boca, com pouca participação ou preparação da parte delas.

Em contrapartida, o Salvador convidou aqueles a quem ensinava a voltarem para casa porque não conseguiam entender Suas palavras. Ordenou-lhes que orassem, ponderassem e “[preparassem] a mente para amanhã”, quando Ele “[viria a eles] outra vez” (ver 3 Néfi 17:2–3).

A lição era a seguinte: É responsabilidade não apenas do professor vir preparado, mas também do aluno. Assim como o professor tem a responsabilidade de ensinar pelo Espírito, o aluno também tem a responsabilidade de aprender pelo Espírito (ver D&C 50:13–21).





O Livro de Mórmon declara: “O pregador não era melhor que o ouvinte *nem o mestre melhor que o discípulo; e assim eram todos iguais*” (Alma 1:26; grifo do autor).

Seguem-se algumas sugestões do que podemos fazer para sentir a alegria resultante do cumprimento de nosso papel no aprendizado e na aplicação prática do evangelho.

### O Aprendizado no Lar *Estudo das Escrituras*

Todo membro é responsável por seu próprio aprendizado do evangelho. Não podemos delegar essa responsabilidade. A maior parte do aprendizado vem por meio do estudo assíduo das escrituras. O Presidente Harold B. Lee (1899–1973) declarou: “Se não lermos as escrituras diariamente, nosso testemunho se enfraquecerá”.<sup>2</sup> O Apóstolo Paulo observou que os judeus de Bereia eram “mais nobres do que os que estavam em Tessalônica, porque de bom grado receberam a palavra” e depois relatou o motivo dessa receptividade: “[*Examinavam*] *cada dia nas escrituras*” (Atos 17:11; grifo do autor).

O estudo diário das escrituras é um ingrediente essencial de nossa espiritualidade. Nada mais pode compensar plenamente sua ausência em nossa rotina cotidiana. Por esse motivo, o estudo das escrituras deve ocorrer em um horário deliberadamente reservado, e não aquele que sobra.

Alguns podem dizer: “Mas não tenho tempo para o estudo diário das escrituras em meio a todos os meus outros deveres na vida”. Essa declaração se parece um pouco com a história dos dois lenhadores que realizaram uma competição para ver quem cortava mais árvores num único dia. A competição teve início com o raiar do sol. A cada hora, o homem mais franzino saía da floresta por uns dez minutos. Toda vez que fazia isso, o oponente sorria e balançava a cabeça, certo de que estava à frente. O homem maior nunca largava seu posto, nunca parava de cortar, nunca fazia uma pausa.

Quando o dia terminou, o homem mais forte ficou chocado ao saber que seu oponente, que aparentemente desperdiçava muito tempo, tinha cortado muito mais árvores que ele. “Como conseguiu isso, com tantas pausas?”, perguntou ele.

O vencedor respondeu: “Ah, eu estava afiando meu machado”.

Toda vez que estudamos as escrituras, estamos afiando nosso machado espiritual. E o aspecto milagroso é que, quando o fazemos, conseguimos usar o restante do tempo com mais sabedoria.

### **Preparar com Antecedência**

Há estudos que mostram que somente uma minoria dos membros da Igreja lê com antecedência as escrituras que serão abordadas nas aulas de domingo. Cada um de nós pode ajudar a reverter essa situação.





Podemos cumprir nossa parte da experiência de aprendizado indo para a aula mais bem preparados, tendo lido as escrituras e prontos para compartilhar pontos de vista. Nossa preparação pode ser uma dádiva espiritual que concedemos a todos os outros alunos.

## Aprendizado em Sala de Aula

### Participar da Aula

O mandamento de abrir a boca (ver D&C 60:2–3) não se aplica somente a um contexto missionário, mas também em sala de aula. Quando participamos, propiciamos a presença do Espírito, que pode então prestar testemunho da veracidade de nosso comentário e iluminar-nos a mente com outras conclusões. Além disso, nossa participação pode inspirar os pensamentos de outra pessoa e assim incentivá-la a contribuir.

Desse modo, estamos seguindo o princípio de ensino explicado pelo Senhor:

“Cada um fale a

seu tempo e todos ouçam suas palavras, para que quando todos houverem falado, *todos sejam edificados por todos*” (D&C 88:122; grifo do autor). Às vezes, não é fácil participar da aula. Isso exige que saíamos de nossa zona de conforto. Mas isso faz toda a classe crescer mais.

### Registrar as Impressões

Por algum tempo, eu levava cartões de papel em branco para a Igreja e procurava explicações de doutrina e impressões espirituais para anotar. Posso dizer honestamente que as recompensas foram generosas. Essa prática mudou minha perspectiva, tem acelerado e concentrado meu aprendizado e aumentado meu entusiasmo em frequentar a igreja.

Por que é tão importante anotar as experiências espirituais que temos na igreja e em outros lugares? Suponha, por exemplo, que uma mãe esteja falando a seu filho adolescente e em dado momento ele diga: “Mãe, que conselho ótimo!” Então ele pega um caderno e começa a anotar as impressões que teve a partir da conversa. Assim que a mãe se recuperasse do choque, não acha que lhe daria outros conselhos?

Sem dúvida o mesmo princípio se aplica aos conselhos de nosso Pai Celestial. Quando anotamos as impressões que Ele nos dá, é bem mais provável que nos revele mais coisas. Além disso, muitas impressões que recebemos podem a princípio parecer pequenas sementes de reflexão, mas, se as nutirmos e ponderarmos a respeito delas, podem crescer até se tornarem grandes árvores espirituais.

O Profeta Joseph Smith falou sobre a importância de anotarmos conclusões e impressões: “Se vocês (...) continuarem a discutir questões importantes (...) e deixarem de anotá-las, (...) talvez por negligência em escrever essas coisas quando Deus as revelar para vocês, não as considerando suficientemente valiosas, o Espírito pode se afastar (...), e ali está, ou estava, um vasto conhecimento, de infinita importância, que agora se perdeu”.<sup>3</sup>

### A Alegria do Aprendizado

O aprendizado é bem mais que um dever divino. Também deve ser uma alegria sublime.



Em certa ocasião, um rei pediu ao antigo matemático Arquimedes que verificasse se a nova coroa real era de ouro puro ou se o ourives havia desonestamente substituído parte do ouro por prata. Arquimedes meditou sobre a solução, e finalmente a resposta veio. Ele ficou tão extasiado com a descoberta que, segundo conta

a lenda, correu pela cidade gritando: “Eureka! Eureka!” — que significa: “Já sei! Já sei!”

Por maior que tenha sido a alegria dele ao descobrir um princípio científico, há uma alegria muito maior ao descobrirmos as verdades do evangelho de Jesus Cristo: as quais não apenas nos informam, mas também nos salvam. Por esse motivo, o Salvador disse: “Tenho-vos dito essas coisas, para que (...) a vossa alegria seja completa” (João 15:11). E por esse motivo, “os filhos de Deus [jubilaram]” (Jó 38:7) quando tomaram conhecimento do Plano de Salvação. Assim como as sementes têm o inerente poder de crescer, da mesma forma as verdades do evangelho têm o inerente poder de proporcionar alegria.

Não é apenas um mandamento divino “procurar conhecimento” (D&C



88:118), mas também uma atividade divina. Toda vez que estudamos as escrituras, vamos para a aula um pouco mais bem preparados, participamos dos debates em sala de aula, fazemos perguntas e anotamos impressões sagradas, tornamo-nos mais semelhantes a Deus, aumentando assim nossa capacidade de sentir a alegria que Ele sente.

Que nos esforcemos para nos tornar alunos mais comprometidos e divinos — em casa, em sala de aula e onde quer que estivermos. Ao fazê-lo, sentiremos a sublime alegria resultante de aprendermos e vivermos o evangelho de Jesus Cristo. ■

#### NOTAS

1. Uma história semelhante foi contada pelo Élder D. Todd Christofferson na Conferência Geral de outubro de 2014.
2. Harold B. Lee, seminário de representantes regionais, 12 de dezembro de 1970.
3. Joseph Smith, *History of the Church*, vol. 2, p. 199.

## UMA Atividade Divina



## DE Busca de Conhecimento



Toda vez que estudamos as escrituras, vamos para a aula um pouco mais bem preparados, participamos dos debates em sala de aula, fazemos perguntas e anotamos impressões sagradas, tornamo-nos mais semelhantes a Deus, aumentando assim nossa capacidade de sentir a alegria que Ele sente.

# As Criancinhas E O Sacramento

*Nossos filhos pequenos sentiram que o sacramento era importante para nós. Poderíamos ter feito mais para ajudá-los a ver que também era importante para eles.*

Aaron L. West

Já se perguntou por que permitimos que as crianças não batizadas tomem o sacramento? Será que é apenas para evitar os inevitáveis gritos e contorções quando eles querem um pedaço de pão? Será que é apenas para facilitar a administração da ordenança, para manter a paz?

Não penso assim. Acredito que há motivos mais profundos. Creio que é porque acreditamos que quando diz “todos”, Jesus quer dizer todos. E quando Ele fala a uma multidão, não exclui ninguém.

Quando o Salvador ressuscitado apresentou o sacramento a Seu povo nas Américas, enfatizou que a ordenança tinha um significado especial para os que tinham sido batizados.<sup>1</sup> Mesmo assim, ordenou a Seus discípulos “que dessem [o sacramento] à *multidão*”.<sup>2</sup> Essa multidão incluía “criancinhas”.<sup>3</sup>

Quando os portadores do sacerdócio de hoje proferem as orações sacramentais, pedem ao Pai Celestial que abençoe e santifique o pão e a água “para as almas de *todos*

os que partilharem”.<sup>4</sup> Todos. Cada pessoa que partilhar — inclusive cada criança.

Se ao partilhar do pão e da água as crianças recebem esses emblemas como uma bênção para sua alma pura,



deve haver um meio de ajudá-las a descobrir significado na ordenança.

Com esse entendimento, relembro os dias em que meus filhos eram pequenos. Minha mulher e eu nos saímos muito bem na tarefa de mantê-los quietos durante a administração do sacramento. Creio que sentiram que o sacramento era importante para nós. Mas poderíamos ter feito mais para ajudá-los a ver que também era importante para *elas*.

O que poderíamos ter feito? Poderíamos ter lembrado que as criancinhas são capazes de cumprir as promessas feitas na oração sacramental. Elas podem entender a seu próprio modo, pequeno, porém vigoroso, o que significa “sempre lembrar-se” de Jesus. Podem prometer “guardar Seus mandamentos”. Podem até mostrar que estão “dispostas a tomar sobre si o nome” de Cristo, sabendo que em breve terão esse privilégio quando forem batizadas e confirmadas.<sup>5</sup>

Mas e o que dizer da renovação de convênios? Os líderes da Igreja ensinaram que, quando tomamos o sacramento, renovamos todos os convênios que fizemos com o Senhor.<sup>6</sup> As criancinhas não têm nenhum convênio a renovar.

Penso novamente na época em que nossos filhos eram pequenos. Não podíamos tê-los ajudado a lembrar seus convênios, mas poderíamos tê-los ajudado a ansiar por eles. Imagino-me com um filho pequeno numa manhã do Dia do Senhor:

“Quando você fizer 8 anos”, digo, “será batizado e receberá o dom do Espírito Santo. Fará um convênio. O convênio

que você vai fazer *naquele dia* será como as promessas que faz *agora* ao tomar o sacramento.

Quando eu tomar o sacramento hoje, vou renovar meus convênios batismais, como se eu estivesse fazendo essas promessas de novo. Você estará lá comigo, mas não vai renovar um convênio. Ainda não o fez. Em vez disso, pode *praticar* como será fazer um convênio. Toda vez que tomar o sacramento, você pode preparar-se para ser batizado e confirmado. Desse modo, estará pronto quando fizer 8 anos”.

Se parecer estranho usar a palavra *praticar* desse modo, pense no seguinte: num ambiente de reverência, o pai pode ajudar os filhos a prepararem-se para a ordenança do batismo mostrando-lhes como ficarão de pé juntos na água e dizendo quais serão as palavras da oração batismal. Ele não realiza a ordenança nessa ocasião. De certa forma, ajuda seus filhos a praticarem. Desse modo, eles não ficarão preocupados com o que vai acontecer quando entrarem nas águas do batismo. Creio que as mães e os pais também podem ajudar os filhos a praticar como fazer e guardar o convênio batismal. Toda reunião sacramental pode ser uma sagrada sessão prática para as criancinhas quando partilham os emblemas da Expição do Salvador.

E assim volto para minha pergunta original. Por que permitimos que as criancinhas não batizadas tomem o sacramento? Será que é apenas para “manter a paz”? É claro que não! Ajudamos nossos filhinhos a partilhar o sacramento para que se lembrem do Salvador e tenham a paz Dele — uma paz diferente de tudo o que o mundo pode oferecer.<sup>7</sup> Nós os ajudamos a preparar-se para receber essa paz em abundância muitíssimo maior no futuro, quando farão e cumprirão convênios com Ele. ■

*O autor mora em Utah, EUA.*

#### NOTAS

1. Ver 3 Néfi 18:5, 11.
2. 3 Néfi 18:4; grifo do autor.
3. Ver 3 Néfi 17:21–25; 18:1–4.
4. Doutrina e Convênios 20:77, 79; grifo do autor.
5. Doutrina e Convênios 20:77.
6. L. Tom Perry, “Ao Tomar o Sacramento”, *A Liahona*, maio de 2006, p. 41.
7. Ver João 14:27.





# ENTENDER O Suicídio

## SINAIS DE ALERTA E PREVENÇÃO

**Kenichi Shimokawa, Ph.D.**

Serviços Familiares SUD, Escritório do Japão

Quando Kevin tinha 16 anos, seus pais se divorciaram. Nessa mesma época, ele parou de usar seu medicamento para epilepsia, que vinha ajudando a estabilizar seu estado de humor. Sem saber que tinha distúrbio bipolar, começou a sofrer de paranoia, hiperexcitabilidade debilitante e severa depressão. Os medicamentos não pareciam ajudar. Chegou a ponto de sentir-se tão cansado de tudo que decidiu dar fim à vida, sem dar às pessoas sinais de suas intenções.

Kevin conta como foi o dia em que tentou tirar a própria vida: “Eu estava chorando. Simplesmente me sentia exausto, emocionalmente esgotado. Ficava apenas olhando para as pessoas, querendo que alguém, quem quer que fosse, perguntasse: ‘Você está bem?’ Por mais que quisesse isso, ficava ouvindo vozes [na mente] dizendo: ‘Você tem que morrer’. (...) O tempo todo eu implorava a mim mesmo que não [deixasse isso acontecer], mas as vozes eram fortes demais, eu simplesmente não conseguia lutar contra elas”.<sup>1</sup>

Tragicamente, ninguém percebeu sua aflição. Convencido de que ninguém se importava com ele, fez a tentativa — porém milagrosamente sobreviveu.

Será que conseguimos ao menos em parte perceber a esmagadora aflição e o desespero que ele sentia, seu silencioso grito de socorro?

O suicídio é uma das provações mais difíceis da mortalidade, tanto para os que sofrem com pensamentos suicidas quanto para os familiares. O Élder M. Russell Ballard, do Quórum dos Doze Apóstolos, declarou: “A meu ver, não há momento mais difícil para uma família do que quando um ente querido tira a própria vida. O suicídio é algo devastador para a família”.<sup>2</sup> Levando em conta a grave natureza dessa provação, vamos abordar (1) o que sabemos sobre o suicídio, inclusive seus sinais de alerta e as

coisas que podemos fazer para ajudar a preveni-lo; (2) o que os familiares e a comunidade podem fazer; e (3) o que todos precisamos fazer para fortalecer nossa esperança e fé em Cristo para que não entremos em desespero.

### Entender o Suicídio

Mais de 800 mil pessoas dão fim à vida por meio do suicídio a cada ano no mundo todo.<sup>3</sup> Isso significa que alguém no mundo está tirando a própria vida a cada 40 segundos. O número real é provavelmente ainda maior porque o suicídio é uma questão delicada e ilegal em alguns países, o que, portanto, faz com que deixe de ser relatado. O suicídio é a segunda principal causa de morte entre as pessoas de 15 a 29 anos de idade. Na maioria dos países, os índices de suicídio mais elevados se encontram entre as pessoas com mais de 70 anos de idade. Direta ou indiretamente, o suicídio afeta um grande segmento de nossa sociedade.

### Sinais de Alerta

Quando os problemas da vida parecem superar nossa capacidade de lidar com eles, podemos sentir extremo estresse. Quando a perturbação emocional parece insuportável, o raciocínio da pessoa pode tornar-se obscuro e levá-la a sentir que a morte é a única opção. A pessoa talvez sinta que ninguém pode ajudá-la, o que pode resultar

*Como Alma ensinou, precisamos “[estar] dispostos a carregar os fardos uns dos outros, para que fiquem leves; (...) chorar com os que choram; sim, e consolar os que necessitam de consolo”.*

em isolamento social e agravar ainda mais o sofrimento e o sentimento de estar num beco sem saída, o que por fim a leva a achar que o suicídio é sua única opção.

Quando alguém mostrar *qualquer* destes graves sinais de alerta,<sup>4</sup> temos imediatamente que buscar a ajuda de um profissional de saúde mental ou de um serviço de emergência, como a polícia:

- Ameaçar ferir-se ou matar-se
- Procurar meios ou maneiras de matar-se
- Conversar ou escrever a respeito de morte, morrer ou suicídio

Os seguintes sinais podem representar uma situação menos urgente, porém não devemos hesitar em estender a mão e obter ajuda para a pessoa que exibir qualquer um deles:

- Expressar desesperança e falta de propósito para viver
- Demonstrar raiva ou ira ou buscar vingança
- Comportar-se de modo temerário
- Sentir-se preso numa armadilha
- Aumentar o uso de bebidas alcoólicas ou drogas
- Isolar-se de amigos, dos familiares ou do convívio social
- Ter sentimentos de ansiedade ou agitação ou mudanças bruscas de humor
- Ter dificuldade para dormir ou dormir o tempo todo
- Ter o sentimento de ser um fardo para os outros

Nem todos os que tentam cometer suicídio dão às pessoas indícios de suas intenções, mas a maioria exibe sinais de alerta como esses. Por isso, leve esses sinais a sério!

Mesmo que não haja auxílio profissional prontamente disponível, a influência de amigos e familiares que realmente se importam pode ser determinante.

### Prevenção

Quando uma pessoa apresenta tendências suicidas, os familiares e amigos desempenham um papel vital. Como Alma ensinou, precisamos “[estar] dispostos a carregar os fardos uns dos outros, para que fiquem leves; (...) chorar com os que choram; sim, e consolar os que necessitam de consolo” (Mosias 18:8, 9).



Aqui estão algumas coisas úteis que os familiares e amigos podem fazer:

*Estenda a mão e ouça com amor.* Conforme aconselhou o Élder Ballard: “Nada há mais poderoso do que um braço amoroso que pode ser colocado ao redor daqueles que se debatem”.<sup>5</sup> “Devemos vê-los pelos olhos (...) do Pai Celestial”, ensinou o Élder Dale G. Renlund, do Quórum dos Doze Apóstolos. “Só então poderemos sentir a preocupação e o cuidado que o Salvador tem por eles. (...) Essa perspectiva expandida abrirá nosso coração aos desapontamentos, medos e sofrimentos de outras pessoas.”<sup>6</sup>

*Ajude com coisas concretas.* Se a pessoa estiver passando por uma crise que afeta sua segurança e suas necessidades básicas, ofereça ajuda tangível, mas deixe a pessoa decidir se vai aceitá-la ou não. Por exemplo: se alguém se tornar suicida por ter perdido o emprego, ajude-o a encontrar trabalho dando-lhe opções para ele escolher,

livrando-o do sentimento de estar num beco sem saída.

*Pergunte se está pensando em suicídio.* Quando estiver preocupado com alguém aflito que exhibe sinais de alerta de suicídio, pergunte se ele está pensando em suicidar-se. Isso pode causar desconforto, mas é melhor descobrir por meio de uma pergunta direta se ele está pensando em suicidar-se. Isso pode fazer com que ele se abra e converse sobre seus problemas e suas preocupações.

Exemplos de perguntas poderiam ser: “Isso parece ser difícil demais de suportar. Está pensando em suicídio?” ou “Com toda a dor que você está sofrendo, já chegou a pensar em suicídio?” Se ele não for suicida, é provável que o dê a conhecer.

Se você sentir que ele não está se abrindo com você em relação a seus pensamentos suicidas, mantenha-se próximo dos sussurros do Espírito para saber o que fazer. Pode ser



que seja inspirado a simplesmente permanecer com ele até que se abra com você.

*Permaneça com ele e consiga ajuda.*

Se alguém lhe der a entender que é suicida, fique com ele e faça com que ele converse com você sobre as coisas que o perturbam. Se ele falar de métodos específicos ou de quando pretende suicidar-se, ajude-o a contatar uma linha direta de prevenção ao suicídio ou o serviço de emergência psiquiátrica local.

#### **Reações a um Suicídio**

Quer exibam sinais de alerta ou não, algumas pessoas tiram a própria vida. Quando se deparam com o trauma devastador do suicídio de um ente querido, os familiares e amigos geralmente passam por um profundo, intenso e complexo sofrimento. Algumas das reações podem incluir o seguinte:

- Ter vergonha ou sentir-se estigmatizado
- Passar por um estado de choque e descrença
- Sentir raiva, alívio ou culpa
- Ocultar a causa da morte
- Isolar-se socialmente e romper relacionamentos familiares
- Envolver-se de modo ativo e até obsessivo em atividades de prevenção de suicídio
- Apresentar o desejo incontrolável de entender o motivo
- Sentir-se abandonado ou rejeitado
- Culpar o falecido, a si mesmo, a outras pessoas e a Deus
- Ter mais pensamentos suicidas ou sentimentos de autodestruição
- Passar por maior estresse nas datas festivas e no aniversário do falecimento<sup>7</sup>

## O Que os Familiares e a Comunidade Podem Fazer

*Abster-se de julgar.* Embora o suicídio seja uma questão séria, o Élder M. Russell Ballard nos lembra: “Obviamente, não conhecemos todas as circunstâncias que envolvem todos os suicídios. Somente o Senhor conhece todos os detalhes e é Ele quem julgará nossas ações aqui na Terra. Quando [o Senhor] nos julgar, sinto que levará tudo em consideração: nossa composição genética e química, nosso estado mental, nossa capacidade intelectual, os ensinamentos que recebemos, as tradições de nossos pais, nossa saúde e assim por diante”.<sup>8</sup>

*Permitir e respeitar o processo de luto exclusivo de cada pessoa.* As pessoas vivenciam o luto de maneiras diferentes, da mesma forma que seu relacionamento com a pessoa falecida difere do de todas as outras pessoas. Portanto, reconheça e honre a maneira como cada pessoa vivencia o luto.

Quando perdemos entes queridos, emoções fortes e até esmagadoras podem nos dominar. O sentimento de luto, porém, não significa falta de fé. O Salvador disse: “Juntos vivereis em amor, de modo que chorareis a perda dos que morrerem” (D&C 42:45). O luto é um sinal de amor por nossos entes queridos falecidos e do quanto aquele relacionamento significava para nós.

*Pedir ajuda.* Ao vivenciar o luto, as coisas podem parecer demasiado pesadas. Ao pedir ajuda, você pode proporcionar oportunidades sagradas para que outros o amem e o sirvam. Ao permitir que essas pessoas o ajudem, isso pode ser algo benéfico e fortalecedor não só para você, mas para elas também.

*Manter-se conectado.* Algumas pessoas vivenciam o luto em particular e às vezes podem isolar-se, por isso mantenha-se conectado a seus familiares e amigos. Estenda a mão periodicamente para seus familiares, parentes e amigos em luto e ofereça ajuda, porque eles talvez não o procurem.

*Confiar no Salvador.* Em última análise, o Salvador é a fonte de cura e paz. “Sua Expição (...) nos dá a oportunidade de recorrer a Ele, que já experimentou todas as nossas enfermidades mortais, para que nos cure e nos dê força para suportar os fardos da mortalidade. Ele conhece nossas angústias e está sempre pronto a ajudar-nos. Como o bom samaritano, quando Ele nos encontrar feridos à

beira do caminho, atará nossas feridas e cuidará de nós (ver Lucas 10:34).”<sup>9</sup>

Reconheçamos que todos precisamos confiar completamente no Senhor Jesus Cristo e em Sua Expição ao procurarmos fazer nossa parte. Nesse humilde reconhecimento, procuremos compreender nossos familiares e vizinhos aflitos, estender a mão para eles com amor e cultivar juntos mais fé e confiança no Salvador, que retornará e “enxugará de seus olhos toda lágrima; e não haverá mais morte, nem pranto, nem clamor, nem dor” (Apocalipse 21:4). ■

### NOTAS

1. Kevin Hines, em Amanda Bower, “A Survivor Talks About His Leap”, *Time*, 24 de maio de 2006, Time.com.
2. M. Russell Ballard, em Jason Swenson, “Elder Ballard Offers Comfort and Counsel to Those Affected by Suicide”, *Church News*, 19 de dezembro de 2014, news.LDS.org.
3. Ver World Health Organization, *Preventing Suicide: A Global Imperative*, 2014, p. 2.
4. Ver M. David Rudd e outros, “Warning Signs for Suicide: Theory, Research, and Clinical Applications”, *Suicide and Life-Threatening Behavior*, vol. 36, n° 3, 2006, pp. 255–262.
5. M. Russell Ballard, em “Sitting on the Bench: Thoughts on Suicide Prevention” (vídeo), LDS.org/media-library.
6. Dale G. Renlund, “Pelos Olhos de Deus”, *A Liahona*, novembro de 2015, p. 94.
7. Ver John R. Jordan, “Is Suicide Bereavement Different? A Reassessment of the Literature”, *Suicide and Life-Threatening Behavior*, vol. 31, n° 1, 2001, pp. 91–102.
8. M. Russell Ballard, “Suicídio: Algumas Coisas Que Sabemos, e Outras Que Não Sabemos”, *A Liahona*, março de 1988, p. 18.
9. Dallin H. Oaks, “Fortalecidos pela Expição de Jesus Cristo”, *A Liahona*, novembro de 2015, p. 64.

### LEITURAS RECOMENDADAS

Jeffrey R. Holland, “Como um Vaso Quebrado”,  
*A Liahona*, novembro de 2013, p. 40.

Dieter F. Uchtdorf, “A Esperança da Luz de Deus”,  
*A Liahona*, maio de 2013, p. 70.

Shayne M. Bowen, “Porque Eu Vivo, e Vós Vivereis”,  
*A Liahona*, novembro de 2012, p. 15.

# Palavras Proféticas

## EM UM Local

# Inesperado

*Uma revista abandonada mudaria  
a vida de Oscar Castro para sempre.*

**Colette Lindahl**

O dia em que a esposa de Oscar o abandonou com seus dois filhos pequenos foi o mais duro de sua vida. Muitas decisões precisavam ser tomadas. Ele estivera procurando emprego e agora precisava de um novo lugar para morar. Parecia que sua vida estava arruinada. Pensava em simplesmente desistir de tudo e o teria feito se não fosse por seus dois belos filhos.

Em San Juan, Argentina, não havia muitas casas para alugar na faixa de preço que Oscar podia pagar. Mas uma casinha que ficava num bairro seguro acabara de ser desocupada por um grupo de rapazes, e assim Oscar a alugou e se preparou para começar vida nova com os filhos.

Na nova casa, algumas revistas e livros estavam largados pelo chão, e depois de trabalhar o dia inteiro limpando e arrumando as coisas, Oscar se sentou e pegou uma das revistas para ler. Por algum motivo, a capa o deixou curioso. Embaixo do título, *A Liahona*, havia a gravura de um homem idoso de pé numa torre discursando para as pessoas. O homem o fez lembrar das gravuras dos profetas bíblicos.

Oscar abriu a revista e começou a ler: “Todos sabemos que devemos dizer a nossos entes queridos que os amamos. Mas o que sabemos nem sempre se manifesta no

que fazemos”.<sup>1</sup> Oscar pensou nas palavras ásperas tantas vezes trocadas entre ele e a mulher. Ele queria ensinar seus filhos a serem melhores do que aquilo. Oscar continuou a ler a revista e começou a sentir a esperança crescer dentro dele. Antes do fim da semana, tinha lido todos os artigos e queria saber mais.

Um mês depois, dois missionários estavam caminhando pelo bairro de Oscar. Oscar foi falar com eles e perguntou se eram missionários santos dos últimos dias e quanto lhe custaria adquirir mais algumas daquelas revistas da Igreja. Os élderes disseram que custaria apenas 20 minutos do tempo dele.

No dia seguinte, os dois missionários foram visitar a casa de Oscar. Oscar lhes contou sobre a mudança e sobre os velhos livros, revistas e folhetos encontrados que o levaram a conhecer a Igreja. Explicou que o primeiro artigo que leu se relacionava diretamente com sua vida naquele momento. Ele já sabia da importância da família e queria saber mais sobre a noite familiar e a oração em família. Relatou aos élderes o que mais havia aprendido a respeito da Igreja, inclusive sobre o Profeta Joseph Smith e a Restauração do evangelho.

Encarou os élderes com toda a sinceridade e disse as palavras que todo missionário anseia ouvir: “Acredito



que Joseph Smith foi um Profeta de Deus”. Os élderes o convidaram a ser batizado e, com lágrimas nos olhos, Oscar aceitou. Algumas semanas depois, Oscar Castro foi batizado e confirmado membro da Igreja.

O Senhor havia preparado Oscar, e seu espírito estava contrito e pronto para aprender e crescer. Naquele memorável dia da mudança, o espírito das mensagens da edição da conferência geral da revista *A Liahona* tocou o coração de Oscar. Os antigos moradores da casa não sabiam qual

seria o efeito de ali deixarem algumas revistas da Igreja, mas as mensagens do evangelho encontradas naquelas revistas se tornaram uma importante ferramenta missionária. Ao conduzirem-no para as verdades que ele buscava, elas mudaram a vida de Oscar para sempre. ■

*A autora morou na Argentina enquanto o marido servia como presidente de missão.*

**Oscar Castro foi batizado e confirmado após encontrar uma edição da conferência geral da revista *A Liahona* na casa para a qual se mudou.**

**NOTA**

1. David A. Bednar, “Mais Diligentes e Interessados em Casa”, *A Liahona*, novembro de 2009, p. 17.





À medida que sua família participar da compilação de registros, do processo de cura no coração das pessoas e do selamento de familiares, vocês e sua posteridade serão abençoados para todo o sempre.

A história de A Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias é uma história a respeito de famílias. Quando digo *famílias*, não me refiro a nosso conceito moderno de mãe, pai e filhos.

Uso o termo do modo que o Senhor o utiliza, como sinônimo de *parentela*, *clã*, *tribo* ou *múltiplas gerações de uma família*, porque todos têm uma família. O plano de nosso Pai Celestial para Seus filhos centraliza-se nesse tipo de família — com filhos que se beneficiam da força de antepassados de muitas gerações passadas e pais que procuram abençoar sua posteridade por gerações no porvir.

Nesse sentido, o Livro de Mórmon também conta histórias de famílias. Ao lermos essas histórias, descobrimos que as famílias não mudaram muito ao longo dos séculos. Mesmo aqueles que viveram em outra época e outro lugar são muito semelhantes a nós — e o desejo de Deus de que Seus filhos vivam em uma família feliz e eterna não mudou.

Por que o Senhor preservou o registro dessas histórias? O que Ele queria que aprendêssemos com elas? Será que elas contêm lições que podem nos ajudar em nosso empenho de reunir, curar e selar nossa família?

### Uma Lição Deixada por Leí

Creio que a primeira família do Livro de Mórmon — a família de Leí — tem uma vigorosa lição para nós que talvez não tenhamos notado. A família de Leí pode ensinar-nos muito sobre registros familiares — por que são importantes para o Senhor e por que devem ser importantes para nós.

Quando a história começa, Leí e Saria estão criando suas filhas e quatro filhos em Jerusalém, levando uma vida relativamente confortável naquela grande cidade. A vida deles mudou para sempre quando o Senhor ordenou que Leí levasse sua família para o deserto.

Leí obedeceu, e ele e a família deixaram suas posses materiais para trás e se aventuraram pelo deserto. Após viajarem por certo tempo, Leí disse a seu filho Néfi:

“Eis que sonhei um sonho, no qual o Senhor me ordenou que tu e teus irmãos *voltásseis* a Jerusalém.

Pois eis que Labão possui o registro dos judeus e também uma genealogia de meus antepassados; e eles estão gravados em placas de latão” (1 Néfi 3:2–3; grifo do autor).

Devido a esse mandamento, nossa família é abençoada com esta grandiosa declaração de fé e obediência de Néfi: “Eu irei e cumprirei as ordens do Senhor, porque sei que o Senhor nunca dá ordens aos filhos dos homens sem antes preparar um caminho pelo qual suas ordens possam ser cumpridas” (1 Néfi 3:7).

As placas de latão eram um registro. Continham as escrituras, mas também a história da família de Leí. O Senhor sabia como seria importante preservar aquele registro por muitas gerações futuras.

Já pararam para pensar por que o Senhor não ordenou que Leí, em vez de seus filhos, voltasse para buscar o registro? Ele era o patriarca da família. O Senhor concedeu a visão a *ele*. Será que Leí não teria muito mais influência sobre Labão do que seus filhos?

Não sabemos por que o Senhor ordenou que os filhos de Leí retornassem a Jerusalém, mas sabemos que tiveram muita dificuldade para cumprir o que o Senhor lhes pedira. A tarefa foi difícil e pôs à prova sua fé. Eles aprenderam valiosas lições que lhes seriam muito úteis ao longo de sua jornada no deserto. Talvez o mais importante seja que eles aprenderam que, quando o Senhor ordena, realmente provê um meio.

Podemos nos perguntar: O que o Senhor quer que nossos filhos e nossas filhas aprendam ao “retornarem” para obter nossos registros familiares? De que modo Ele está lhes provendo um meio? Há experiências pessoais que Ele deseja que eles tenham? Será que os estamos convidando a ter essas experiências? Que bênçãos Ele espera dar aos nossos filhos e às nossas filhas por meio do trabalho do templo e da história da família?



*O Senhor queria que a família de Leí tivesse aqueles registros. Eles deram a seus descendentes um senso de identidade.*

Quando Néfi e seus irmãos voltaram para a tenda de seu pai, Leí “tomou os registros que estavam gravados nas placas de latão e examinou-os desde o princípio”. Ali ele encontrou “os cinco livros de Moisés”, “as profecias dos santos profetas” e “uma genealogia de seus pais; soube, portanto, que ele descendia de José (...) que fora vendido no Egito”. E quando Leí “viu todas essas coisas, encheu-se do Espírito” (1 Néfi 5:10, 11, 13, 14, 17).

Leí então ensinou a sua família o que havia aprendido nas placas. Pode-se dizer que sua tenda se tornou um centro de história da família e aprendizado — assim como deve ser nosso lar.

É fácil ver por que o Senhor queria que a família de Leí tivesse aqueles registros. Eles deram a seus descendentes um senso de identidade, ligando-os a patriarcas fiéis do passado e plantando no coração deles “as promessas feitas aos pais” (D&C 2:2; Joseph Smith—História 1:39). Aqueles registros eram tão importantes para a fé das gerações ainda não nascidas que o Espírito advertiu a Néfi que, sem elas, toda uma “nação [degeneraria] e [pereceria] na incredulidade” (1 Néfi 4:13).

O que aconteceu com outro povo do Livro de Mórmon mostra o quanto é verdade que, quando os registros são perdidos, a verdade é perdida, e os resultados para as gerações futuras podem ser desastrosos.

Os mulequitas saíram de Jerusalém aproximadamente na mesma época que a família de Leí. Mas, ao contrário da família de Leí, “nenhum registro tinham trazido consigo”. Na época em que Mosias os descobriu, cerca de 400 anos depois, “seu idioma corrompera-se; (...) e negavam a existência de seu Criador” (Ômni 1:17). Eles tinham perdido sua identidade como um povo do convênio.

Mosias ensinou seu idioma aos mulequitas para que pudessem aprender com os registros que ele possuía. Consequentemente, os mulequitas passaram por uma transformação, deixando de ser uma sociedade problemática sem Deus para tornar-se uma sociedade que compreendia o plano de felicidade que Deus tinha para eles — e as respectivas famílias.

## Retornar com Sua Família

O conhecimento de quem somos em relação a Deus e uns para com os outros muda o modo pelo qual pensamos, agimos e tratamos as pessoas. Os registros são uma peça fundamental de nossa identidade e perspectiva. Quando olhamos para trás, isso nos prepara para seguirmos adiante.

Pais, vocês convidaram sua família a “retornar”? Será que sua família foi separada de seus registros — ou uns dos outros — de uma ou outra forma? Será que os laços de sua família que unem o presente ao passado foram rompidos? O que aconteceu em sua história da família para causar essa separação? Será que foi a imigração, os conflitos familiares, a conversão ao evangelho ou a simples passagem do tempo? Vocês recentemente procuraram encontrar seus antepassados no FamilySearch.org?

A casa de Israel tinha sido dispersa, e em muitos aspectos isso inclui a dispersão de nossa família e de nossos registros. Temos a responsabilidade de reuni-los e, quando necessário, curar as feridas da separação. Ao buscarmos diligentemente voltar o coração de nossos filhos a seus pais, nosso próprio coração também se voltará a nossos filhos<sup>1</sup> e descobriremos juntos a paz e a cura resultantes desse trabalho (ver D&C 98:16).

Assim como Leí enviou seus filhos de volta a Jerusalém para buscar os registros sagrados, enviemos nossos filhos de volta para buscar os nossos registros familiares. Assim como o Senhor proveu um meio para Néfi, proveu a Internet e outras tecnologias que permitirão que nossos filhos reúnam e curem nossa família. E Ele proveu templos aos quais podemos levar os nomes que encontrarmos, tornando nossa reunião permanente por meio das ordenanças de selamento.

## Alegria no Deserto

Quando minha mulher, Sharol, e eu nos casamos, decidimos ter quatro filhos. O Senhor tinha um plano diferente. Deu-nos quatro filhas.

Viajamos com nossas filhas pelo deserto. Agora estão casadas e têm filhos e viajam pelo seu próprio deserto. Acaso foi tudo fácil ao longo do caminho? Não. Tivemos nosso quinhão de murmurações, e houve muitas dificuldades.

O deserto da vida pode ser bem árduo para as famílias. Quando as pessoas perguntam: “Como vão vocês e

a família?” Com frequência respondo: “Estamos num intervalo entre as crises no momento. Obrigado por perguntar”.

Mas há também momentos de verdadeira alegria ao longo do caminho. Como patriarcas e matriarcas, passamos muito tempo fortalecendo nossos filhos para o deserto. Os profetas de nossos dias prometeram que o trabalho de história da família proporciona “proteção (...) contra a influência do adversário”<sup>2</sup> e uma conversão “profunda e duradoura” ao Salvador.<sup>3</sup> Que meio poderoso de reunir, curar e selar nossa família!

Como patriarca de nossa família, pedi a minhas filhas que “retornassem” para *encontrar* os registros, *levar* os nomes ao templo e *ensinar* nossos netos. Pedi-lhes que procurassem saber de quem são descendentes ao participar de nossa história da família.

## Uma Promessa

Prometo que, se convidarem seus filhos a “retornar” e a encontrar seus registros familiares, juntos vocês “se [regozijarão] muito”, como Leí e Saria, e “[renderão] graças ao Deus de Israel”. Ao examinarem seus registros, vocês vão “[encher-se] do Espírito”, porque descobrirão que eles são “de grande valor; sim, de (...) grande valor”. E saberão que é “sábio para o Senhor que os [levem com vocês] enquanto [viajam] pelo deserto rumo à terra da promessa” (1 Néfi 5:9, 17, 21–22).

A Igreja está aqui para apoiar e fortalecer sua família nessa jornada. Prometo que, à medida que sua família participar da compilação de registros, do processo de cura no coração das pessoas e do selamento de familiares, vocês e sua posteridade serão abençoados para todo o sempre. ■

*Extraído do discurso “Gathering, Healing and Sealing Families” [Reunir, Curar e Selar Famílias], proferido na Conferência de História da Família RootsTech 2015, realizada em Salt Lake City, Utah, EUA, em 14 de fevereiro de 2015.*

### NOTAS

1. Para exemplos de como os registros contidos nas placas de latão proporcionaram cura à posteridade de Leí, ver Alma 37:8–10.
2. Richard G. Scott, “A Alegria de Redimir os Mortos”, *A Liahona*, novembro de 2012, p. 94.
3. Ver David A. Bednar, “O Coração dos Filhos Voltar-se-á”, *A Liahona*, novembro de 2011, p. 26.



### MAIS NA INTERNET

Dois apóstolos prometem bênçãos aos jovens que participarem do trabalho de história da família e do templo. Escaneie este código de resposta rápida (QR) ou acesse [LDS.org/go/1016059](https://LDS.org/go/1016059) para ver o vídeo.



# Amor

## VERSUS

## CONCUPISCÊNCIA

**Joshua J. Perkey**

Revistas da Igreja

### CONCUPISCÊNCIA.

Com certeza é uma palavra feia. A maioria de nós não quer nem pensar nisso, muito menos aprender a respeito. O termo evoca um sentimento sórdido, algo sombrio — sedutor, porém errado.

Há um bom motivo para isso. Se “o amor ao dinheiro é a raiz de todos os males” (1 Timóteo 6:10), então sem dúvida a concupiscência é sua aliada secreta. É algo vulgar e degradante. A concupiscência transforma pessoas, coisas e até ideias em objetos para possuir ou adquirir a fim de satisfazer um desejo. Mas, se já sabemos disso, por que precisamos conhecer mais a esse respeito?

Porque se entendermos realmente o que é a concupiscência, poderemos aprender a moldar nossos pensamentos, sentimentos e nossas ações para evitar manifestações da concupiscência. Isso vai nos levar a uma associação mais próxima com o Santo Espírito, que purifica nossos pensamentos e intentos e nos fortalece. E isso nos conduz a uma vida muito mais feliz e cheia de paz e alegria.

### Definição de Concupiscência

Tendemos a achar que concupiscência é basicamente ter sentimentos impróprios e intensos de atração física por outra pessoa, mas é possível sentirmos concupiscência ou cobiça por praticamente qualquer coisa: dinheiro, propriedades, objetos e, é claro, outras pessoas (ver Guia para Estudo das Escrituras, “Concupiscência”).

SE PUDERMOS ENTENDER MELHOR O QUE SIGNIFICA A CONCUPISCÊNCIA, PODEREMOS APRENDER A EVITÁ-LA E FAZER ESCOLHAS QUE NOS APROXIMEM DO SANTO ESPÍRITO.



## DEFINIÇÃO DE AMOR E CONCUPISCÊNCIA

O amor enobrece, a concupiscência degrada. O amor adota a verdade, a concupiscência mente. O amor edifica e fortalece, a concupiscência destrói e enfraquece. O amor é harmonioso, a concupiscência é discordante. O amor traz paz, a concupiscência traz conflito. O amor inspira, a concupiscência obscurece. O amor cura, a concupiscência debilita. O amor dá energia, a concupiscência consome. O amor ilumina, a concupiscência traz escuridão. O amor preenche e sustém, a concupiscência não satisfaz. O amor está intimamente ligado à promessa, a concupiscência tem no orgulho a sua morada.

A concupiscência compele a pessoa a procurar adquirir algo que é contrário à vontade de Deus. Engloba todos os sentimentos ou desejos que fazem com que uma pessoa se concentre em posses mundanas ou práticas egoístas — interesses pessoais, desejos, paixões e apetites — e não no cumprimento dos mandamentos de Deus.

Em outras palavras, desejar coisas contrárias à vontade de Deus ou desejar possuir coisas de modo contrário à Sua vontade é concupiscência, e isso resulta em infelicidade.<sup>1</sup>

### O Perigo da Concupiscência Sexual

Embora tenhamos sido alertados contra a concupiscência como uma forma de cobiça em geral, em seu contexto sexual, a concupiscência é particularmente perigosa. O Salvador advertiu: “Qualquer que olhar para uma mulher para a cobiçar, já em seu coração cometeu adultério com ela” (Mateus 5:28).

Os apóstolos antigos fizeram muitas admoestações contra a concupiscência nesse sentido. Como um único exemplo, o Apóstolo João disse: “Porque tudo o que há no mundo, a concupiscência da carne, a concupiscência dos olhos, e a soberba da vida, não é do Pai, mas é do mundo” (1 João 2:16; ver também versículo 17; Romanos 13:14; 1 Pedro 2:11).

E as advertências continuam em nossos dias.<sup>2</sup> O Élder Jeffrey R. Holland, do Quórum dos Doze Apóstolos, explicou: “Por que a [concupiscência] é um pecado tão ‘mortal’? Além do impacto espiritualmente destrutivo que tem sobre a alma, acho que é um pecado porque macula o mais elevado

e santo relacionamento que Deus nos concede na mortalidade: o amor que um homem e uma mulher sentem um pelo outro e o desejo que o casal tem de gerar filhos em uma família planejada para ser eterna”.<sup>3</sup>

Permitir que um desejo concupiscente germine tem sido a raiz de muitos atos pecaminosos. O que começa com uma olhada aparentemente inocente pode crescer até se tornar uma sórdida infidelidade, com todas as suas desastrosas consequências. Isso acontece porque a concupiscência afasta o Espírito Santo e nos deixa vulneráveis a outras tentações e vícios e à vontade do adversário.

As trágicas escolhas do rei Davi são um triste exemplo de como essa emoção pode ser poderosa e mortal. Davi viu por acaso Bate-Seba se banhando e a cobiçou. A concupiscência cedeu à ação, e ele mandou que ela fosse trazida até ele, e deitou-se com ela. Depois, numa tentativa equivocada de ocultar seu pecado, Davi ordenou que o marido de Bate-Seba fosse posicionado em batalha num lugar em que seria certamente morto (ver 2 Samuel 11). Como resultado, Davi perdeu sua exaltação (ver D&C 132:38–39).

A situação de Davi pode ser extrema, mas sem dúvida comprova um fato: a concupiscência é uma tentação poderosa. Quando cedemos a ela, isso pode fazer com que nos envolvamos em coisas que ninguém em sã consciência faria. O fato de ser tão insidiosa, tão facilmente suscitada e tão eficaz em tentar-nos a afastar-nos do Espírito Santo e fazer nossa vontade sucumbir a algo proibido a torna ainda mais perigosa. Ela pode





***A concupiscência engloba todos os sentimentos ou desejos que fazem com que uma pessoa se concentre em posses mundanas ou práticas egoístas e não no cumprimento dos mandamentos de Deus.***

ser desencadeada ao vermos pornografia, ouvirmos letras de música inadequadas ou nos envolvermos em intimidades impróprias. Ao mesmo tempo, os sentimentos concupiscentes podem induzir uma pessoa a procurar pornografia. Essa relação cíclica é extremamente poderosa e perigosa.<sup>4</sup>

A concupiscência de natureza sexual degrada e enfraquece todos os relacionamentos, incluindo o relacionamento pessoal com Deus. “E em verdade vos digo, como disse antes: Aquele que olhar para uma mulher para a cobiçar, ou se alguém em seu coração cometer adultério, não terá o Espírito, mas negará a fé e temerá” (D&C 63:16).

Como ensinou o Élder Richard G. Scott (1928–2015), do Quórum dos Doze Apóstolos: “A imoralidade sexual cria uma barreira à influência do Espírito Santo e toda Sua capacidade de edificar, esclarecer e dar poder. Ela causa forte estímulo físico e emocional. Com o tempo, cria um apetite inextinguível que leva o transgressor a cometer pecados cada vez mais graves”.<sup>5</sup>

### **O Que Não É Concupiscência**

Agora que vimos o que *é* concupiscência, também é importante entender o que *não* é concupiscência, tomando cuidado para não rotular pensamentos, sentimentos e desejos adequados como se fossem

concupiscência. A concupiscência é um *tipo* de desejo, mas existem também desejos justos. Podemos, por exemplo, desejar coisas boas e adequadas que ajudarão a realizar o trabalho do Senhor.

Pense nisto:

- **O desejo de ter dinheiro.** Em si e por si mesmo, o desejo de ter dinheiro não é algo maligno. Paulo não disse que o *dinheiro* é a raiz de todos os males. Afirmou que “o *amor ao dinheiro* é a raiz de todos os males” (1 Timóteo 6:10; grifo do autor). Os ensinamentos de Jacó acrescentam mais esclarecimentos: “Antes de buscardes riquezas, buscai o reino de Deus. E depois de haverdes obtido uma esperança em Cristo, conseguireis riquezas, se as procurardes; e procurá-las-eis com o fito de praticar o bem — de vestir os nus e alimentar os famintos e libertar os cativos e confortar os doentes e aflitos” (Jacó 2:18–19).
- **Ter sentimentos sexuais adequados pelo próprio cônjuge.** Esses sentimentos concedidos por Deus podem fortalecer e unir um casamento. Mas *é* possível ter sentimentos impróprios pelo cônjuge. Se buscamos somente satisfação pessoal, visando apenas a saciar nossos próprios desejos ou sentimentos, podemos estar decaindo para desejos concupiscentes, e



***Como o Pai Celestial nos deu o arbítrio, temos poder sobre nossos pensamentos, nossos sentimentos e nossas ações.***

isso pode ser prejudicial ao relacionamento conjugal. A chave para se buscar e manter a devida intimidade física no casamento é a intenção pura e amorosa.

O princípio importante é buscar as coisas pelo propósito certo: edificar o reino de Deus e aumentar a virtude no mundo. Em contrapartida, a concupiscência nos incentiva a sair dos limites apropriados, fora dos quais nossos desejos podem desonrar a Deus, podem nos fazer ver as pessoas como objetos e transformar objetos, riquezas e até poder em monstruosidades que nos distorcem a sensibilidade e deterioram nossos relacionamentos.

#### **Por Que com Frequência Cedemos à Concupiscência**

Tendo em vista o quanto a concupiscência é prejudicial e perigosa, por que é tão tentadora e difundida? Por que com tanta frequência ela nos domina? Superficialmente, pode parecer que o egoísmo ou a falta de autocontrole estão no cerne da concupiscência. Esses são fatores que contribuem, mas a raiz profunda da concupiscência com frequência é o vazio. As pessoas podem sucumbir à concupiscência numa vã tentativa de preencher um vazio em sua vida. A concupiscência é uma emoção falsa, um reles substituto para o amor genuíno, o valor verdadeiro e o discipulado duradouro.

O devido controle emocional, em certo sentido, é uma condição do coração. “Porque, como imagina no seu coração, assim ele é” (Provérbios 23:7). Onde quer que coloquemos nosso enfoque mental e espiritual, essa se tornará com o tempo a força motivadora por trás de nossos pensamentos, nossos sentimentos e nossas ações. Sempre que nos sentirmos tentados pela concupiscência, precisamos substituir essa tentação por algo mais adequado.

O ócio também pode causar pensamentos concupiscentes. Quando temos poucas coisas acontecendo em nossa vida, tendemos a ser mais suscetíveis às influências malignas. Se buscarmos ativamente envolver-nos em boas causas (ver D&C 58:27) e esforçar-nos para usar nosso tempo produtivamente, menor será a tendência de termos pensamentos concupiscentes ou de sujeitar-nos a outras influências negativas.

Como explicou o Élder Dallin H. Oaks, do Quórum dos Doze Apóstolos, os desejos aos quais decidimos nos apegar afetam não apenas nossas ações, mas também quem nos tornaremos no final: “Os desejos determinam nossas prioridades, as prioridades moldam nossas decisões, e as decisões determinam nossas ações. Os desejos que são colocados em prática determinam como mudamos, o que realizamos e em que nos tornamos”.<sup>6</sup>

Em outras palavras, precisamos guardar-nos não apenas contra as emoções nas quais nos permitimos

envolver-nos, mas também contra os pensamentos que precipitam esses sentimentos ou são por eles causados. Como ensinou Alma, se nossos pensamentos forem impuros, “nossos pensamentos também nos condenarão” (Alma 12:14).

### O Antídoto: Amor Semelhante ao de Cristo

A concupiscência não é inevitável. Como o Pai Celestial nos deu o arbítrio, temos poder sobre nossos pensamentos, nossos sentimentos e nossas ações. Não temos que buscar pensamentos e sentimentos concupiscentes. Quando surgirem tentações, podemos decidir não seguir esse caminho.

Como vencemos a tentação da concupiscência? Começamos desenvolvendo um relacionamento adequado com nosso Pai Celestial e decidindo servir ao próximo. E envolvemo-nos em condutas religiosas diárias, incluindo a oração e o estudo das escrituras, o que propicia a companhia do Espírito Santo em nossa vida. No final, o ingrediente secreto é o amor semelhante ao de Cristo — um amor puro, sincero e honesto, com o desejo de edificar o reino de Deus e manter os olhos fitos em Sua glória. Esse amor somente é possível quando temos a companhia do Espírito Santo.

A eliminação da concupiscência exige oração sincera na qual pedimos a Deus que remova esses sentimentos e nos conceda, em lugar deles, um amor caridoso (ver Morôni 7:48). Isso se torna possível, assim como todo arrependimento é possível, por meio da graça da Expição de Jesus Cristo.<sup>7</sup> Graças a Ele, podemos

aprender a amar da maneira que Ele e nosso Pai Celestial nos amam.

Se continuamente focarmos em nosso Pai Celestial, se vivermos de acordo com o primeiro e o segundo grandes mandamentos — amar a Deus e amar o próximo como a nós mesmos (ver Mateus 22:36–39) — e se fizermos tudo a nosso alcance para viver como Ele nos ensinou, as intenções puras e sinceras vão influenciar nossa vida com intensidade cada vez maior. Ao unirmos nossa vontade à do Pai, as tentações e os efeitos da concupiscência diminuirão e serão substituídos pelo puro amor de Cristo. Então, vamos encher-nos de um amor divino que substitui os desejos degradantes deste mundo pela beleza da edificação do reino de Deus. ■

#### NOTAS

1. Ver Dallin H. Oaks, “Alegria e Misericórdia”, *A Liahona*, janeiro de 1992, p. 81; e Thomas S. Monson, “Finishers Wanted”, *Ensign*, julho de 1972, p. 69.
2. Para apenas alguns exemplos, ver Doutrina e Convênios 88:121; Spencer W. Kimball, “O Presidente Kimball Fala sobre Moralidade”, *A Liahona*, março de 1981, p. 136; Neal A. Maxwell, “O Sétimo Mandamento: Um Escudo”, *A Liahona*, janeiro de 2002, p. 90; Russell M. Nelson, “Onde Está a Sabe-doria?”, *A Liahona*, janeiro de 1993, p. 5. Para mais advertências das escrituras contra a concupiscência, examine os seguintes tópicos do Guia para Estudo das Escrituras: Adultério; Carnal; Castidade; Cobiçar; Fornicação; Comportamento Homossexual; Concupiscência; Sensual, Sensualidade; Imoralidade Sexual.
3. Jeffrey R. Holland, “Não Dar Mais Lugar ao Inimigo de Minha Alma”, *A Liahona*, maio de 2010, pp. 44–45.
4. Para saber mais sobre o assunto, ver Dallin H. Oaks, “Recuperar-se da Armadilha da Pornografia”, *A Liahona*, outubro de 2015, p. 50.
5. Richard G. Scott, “Fazer as Escolhas Certas”, *A Liahona*, janeiro de 1995, p. 40.
6. Dallin H. Oaks, “Desejo”, *A Liahona*, maio de 2011, p. 42.
7. Ver, por exemplo, D. Todd Christofferson, “A Divina Dádiva do Arrependimento”, *A Liahona*, novembro de 2011, p. 38.

### CINCO SUGESTÕES PARA UMA VIDA PURA

O Élder Jeffrey R. Holland dá cinco sugestões de como readquirir e manter uma vida pura:

1. Afaste-se de pessoas, materiais e situações que o prejudiquem.
2. Procure ajuda.
3. Desenvolva e exerça o auto-controle para eliminar as más influências.
4. Substitua os pensamentos lascivos por imagens de esperança e lembranças felizes.
5. Promova a presença do Espírito do Senhor e esteja onde Ele está.

Jeffrey R. Holland, “Não Dar Mais Lugar ao Inimigo de Minha Alma”, *A Liahona*, maio de 2010, p. 44.



# Além do Jordão

SERVIR

*Ou onde quer que o Senhor precise de você.*

**R. Val Johnson e Rachel Coleman**

Revistas da Igreja e Serviços de Publicação da Igreja

A necessidade era crítica. No início de 2013, ocorreram cinco casos de sarampo no campo de refugiados Za'atari, na Jordânia, país do Oriente Médio. Mais de 100 mil refugiados sírios, vivendo em condições de superlotação, corriam o risco de contrair esse vírus altamente contagioso e perigoso. O governo jordaniano planejou uma campanha de vacinação em massa para impedir a disseminação da doença. O plano era vacinar pelo menos 90 mil refugiados sírios, de 6 meses a 30 anos de idade, num período de duas semanas.

Mas havia um problema. O Fundo das Nações Unidas para a Infância (UNICEF) tinha a vacina. O Ministério da Saúde da Jordânia tinha as clínicas. O que eles não tinham eram suprimentos da rede de frio — seringas, recipientes coletores de instrumentos perfurocortantes, refrigeradores de vacinas — e o tempo estava se esgotando.<sup>1</sup>

Foi então que entraram em cena Ron e Sandi Hammond, missionários seniores de bem-estar que serviam como diretores locais dos Serviços Humanitários SUD na Jordânia. Como Ron e Sandi já tinham estabelecido relações de trabalho com a UNICEF e o Ministério da Saúde, rapidamente se ofereceram para colaborar com essas organizações para determinar como os Serviços Humanitários SUD poderiam ajudar.

Ron conta: “Perguntamos qual seria o custo para a aquisição dos artigos da rede de frio. Quando eles nos informaram, dissemos: ‘Achamos que os Serviços Humanitários SUD podem ajudar’. Eles perguntaram: ‘Em quanto tempo? Precisamos começar rapidamente!’”

No prazo de 20 horas, os Serviços Humanitários SUD tinham aprovado a compra dos suprimentos de rede de frio necessários. “Quando informamos ao Ministério da Saúde e à UNICEF”, lembra Ron, “eles ficaram assombrados. Como uma ONG [organização não governamental] conseguiu agir tão rapidamente? Não apenas a campanha de vacinação foi realizada nas datas programadas, mas isso também inspirou uma campanha nacional que vacinou centenas de milhares de jordanianos e refugiados sírios”.

A crise foi superada.

Além disso, essa parceria muito produtiva entre a UNICEF, o Ministério da Saúde da



**Os Serviços Humanitários SUD ajudaram a vacinar 90 mil refugiados sírios contra o sarampo.**



Jordânia e os Serviços Humanitários SUD criou o potencial para futuras colaborações.

O modo como Ron e Sandi Hammond chegaram ao Oriente Médio naquele momento importante é um testemunho da fé do casal Hammond e da inspiração que move o programa de missionários seniores da Igreja.

### Precisa-se de Casais Missionários

Em 2012, o casal Hammond servia como oficiante de ordenanças no Templo de Rexburg Idaho. Ron tinha um consultório odontológico bem-sucedido e dava aulas no Departamento de Religião da Universidade Brigham Young-Idaho. Mas a serena rotina de sua vida mudou repentinamente com uma nítida impressão espiritual de que deveriam enviar imediatamente seus papéis para servir missão. A ocasião em que essa inspiração chegou os surpreendeu. Seus filhos casados estavam em vários estágios de mudanças em relação à carreira e à moradia, e Ron ainda não pretendia aposentar-se. Mas o Espírito lhes assegurou que eram necessários e que tudo ficaria bem.

Na verdade, os líderes do sacerdócio na sede da Igreja estavam jejuando e orando para encontrar o casal certo para servir como diretores locais dos Serviços Humanitários SUD em Amã, Jordânia.

“Era muito evidente”, conta Sandi, “que o Senhor estava à nossa frente, preparando os detalhes da designação específica que Ele tinha para nós. Sabemos que Ele faz isso para cada missionário que serve. É reconfortante saber que o Senhor está preparando as coisas para que

Amã, Jordânia



servamos antes mesmo de chegarmos ao campo”.

“Ao fazermos um retrospecto”, diz Ron, “somos gratos por não termos sido específicos nem insistentes em relação ao lugar onde desejávamos servir. Por deixarmos esses assuntos nas mãos do Senhor, permitimos que nos desse uma experiência que de outra forma não teríamos”.

Essa experiência incluiu o fato de terem trabalhado com a família real da Jordânia em projetos humanitários de interesse da realeza. O casal Hammond colaborou com hospitais e clínicas locais, oferecendo treinamento da equipe médica jordaniana sobre técnicas de ressuscitação neonatal, o que resultou numa diminuição significativa na mortalidade de recém-nascidos. Por meio do trabalho deles e de outros casais missionários, os Serviços Humanitários SUD ofereceram treinamento e equipamentos para clínicas

### COMO TER OS MELHORES 6, OU 12, OU 18, OU 23 MESES DE SUA VIDA

Um casal pode servir missão de 6, 12, 18 ou 23 meses, dependendo da situação.

Além disso, a maior despesa financeira de uma missão — a moradia — tornou-se administrável pela limitação do custo de moradia a um teto de US\$ 1.400 dólares para casais

originários dos Estados Unidos, do Canadá, da Europa Ocidental, do Japão e da Austrália. Os casais provenientes de todos os outros países pagam o que puderem.

Para informações sobre como candidatar-se para o serviço missionário e ler mais histórias de casais que tiveram os melhores meses de sua vida servindo missão, acesse [LDS.org/callings/missionary/senior](https://LDS.org/callings/missionary/senior).

oftalmológicas e organizações que prestavam serviço a pessoas com deficiências físicas. Entre aqueles que o casal Hammond e outros missionários de bem-estar apoiaram estava um centro que ensina mulheres com deficiências físicas a desenhar e confeccionar roupas e artigos para portadores de necessidades especiais. Essas habilidades davam às alunas a oportunidade de obter melhor sustento para si mesmas e para sua família.

Outros projetos incluíram a colaboração com outras ONGs e o governo jordaniano em ações de emergência e na triagem de estudantes para o recebimento de uma ou duas bolsas de estudos por ano para a Universidade Brigham Young. Uma das experiências mais gratificantes que o casal Hammond teve foi a de trabalhar com a Igreja Católica Latina na construção de salas de aula para cristãos iraquianos que não tinham onde se reunirem.

### **Com o Senhor em Sua Vinha**

Enquanto estiveram na Jordânia, o casal Hammond aprendeu o quanto é verdadeira a promessa feita pelo Senhor aos que O servem: “Irei adiante de vós. Estarei à vossa direita e à vossa esquerda e meu Espírito estará

em vosso coração e meus anjos ao vosso redor para vos suster” (D&C 84:88).

“Deus está envolvido no trabalho”, testifica Ron. “Ele desceu à vinha com Seus servos. Todo casal que sai em missão conta com a companhia do Senhor da vinha. Não acreditamos em milagres na Jordânia, nós os vivenciamos.”

Inegavelmente, os anjos que eles sentiram “a seu redor” incluíam os celestes, mas também havia os seres mortais, em particular seus filhos, que os apoiaram em sua decisão de servir tão longe de casa.

E a família deles, por sua vez, foi abençoada pelo poder protetor e alentador do Senhor. Foram tomadas importantes decisões em relação à carreira e à moradia, e as preocupações com possíveis complicações no parto foram resolvidas quando seus filhos se voltaram para o Senhor, aconselharam-se mutuamente e jejuaram e oraram uns pelos outros.

As bênçãos que seus filhos receberam foram tão extraordinárias que, quando o irmão e a irmã Hammond foram convidados para estender sua missão de dois anos para três, cada um dos filhos expressou apoio entusiástico. Eles sentiram que o Senhor estava fazendo algo muito especial por eles como resultado do serviço prestado pelos pais.

Ainda assim, a separação que a família Hammond sentiu foi um sacrifício. O fato de estarem a meio mundo de distância de seus entes queridos foi muito difícil. Mas não foi tão difícil como teria sido no passado. A tecnologia possibilitou que a família se envolvesse na vida uns dos outros sempre que necessário. Sandi diz: “Os casais não perdem contato com a família. Mantivemos contato frequente com as famílias de nossos filhos que ficaram em casa. Graças ao FaceTime e aos e-mails, nossos quatro netos, que nasceram enquanto servíamos, conheceram-nos e fomos calorosamente recebidos por eles quando voltamos”.

### **Abrir os Olhos e o Coração**

Entre as muitas bênçãos que o casal Hammond sente que recebeu graças a seu serviço foi a de ter os olhos abertos para a generosidade e cordialidade do povo jordaniano. Quando o casal Hammond recebeu seu chamado, eles ficaram inseguros em relação ao povo a quem iam servir.

“Mas descobrimos que nossos amigos muçulmanos eram gentis e generosos”, conta Ron, “e temos certeza de que, se sentissem que estávamos sofrendo qualquer risco, fariam de tudo para proteger-nos.



**Ron e Sandi Hammond e outros missionários humanitários trabalharam com a família real da Jordânia a fim de diminuir a mortalidade de recém-nascidos naquele país.**



**Uma preocupação para os casais missionários em perspectiva é a de estarem longe dos filhos e netos em momentos importantes da vida deles. O casal Hammond descobriu que, de modo extraordinário, o Senhor abençoa a família dos casais que servem e que a tecnologia permite que eles permaneçam próximos, mesmo a meio mundo de distância.**

A caridade deles é incrível. Os jordanianos não podem ver pessoas passando necessidade sem ajudá-las, caso lhes seja possível. Eles vêm acolhendo refugiados desde a época pré-davídica. A Bíblia contém muitas referências a ‘além do Jordão’, e começamos a assinar nossas cartas com a expressão ‘Além do Jordão’ em reconhecimento ao serviço de caridade que tivemos o privilégio de oferecer naquele país historicamente compassivo. Por séculos, a Jordânia foi um local de caridade, e o Senhor abençoou o povo por isso”.

Por trabalharem tão de perto com o povo jordaniano, o casal Hammond pôde desenvolver fortes amizades. “Fomos convidados várias vezes para o Iftar, a refeição que encerra o jejum diário do Ramadã”, conta Sandi. “Nossos amigos muçulmanos também nos convidaram a participar de noivados, casamentos e outras ocasiões voltadas para a família.”

A Igreja não faz proselitismo entre os muçulmanos nem permite o batismo deles na Jordânia ou em qualquer outro lugar em que a lei o proíba, portanto o casal Hammond não compartilhou informações sobre a Igreja. Em vez disso, concentraram-se em edificar e manter relacionamentos — com a família real, com parceiros

de serviço humanitário locais, com outros casais missionários que serviam com eles e com líderes religiosos e governamentais. Quando lhes eram pedidos detalhes sobre a Igreja, o casal Hammond aconselhava as pessoas a acessarem o site LDS.org.

### O Chamado para Servir

Levando em consideração as experiências extraordinárias que Ron e Sandi tiveram, será que sentem que são de alguma forma especiais em meio aos casais chamados para servir — ou que podem ser chamados para servir?

Sim e não. “Servimos onde e quando o Senhor necessitou de um casal com nossas habilidades e nossas experiências de vida específicas”, afirma o casal Hammond. “Mas o mesmo se dá com todos os missionários seniores. Todos os casais com capacidade de servir missão foram preparados para

servir de um modo especial para eles. Simplesmente precisavam exercer fé suficiente para ir aonde quer que o Senhor necessitar deles, e Ele vai usá-los para fazer algo importante na vida de outras pessoas.”

“[Os] casais podem fazer a diferença”, observou o Élder Robert D. Hales, do Quórum dos Doze Apóstolos. “Há coisas extraordinárias que só eles podem fazer e ninguém mais. (...)”

As maneiras pelas quais um casal pode servir são potencialmente ilimitadas: desde dar apoio ao escritório da missão e treinar líderes para a história da família até trabalhar no templo e prestar serviço humanitário. Existem oportunidades de usar quase qualquer tipo de habilidade ou talento com que o Senhor os tenha abençoado. (...)

Vocês receberam muito na vida; vão e partilhem liberalmente no serviço do Senhor. Tenham fé. O Senhor sabe onde precisam de vocês. A necessidade é tão grande, irmãos e irmãs, e os trabalhadores, tão poucos.”<sup>2</sup> ■

#### NOTAS

1. Ver “Mass Vaccination Campaigns in Syria, Jordan, Lebanon, Iraq and Turkey Amid Measles Outbreaks” [Campanhas de Vacinação em Massa na Síria, na Jordânia, no Líbano, no Iraque e na Turquia em Meio a Surto de Sarampo], 30 de abril de 2013, [unicf.org](http://unicf.org).
2. Robert D. Hales, “Casais Missionários: É Hora de Servir”, *A Liahona*, julho de 2001, pp. 30, 31.

## IMPLORAR MISERICÓRDIA

**N**uma viagem para uma cidade próxima, na Estônia, vi um homem mendigando. Surpreso, reconheci-o da época em que eu havia servido como missionário naquela cidade, dez anos antes. Ele carregava uma grande sacola de garrafas plásticas, tal como antes, para coletar recicláveis a fim de trocar por dinheiro. Lembrei que ele sempre pedia uns trocados e, quando lhe dávamos algo, perguntava se tínhamos mais.

Fiquei chocado em vê-lo. Após dez anos, continuava o mesmo — um pouco mais grisalho, mas parecendo levar a mesma vida de antes, mendigando dia após dia. Pensei nos dez maravilhosos anos que eu vivera desde aquela época, que incluíram o casamento no templo, os estudos, um

bom emprego e boa saúde.

Imaginei que essa seria a última vez que eu o veria e achei que deveria dar-lhe algo. O problema era que eu tinha somente uma nota que valia bem mais do que eu estava disposto a dar-lhe. Hesitei diante das opções que eu tinha: não lhe dar nada ou dar-lhe mais do que eu queria. Decidi que não faria mesmo muita diferença para mim e que isso lhe alegraria o dia, portanto dei-lhe o dinheiro.

Menos de dois dias depois, vi-me numa situação semelhante, mas dessa vez era eu que implorava misericórdia. Eu havia me confundido em relação à data de inscrição para uma importante bolsa de estudos. Achei que a enviara com duas semanas de antecedência, mas, ao verificar a data,

vi que a havia mandado um dia depois do prazo.

O valor da bolsa era exatamente 100 vezes a quantia que eu dera ao mendigo, e não deixei de notar a ironia da situação. Vi-me implorando misericórdia, tanto em oração a meu Pai Celestial quanto por e-mail aos dirigentes da universidade. Eles disseram que incluiriam a inscrição, mas com a anotação de que fora enviada com atraso.

Minha oração foi atendida e tive a bênção de receber a bolsa de estudos, que foi de muita ajuda para mim e minha esposa. Porém o mais importante foi que essa experiência me ensinou uma valiosa lição: Acaso não somos todos mendigos perante Deus? (Ver Mosias 4:19.) ■

Matthew Crandall, Harju, Estônia

**N**uma viagem para uma cidade próxima, na Estônia, vi um homem mendigando. Surpreso, reconheci-o da época em que eu havia servido como missionário naquela cidade, dez anos antes.



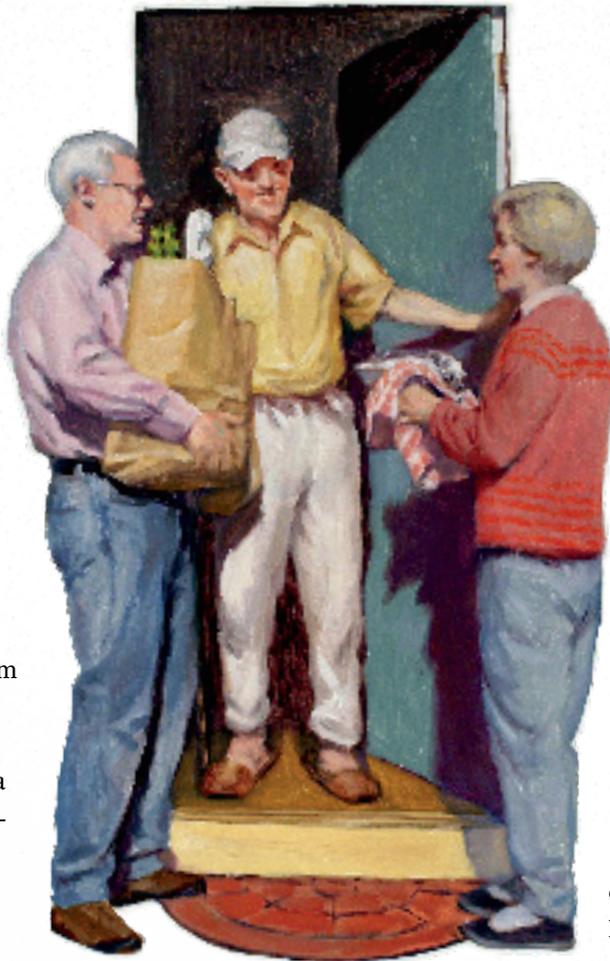
## ANJOS CHAMADOS SR. E SRA. DUNN

Eu estava assistindo à televisão quando minha mãe me ligou para dizer que seu irmão, o meu tio Floyd, de 92 anos, e sua esposa, a tia Millie, estavam doentes e não tinham comida em casa. Tampouco estavam bem o suficiente para ir ao mercado comprar algo. O tio Floyd e a tia Millie não tinham outros familiares que morassem por perto, de modo que não tinham ninguém para ajudá-los.

Minha mãe perguntou se eu poderia ajudar. Sou o único membro da Igreja daquela parte da minha família e já tinha sido chamada para socorrer em outras situações antes. O problema era que eu morava em Utah, EUA, e meus tios moravam em Hemet, Califórnia, EUA.

Eu disse à minha mãe que me desse alguns minutos para pensar no que fazer. Eu tinha uma amiga que morava perto de Hemet, por isso liguei para ela e perguntei se conhecia alguém em Hemet. Ela me falou a respeito de uma senhora com quem havia servido no Templo de Redlands Califórnia, chamada irmã Dunn, que era a presidente da Sociedade de Socorro naquela cidade.

Quando a irmã Dunn atendeu o telefone, comecei a dizer: “Olá, irmã Dunn. Você não me conhece, mas meu nome é Nancy Little e moro em



A irmã Dunn insistiu para levar com o marido comida para meus tios.

Utah. Sou membro da Igreja, mas minha tia e meu tio que moram em Hemet não são. Eles estão doentes e não têm comida em casa”. Disse-lhe onde eles moravam, que não era longe da casa dela, e expliquei que apenas queria informações sobre um restaurante próximo da casa deles que fizesse entrega de alimentos.

Em vez disso, a irmã Dunn insistiu para levar com o marido comida para meus tios. Por acaso, eles tinham um pouco de pão e sopa caseiros, e a mãe dela acabara de fazer biscoitos. Protestei, mas ela persistiu.

Poucas horas depois, a irmã Dunn me ligou e me assegurou que tudo estava bem. Minha mãe ligou mais tarde para contar-me o que o tio Floyd dissera a respeito da visita deles. Ele relatou: “Chegaram uns anjos em minha casa chamados Sr. e Sra. Dunn. Vieram trazendo um monte de comida: frutas, verduras e legumes, sopa caseira, pão e biscoitos. Foram os melhores biscoitos que já comi”. O casal Dunn conversou com meu tio, ajudou-os em suas necessidades, e depois o irmão Dunn carregou minha frágil tia Millie, que sofre da doença de Alzheimer, desde o leito até uma cadeira na cozinha, para que a irmã Dunn pudesse dar-lhe de comer.

Quando liguei para minha mãe para contar-lhe sobre a visita, meu tio Floyd chorou. Garantiu que nunca tinha conhecido pessoas tão bondosas e carinhosas. Disse à minha mãe que eu tinha sorte de morar em Utah e estar cercada por “todos aqueles mórmons”.

Quatro dias depois da visita, o tio Floyd foi andando até a caixa do correio, escorregou e caiu. Bateu a cabeça e morreu quatro dias depois. Com a exceção de uma enfermeira que faz tratamento em casa, o irmão e a irmã Dunn foram as últimas pessoas que meu tio viu antes de morrer.

Sinto-me grata pelo exemplo cristão de uma das minhas irmãs da Sociedade de Socorro que morava a centenas de quilômetros de distância, alguém que ainda não conheci pessoalmente, que ajudou meus tios. ■ Nancy Little, Utah, EUA

# UMA ÉPOCA PARA A HISTÓRIA DA FAMÍLIA

Por ser mãe de duas filhas pequenas, com frequência me desculpo por não poder participar de algumas coisas que gostaria de fazer simplesmente por não ser minha “época” de fazê-lo. Uma dessas coisas era o trabalho de história da família.

Embora tivesse participado da indexação como uma agradável atividade do Dia do Senhor, vi-me dando desculpas de que não tinha nem tempo, nem conhecimento para entregar-me com afinco ao trabalho de história da família na época.

Meu coração mudou certa manhã bem cedo, há alguns meses, quando fui ao templo. Ao examinar os nomes das pessoas falecidas nos cartões do templo, orando para que aceitassem as ordenanças do templo realizadas por elas, pensei comigo: “Não seria bom se esses fossem meus próprios familiares? Eu gostaria de realizar o trabalho por eles”. O Espírito me confirmou que, se esse fosse meu desejo, o Senhor me ajudaria a realizar o trabalho de história da família, especificamente no Dia do Senhor. Ele poderia ajudar-me a encontrar

tempo e conhecimento para cumprir Seus propósitos.

No domingo seguinte, fui para casa e entrei no site FamilySearch.org. Imediatamente meus olhos se encheram de lágrimas ao ver os nomes dos meus antepassados. Minha ligação com eles se tornou mais forte. O que aumentou meu amor por eles foram as fotografias e os documentos pessoais, acrescentados recentemente por minha avó, que tornaram meus familiares ainda mais vivos e próximos para mim. Senti alegria em envolver minha filhinha de 2 anos, que aprendeu a identificar as fotografias da bisavó e da tetravó, chamando-as pelo nome. Senti o que o Presidente Russell M. Nelson, Presidente do Quórum dos Doze Apóstolos, descreveu: “O Dia do Senhor proporciona uma maravilhosa oportunidade de fortalecer os elos familiares. Afinal de contas, Deus quer que cada

um de nós, como Seus filhos, retorne à presença Dele como santos com investidura, selados no templo como família a nossos antepassados e a nossa posteridade” (“O Dia do Senhor É Deleitoso”, *A Liahona*, maio de 2015, pp. 130–131).

Desde aquela minha experiência inicial, continuei a participar do trabalho de história da família no Dia do Senhor. Tive a bênção de realizar o trabalho do templo para alguns de meus familiares falecidos. Uma bênção em especial foi a de aprender algo a respeito de meus parentes e conseguir um relacionamento mais próximo com meus avós que não são membros da nossa religião. Isso fortaleceu minha determinação de guardar meus convênios e de perseverar até o fim para poder ser um elo forte em minha família eterna.

Embora ainda haja muito trabalho a ser feito, sinto-me grata a meu Pai Celestial por aumentar minha capacidade para poder participar de Sua obra, especialmente no Seu dia. Para mim, o Dia do Senhor é realmente um deleite. ■

Rachel Lewis, Utah, EUA

Senti alegria em envolver minha filhinha de 2 anos, que aprendeu a identificar as fotografias da bisavó e da tetravó, chamando-as pelo nome.





Por acaso, eu tinha uma estatueta do capitão Morôni, e ela ficou no bolso da minha camisa por todo o restante do ano letivo, como lembrete de como o capitão Morôni me havia ensinado.

## O CAPITÃO MORÔNI ENSINOU-ME A DAR AULAS NO ENSINO MÉDIO

Eu estava no meio de um ano difícil, dando aulas para alunos de 13 e 14 anos. Tinha acabado de voltar para casa após uma frustrante reunião com o diretor adjunto sobre uma avaliação recente. Por ser novo no magistério e por ter que criar a maior parte das minhas aulas, eu estava tendo dificuldades para manter os alunos concentrados nas tarefas e interessados. Basicamente a conversa se resumiu na necessidade que eu tinha de obrigar meus alunos a escolher uma de duas opções: fazer as tarefas ou sofrer as consequências

— e colocar em prática minhas ameaças.

Saí da reunião sentindo-me desanimado e sobrecarregado. Decidi fazer daquela reunião a pergunta do dia ao estudar as escrituras na manhã seguinte. Por incrível que pareça, as respostas me foram dadas ao ler o Livro de Mórmon.

Orei para aprender nas escrituras, naquela manhã, como ser um professor melhor. O Espírito Santo me ensinou enquanto eu lia a respeito do capitão Morôni em Alma 44. Naquele ponto da história, o capitão Morôni e

os nefitas haviam cercado os lamanitas no Rio Sidon e os amedrontado a ponto de fazer com que os lamanitas largassem suas armas. Continuei a ler, pensando em como gostaria de ser como o capitão Morôni na sala de aula: cheio de autoridade, confiante e bem-sucedido.

Li o diálogo inteiro e notei que Morôni dizia a Zeraemna e aos lamanitas que seriam obrigados a fazer uma escolha: “[Entregai-nos] vossas armas de guerra; e (...) [pouparemos vossa] vida se seguirdes vosso caminho e não tornardes a fazer guerra contra nós”, caso contrário, “se não fizerdes isto, (...) ordenarei a meus homens que caiam sobre vós” (Alma 44:6, 7). Dei-me conta de que era isso que meu administrador me mandara fazer! “Dê-lhes duas opções e cumpra sua ameaça”, dissera ele. Tendo isso em mente, adotei o lema de Morôni: “Eis que terminaremos a luta” (Alma 44:10).

Armado com os princípios que havia aprendido numa história das escrituras a respeito de um de meus heróis, voltei para a sala de aula confiante em meu plano de batalha. Por acaso, eu tinha uma estatueta do capitão Morôni, e ela ficou no bolso da minha camisa por todo o restante do ano letivo, como lembrete de como o capitão Morôni me ensinara a administrar uma sala de aula do Ensino Médio. Quando dei a meus alunos duas escolhas, o comportamento deles melhorou, eles fizeram seu trabalho e passamos a nos dar bem. O ano terminou, e ainda foi difícil, mas, com a oração respondida e o poder das escrituras, fui capaz de “terminar a luta”. ■ Ben Floyd, Washington, EUA

## JEJUAR E ORAR POR EMMA

Cecilie Norrung

*Depois que minha filha caiu de uma janela, achei que nossos piores temores haviam se tornado realidade.*

Minha família acabara de voltar de férias maravilhosas. Depois do jantar, deixei nossos dois filhos, Markus, de 4 anos, e Emma, de 3 anos, brincando no quarto de cima de nosso apartamento do quarto andar. Na Dinamarca, as janelas abrem para fora como persianas. As janelas geralmente ficam trancadas, mas as tínhamos deixado levemente entreabertas durante as férias para que o apartamento ficasse ventilado durante nossa viagem.

Enquanto eu estava lavando a louça, senti de repente que havia algo extremamente errado. Corri para a sala de estar quando Markus desceu correndo as escadas. Ele estava gritando de pavor, dizendo que Emma havia caído da janela — uma janela que ficava a uns 12 metros acima de uma calçada de cimento. Desci correndo as escadas, gritando repetidas vezes o nome de Emma. Vi minha filhinha caída no cimento, como se estivesse sem vida. Estava completamente flácida quando a peguei, e achei que meus piores temores tinham se tornado realidade. Meu marido, que me seguira até fora da casa, pegou-a nos braços e imediatamente lhe deu uma bênção do sacerdócio.

A ambulância chegou rapidamente, e Markus e eu fizemos uma oração enquanto os paramédicos atendiam Emma. Logo, todos estávamos na ambulância, a caminho do hospital.

Na unidade de terapia intensiva, alguns familiares vieram rapidamente nos dar apoio. Markus foi para casa com seus primos, enquanto meu marido e eu ficamos no hospital, sem saber como Emma estava.

Depois do que pareceu uma longa espera, um dos médicos finalmente apareceu, perguntando detalhes do acidente. Disseram que normalmente uma queda daquela altura teria resultado em lesões internas com pequena chance de sobrevivência. Emma havia fraturado o quadril e tivera uma concussão, porém sofrera apenas arranhões superficiais. O médico disse que um anjo a devia ter amparado.

Embora a sobrevivência de Emma tivesse sido um milagre, ela ainda estava inconsciente por causa do traumatismo craniano. Meu marido e dois amigos próximos novamente deram uma bênção a Emma. Naquela bênção, foi-lhe prometido uma recuperação completa sem problemas duradouros e que essa seria uma experiência positiva na vida dela. Senti imensa gratidão pelo poder do sacerdócio. Todas as minhas súplicas por toda a noite foram ouvidas.

Emma saiu do coma quatro dias depois. Nesses quatro dias, amigos, membros da Igreja e outras pessoas jejuaram e oraram por ela. Senti as orações dos santos fiéis me envolverem, fortalecendo a minha família e a mim. Senti como se o Pai Celestial





estivesse me abraçando e me enchendo de consolo.

Nossa estaca havia realizado um jejum um dia antes de ela acordar. Cremos que o Pai Celestial ouviu nossas orações e que Emma estava acordando como resultado direto do jejum. A partir de então, Emma recuperou-se rapidamente. Cinco dias depois, ela disse sua primeira palavra depois do acidente, e nove dias mais tarde, recebeu alta do hospital. Passou cinco semanas numa cadeira de rodas e depois começou a fazer fisioterapia.

Por volta de um mês após o acidente, tive problemas na coluna de tanto carregar Emma no colo. Um sentimento de impotência não apenas física, mas também espiritual me dominou. Como eu conseguiria continuar a cuidar dela?

Certa noite, o sentimento de impotência tornou-se demasiadamente forte para eu suportar. Saí de casa e me sentei no banco de um parque, onde orei ao Pai Celestial por aproximadamente uma hora. Pela primeira vez na vida, senti o milagroso poder da Expição do Salvador tomar conta de mim. Toda a dor e a tristeza que eu vinha carregando foram removidas. Todos os meus fardos foram tirados de meus ombros após aquela oração. Emma ainda estava na cadeira de rodas, e eu estava em tratamento constante da coluna, mas fui fortalecida para seguir em frente.

Um ano depois, Emma podia correr, rir, contar histórias e pensar como uma menina de 4 anos.

Sabemos que há um amoroso Pai no céu, que Se importa conosco e nos conhece individualmente. Ele sabe quais são as dificuldades pelas quais passamos. Jamais duvidarei dos milagres que Ele nos concede por meio da oração, do jejum e das bênçãos do sacerdócio. ■

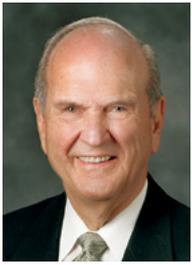
*A autora mora na região da capital da Dinamarca.*



### **QUAL É NOSSA REAÇÃO DIANTE DAS PROVAÇÕES?**

“Quando coisas difíceis acontecem em nossa vida, qual é nossa reação imediata? É confusão, dúvida, afastamento espiritual? É um duro golpe em nossa fé? Culpamos Deus ou outras pessoas por nossas circunstâncias? Ou nossa reação imediata é lembrar-nos de quem nós somos — que somos filhos de um Deus amoroso? Essa resposta está atrelada a uma confiança absoluta de que Ele permite algum sofrimento nesta Terra *porque* Ele sabe que isso vai nos abençoar, como o fogo do ourives, para nos tornar como Ele é e para receber nossa herança eterna?”

**Elder Donald L. Hallstrom, da Presidência dos Setenta, “Sou um Filho de Deus”, *A Liahona*, maio de 2016, p. 27.**



**Presidente  
Russell M. Nelson**

Presidente do  
Quórum dos  
Doze Apóstolos

# Ser a Verdadeira Geração do Milênio

Muitas pessoas os chamam de *a geração do milênio*. Admito que, quando os pesquisadores se referem a vocês usando essa frase e descrevem o que os estudos deles revelam sobre vocês — suas preferências e seus desinteresses, seus sentimentos e suas inclinações, seus pontos fortes e fracos —, sinto-me pouco à vontade. Algo na maneira como eles usam o termo *geração do milênio* me incomoda. E, para ser sincero, estou menos interessado no que os *especialistas* têm a dizer a seu respeito do que no que o Senhor me diz sobre vocês.

Quando oro a respeito de vocês e pergunto ao Senhor quais são os sentimentos *Dele* por vocês, sinto algo bem diferente do que os pesquisadores dizem. As impressões espirituais que recebi a seu respeito me levam a acreditar que o termo *geração do*

*milênio* cai-lhes como uma luva! Mas por um motivo muito diferente, que talvez os especialistas jamais entendam.

O termo *geração do milênio* é perfeito para vocês se esse termo for uma lembrança de quem vocês *realmente* são e qual é *realmente* seu propósito na vida. A verdadeira geração do milênio é aquela que foi ensinada e ensinou o evangelho de Jesus Cristo na vida pré-mortal e que fez convênios com nosso Pai Celestial de que faria coisas que envolveriam coragem enquanto estivesse aqui na Terra — inclusive as que exigem coragem *moral*.

A verdadeira geração do milênio é composta de homens e mulheres em quem Deus confiou o suficiente para enviar à Terra durante a dispensação mais fascinante da história deste mundo. A verdadeira geração

**Vocês são uma “geração eleita”, preordenada por Deus a realizar um trabalho extraordinário — ajudar a preparar as pessoas deste mundo para a Segunda Vinda.**

do milênio é composta de homens e mulheres que vivem hoje para ajudar a preparar as pessoas deste mundo para a Segunda Vinda de Jesus Cristo e para Seu reino milenar. Não se enganem: vocês nasceram para ser a verdadeira geração do milênio.



A pergunta é: “Como vão reagir e viver como a verdadeira geração do milênio?” Tenho quatro sugestões.

### 1. Saibam Quem Vocês Realmente São

Reservem um tempo para ponderar os seguintes fatos:

- Vocês são filhos ou filhas especiais de Deus.
- Vocês foram criados à Sua imagem.
- Foram ensinados no mundo espiritual para estar preparados para qualquer coisa que encontrassem durante esta última parte destes últimos dias (ver D&C 138:56). Esse ensinamento permanece com vocês!

Vocês estão vivendo na “décima primeira hora”. O Senhor declarou que esta é a última vez que vai chamar trabalhadores para Sua vinha a fim de reunir os eleitos dos quatro cantos da Terra (ver D&C 33:3–6). E *vocês* foram enviados para participar dessa coligação. Testemunhei pessoalmente muitas vezes a vigorosa influência daqueles que são a verdadeira geração do milênio ao trazerem pessoas ao conhecimento da verdade. Isso faz parte de sua identidade e de seu propósito como a semente de Abraão (ver Gálatas 3:26–29)!

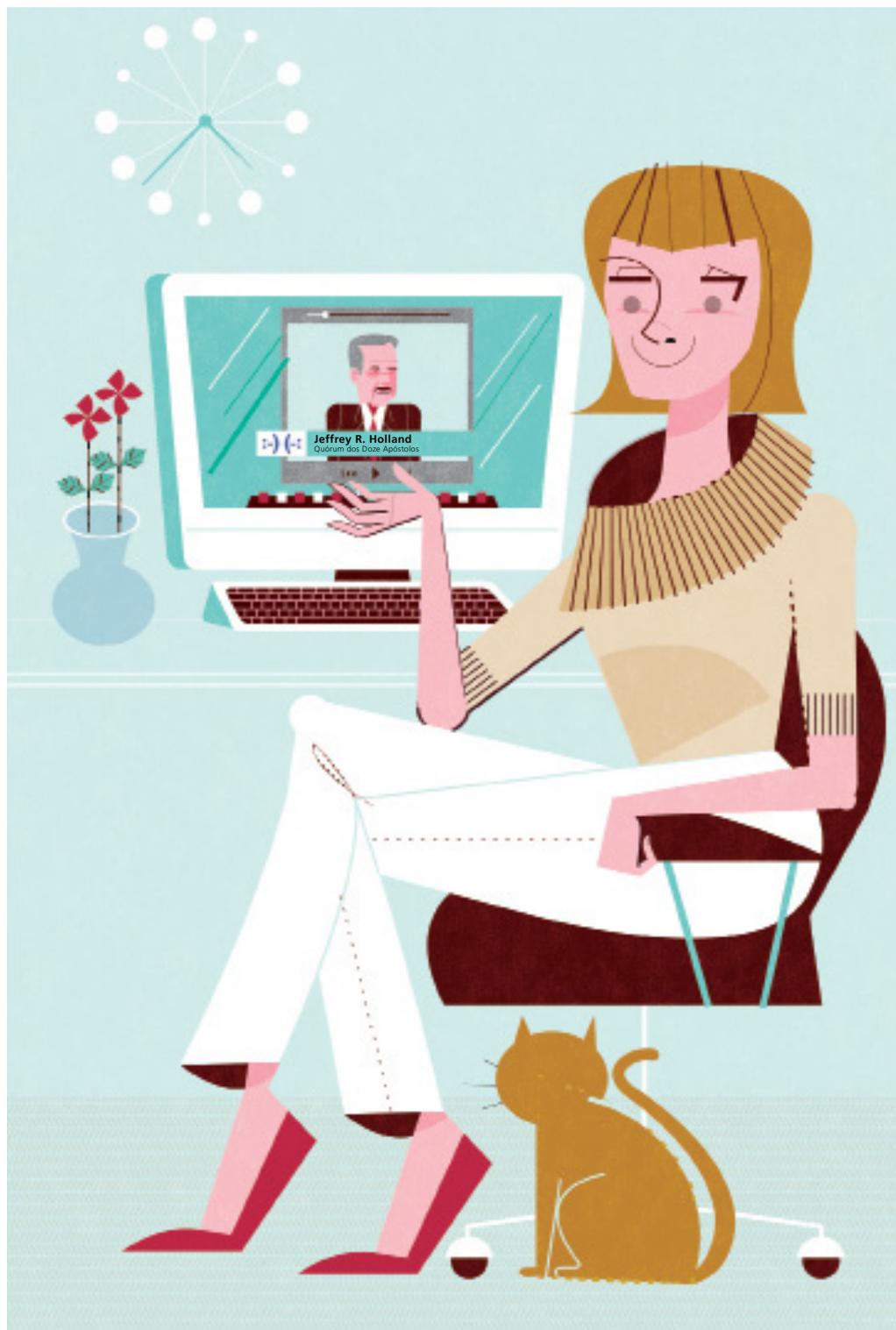
Há vários meses, minha esposa, Wendy, e eu tivemos uma experiência extraordinária na longínqua Sibéria. Entre os que viajavam conosco em nosso dia de preparação em Irkutsk, estavam o presidente da missão, Gregory S. Brinton; sua esposa, Sally; e seu filho ex-missionário, Sam, que

tinha servido missão na Rússia. Visitamos o lindo Lago Baikal e um mercado que ficava à sua margem.

Quando voltamos para o carro, notamos que Sam não estava lá. Ele voltou momentos depois, acompanhado de uma mulher de meia-idade chamada Valentina. Em russo, seu idioma materno, Valentina exclamou com entusiasmo: “Quero conhecer a

mãe deste rapaz. Ele é tão educado, inteligente e atencioso! Quero conhecer a mãe dele!” O semblante radiante e cheio de luz de Sam chamou a atenção de Valentina.

Sam apresentou Valentina ao seu pai e à sua mãe, deu a ela um folheto sobre o Salvador e tomou providências para os missionários a visitarem. Quando os missionários voltaram



mais tarde com um Livro de Mórmon, ela prometeu que o leria. Várias mulheres que trabalhavam no mesmo mercado também ficaram entusiasmadas com o novo livro que Valentina recebera. Ainda não sabemos o final dessa história, mas, por causa da clara luz que irradiava de Sam, o evangelho foi apresentado a Valentina e a alguns de seus amigos.

Os integrantes da verdadeira geração do milênio, assim como Sam, sabem quem realmente são. São dedicados discípulos de Jesus Cristo que instintivamente aproveitam cada oportunidade de ajudar a si mesmos e a outras pessoas a se prepararem para o reino milenar de nosso Salvador.

Portanto, minha primeira sugestão é a de que aprendam *por si mesmos* quem vocês realmente são. Perguntem ao Pai Celestial, em nome de Jesus Cristo, quais são os sentimentos Dele a respeito de vocês e de sua missão aqui na Terra. Se pedirem com real intenção, com o tempo o Espírito vai sussurrar a verdade que mudará sua vida. Registrem essas impressões, examinem-nas com frequência e sigam-nas à risca.

Prometo-lhes que, quando começarem a ter um vislumbre de como o Pai Celestial os vê e de que Ele está contando com vocês para fazer algo por Ele, sua vida nunca mais será a mesma!

## 2. Esperem Realizar o Impossível e Prepararem-se para Isso

Deus sempre pediu a Seus filhos do convênio que fizessem coisas difíceis. Por serem filhos e filhas de Deus que guardam convênios e que vivem

na última parte destes últimos dias, o Senhor pedirá a *vocês* que façam coisas difíceis. Podem contar com isso — os testes abraâmicos não terminaram com Abraão (ver D&C 101:4–5).

Sei como é intimidador quando precisam fazer algo que parece estar bem além de sua capacidade. Dezenove meses depois de eu ser chamado membro do Quórum dos Doze Apóstolos, o Presidente Spencer W. Kimball faleceu. Na primeira reunião

**Vocês foram enviados para participar da coligação dos eleitos. Testem-nhei pessoalmente muitas vezes a vigorosa influência da verdadeira geração do milênio ao trazerem pessoas ao conhecimento da verdade.**

da Primeira Presidência e do Quórum dos Doze Apóstolos após a ordenação do Presidente Ezra Taft Benson (1899–1994), ele fez designações específicas para os Doze. Uma de suas instruções para mim foi: “Élder Nelson, você deve abrir os países do Leste Europeu para a pregação do evangelho”.

Isso foi em 1985. Durante o período politicamente conturbado conhecido como Guerra Fria, não somente se construiu um muro para dividir a cidade de Berlim, como também todo o Leste Europeu se encontrava sob o jugo opressor do comunismo. Fecharam-se igrejas e restringiu-se estritamente a adoração religiosa.

Eu tinha passado grande parte de minha vida profissional realizando cirurgias de peito aberto que salvaram vidas, mas não tinha *nenhuma* experiência que me levasse a crer que poderia abrir países para a pregação do evangelho. Ainda assim, um profeta me dera uma designação, de modo que me propus a fazer o que me parecia totalmente impossível.

Desde o início, surgiram muitos obstáculos em meu caminho. Na maioria dos países, eu lá chegava sem saber para onde ir. Mesmo quando conseguia encontrar o nome de determinado líder governamental, não era incomum que nossa reunião fosse cancelada ou adiada no último minuto. Em certo país, após um compromisso ter sido adiado por dois dias, uma série de tentações foram intencionalmente colocadas em meu caminho para me testar — inclusive armadilhas que me incitavam a trocar dinheiro no mercado negro e outras atividades ilegais. Em outra ocasião, logo no início de uma reunião, foi-me pedido que saísse *imediatamente* do país!

Mas o Senhor é capaz de fazer Sua própria obra (ver 2 Néfi 27:20–21), e tive o privilégio de ver o desenrolar de um milagre após outro — sempre e somente *após* eu ter oferecido minhas melhores ideias, meus esforços mais ousados e minhas orações mais fervorosas para tais tarefas.

A Igreja foi reconhecida por alguns desses países antes da queda do Muro de Berlim. Outros a reconheceram posteriormente. No ano de 1992, pude relatar ao Presidente Benson que a Igreja já estava estabelecida em todos os países do Leste Europeu!

Por serem a verdadeira geração do milênio, com quem o Senhor pode contar, *vocês* também farão parte da história! Será pedido que aceitem designações difíceis e que se tornem um instrumento nas mãos do Senhor. E Ele possibilitará que realizem o impossível.

Como vocês podem realizar o impossível? Fazendo o que for preciso para fortalecer sua fé em Jesus Cristo, aumentando seu entendimento da doutrina ensinada em Sua Igreja restaurada e buscando a verdade incessantemente. Por serem a verdadeira geração do milênio, alicerçada na pura doutrina, quando lhes forem pedidas coisas impossíveis, vocês serão capazes de dar um passo adiante com fé, com persistência constante, e de fazer com alegria tudo a seu alcance para cumprir os propósitos do Senhor (ver D&C 123:17).

Haverá dias em que vocês estarão completamente desanimados. Então, orem pedindo coragem para não desistir! Precisarão dessa força porque há de se tornar cada vez menos popular ser um santo dos últimos dias. Infelizmente, alguns dos que vocês pensavam ser seus amigos vão traí-los. E algumas coisas simplesmente parecerão injustas.

No entanto, prometo-lhes que, se seguirem Jesus Cristo, encontrarão paz constante e verdadeira alegria. À medida que guardarem seus convênios com maior precisão e defenderem a Igreja e o reino atual de Deus na Terra, serão abençoados pelo Senhor com força e sabedoria para realizar o impossível.

### 3. Aprendam a Ter Acesso ao Poder do Céu

Cada um de nós tem perguntas. O empenho de aprender, entender e reconhecer a verdade é uma parte vital de nossa vida na mortalidade. Passei grande parte da minha vida fazendo pesquisas. Vocês também verão que o melhor modo de aprender é por meio de perguntas inspiradas.

Neste exato momento, alguns de vocês estão se questionando sobre o que devem fazer com sua vida. Outros devem estar se perguntando se seus pecados foram perdoados. A maioria de vocês está se perguntando quem é e onde está sua companheira ou companheiro eterno — e os que não estão deveriam estar.



Alguns podem questionar por que a Igreja faz certas coisas. Muitos de vocês talvez não saibam exatamente como obter respostas para suas orações.

Nosso Pai Celestial e Seu Filho estão prontos para responder a suas perguntas por intermédio do ministério do Espírito Santo. Mas cabe a vocês aprenderem a se qualificar para receber as respostas.

Como podem começar? Comecem passando mais tempo em lugares santos. O templo é um lugar santo. O mesmo se dá com a capela, onde renovamos convênios todos os domingos tomando o sacramento. Convido-os também a fazer de seu apartamento, seu quarto ou sua casa um lugar santo, onde possam se refugiar em segurança das distrações obscuras do mundo.

A oração é um ponto-chave. Orem para saber o que devem parar de fazer e o que devem começar a fazer. Orem para saber o que incluir em seu ambiente e o que remover dele, para que o Espírito esteja com vocês em abundância.

Supliquem ao Senhor o dom do discernimento. E depois, vivam e trabalhem para ser dignos de receber esse dom, de modo que, quando ocorrerem coisas desconcertantes no mundo, vocês saibam exatamente o que é verdade e o que não é (ver 2 Néfi 31:13).

Sirvam com amor. O serviço amoroso em favor daqueles que se perderam ou que estão espiritualmente feridos abre nosso coração para a revelação pessoal.

Passem mais tempo — muito mais tempo — em lugares onde o Espírito

esteja presente. Isso significa mais tempo com amigos que estejam buscando ter o Espírito com eles. Passem mais tempo de joelhos em oração, mais tempo com as escrituras, mais tempo no trabalho de história da família, mais tempo no templo. Prometo-lhes que, se oferecerem constantemente ao Senhor uma porção generosa de seu tempo, Ele vai multiplicar o tempo restante.

**Será pedido que aceitem designações difíceis e que se tornem um instrumento nas mãos do Senhor. E Ele possibilitará que realizem o impossível.**

Apoiamos 15 homens que foram ordenados profetas, videntes e reveladores. Quando surge um problema complicado — e eles parecem ser mais complicados a cada dia —, esses 15 homens enfrentam o problema, tentando ver todas as ramificações dos vários cursos de ação, e procuram diligentemente ouvir a voz do Senhor. Depois de jejuar, orar, estudar, ponderar e aconselhar-me com meus irmãos dentre as Autoridades Gerais sobre assuntos de grande importância, não é raro eu despertar no meio da noite com mais impressões sobre as questões que nos preocupam. E as outras

Autoridades Gerais têm a mesma experiência.

A Primeira Presidência e o Quórum dos Doze Apóstolos aconselham-se mutuamente e compartilham tudo o que o Senhor nos orientou a entender e sentir, individual e coletivamente. E então, vemos o Senhor agir sobre o Presidente da Igreja para que proclame a vontade do Senhor.

Esse processo profético foi seguido em 2012, com a mudança na idade mínima para os missionários e também agora com os últimos acréscimos ao Manual da Igreja, correspondentes à legalização do casamento entre pessoas do mesmo sexo em alguns países. Cheios de compaixão por todos, sobretudo pelas crianças, empenhamo-nos muito para compreender a vontade do Senhor sobre esse assunto.

Cientes do Plano de Salvação de Deus e de Sua esperança de vida eterna para cada um de Seus filhos, levamos em consideração inúmeras variantes e combinações de possíveis situações que poderiam surgir. Reunimo-nos repetidas vezes no templo em jejum e oração e procuramos maior orientação e inspiração. E então, quando o Senhor inspirou Seu profeta, o Presidente Thomas S. Monson, para declarar a mente e a vontade do Senhor, cada um de nós naquele sagrado momento sentiu uma confirmação espiritual. Era nosso privilégio como apóstolos apoiar o que havia sido revelado ao Presidente Monson. A revelação do Senhor a Seus servos é um processo sagrado, da mesma forma que é sagrado o privilégio que vocês têm de receber revelação pessoal.

Queridos irmãos e irmãs, vocês têm tanto acesso à mente e à vontade do Senhor para sua própria vida como nós, os apóstolos, temos para Sua Igreja. Assim como o Senhor exige de *nós* que busquemos e ponderemos, que jejuemos e oremos, que estudemos e enfrentemos questões difíceis, Ele exige que *vocês* façam o mesmo ao procurar respostas para suas próprias perguntas.

Vocês podem aprender a ouvir a voz do Senhor por meio dos sussurros do Espírito Santo.<sup>1</sup> Por mais úteis que pareçam o Google, o Twitter e o Facebook, eles simplesmente não fornecem as respostas mais importantes!

Queridos jovens amigos, vocês podem conhecer a mente e a vontade do Senhor para sua própria vida. Não precisam se perguntar se estão onde o Senhor precisa que estejam ou se estão fazendo o que Ele precisa que façam. Vocês podem saber! O Espírito Santo lhes dirá “todas as coisas que [devem] fazer” (2 Néfi 32:3).

#### 4. Sigam os Profetas

Em 1979, enquanto servia como presidente geral da Escola Dominical, fui convidado a participar de um seminário de Representantes Regionais, durante o qual o Presidente Spencer W. Kimball fez um discurso inspirador sobre a abertura das portas das nações que estavam fechadas para a Igreja, como a China. Ele desafiou todos os presentes a estudar o idioma mandarim a fim de podermos oferecer nossas habilidades profissionais para ajudar o povo da China.

Para mim, o desafio do Presidente Kimball parecia ser um mandamento profético. Então, naquela mesma noite, perguntei à minha esposa Dantzel se estaria disposta a estudar mandarim comigo. Ela concordou, e então procuramos um instrutor para nos ajudar. É claro que não aprendemos a falar mandarim tão bem, mas aprendemos o suficiente. Tanto é

que, quando fui convidado, em meio a vários acontecimentos inesperados, para ir à China no ano seguinte como professor visitante a fim de ensinar cirurgia de peito aberto, eu me encontrava em uma posição melhor para aceitar o convite.

Avancemos seis anos, para o ano de 1985, um ano após eu ter sido chamado para o Quórum dos Doze



Apóstolos. Certo dia, recebi um pedido urgente para ir à China para realizar uma cirurgia de peito aberto em um famoso cantor de ópera, considerado herói nacional por toda a China. Expliquei que minhas responsabilidades eclesiais de tempo integral me impediriam de ir, mas os médicos na China suplicaram que eu fosse imediatamente para realizar a cirurgia que o salvaria.

Conversei sobre o assunto com meu presidente de quórum e com a Primeira Presidência. Eles tiveram o sentimento de que, como um favor ao povo da China, eu deveria fazer a viagem e realizar a cirurgia.

E assim o fiz. Felizmente, a operação foi um sucesso! Aliás, aquela foi a última cirurgia de peito aberto que realizei. Isso aconteceu em Jinan, na China, no dia 4 de março de 1985.

Agora, avancemos novamente, desta vez para outubro de 2015. Wendy e eu fomos convidados a voltar à Faculdade de Medicina da Universidade de Shandong, em Jinan. Ficamos impressionados quando fui calorosamente recebido como “um velho amigo” da China e me encontrei com cirurgiões que eu havia ensinado 35 anos antes. O ponto alto de nossa visita foi reunir-nos com o filho e o neto daquele famoso astro da ópera. Todas essas experiências incríveis se tornaram possíveis por um motivo: obedeci ao conselho dado por um profeta para estudar mandarim!

Os profetas veem adiante. Enxergam os assustadores perigos que o adversário colocou ou ainda vai colocar em nosso caminho. Os profetas também preveem as grandes

possibilidades e os privilégios reservados para aqueles que ouvem *com a intenção de obedecer*. Sei que isso é verdade! Vivenciei essas coisas inúmeras vezes.

O Senhor nos prometeu que jamais permitirá que o profeta nos desvie do caminho. O Presidente Harold B. Lee declarou: “Talvez nem tudo o que provenha das Autoridades da Igreja seja de seu inteiro agrado. Pode ser que vá de encontro a seus

**Quando sabem que um profeta é um profeta, podem se achegar ao Senhor com humildade e fé e podem rogar por seu próprio testemunho sobre qualquer coisa que Seu profeta proclamou.**

pontos de vista políticos ou sociais, ou ainda interferir em parte de sua vida social. Mas se vocês ouvirem tais palavras como se saíssem da boca do próprio Senhor, com paciência e fé, a promessa é que ‘as portas do inferno não prevalecerão contra vós; sim, e o Senhor Deus afastará de vós os poderes das trevas e fará tremerem os céus para o vosso bem e para a glória de seu nome’ (D&C 21:6).<sup>2</sup>

Talvez nem sempre compreendam todas as declarações de um profeta vivo. Mas, quando sabem que um profeta é um profeta, podem se achegar ao Senhor com humildade e fé e podem rogar por seu próprio

testemunho sobre qualquer coisa que Seu profeta proclamou.

Por volta de 41 a.C., muitos nefitas se uniram à Igreja, e a Igreja prosperou. Mas as combinações secretas também começaram a se intensificar, e muitos de seus astutos líderes se esconderam entre as pessoas e era difícil detectá-los. À medida que as pessoas se tornavam cada vez mais orgulhosas, muitos nefitas estavam “zombando de tudo quanto era sagrado, negando o espírito de profecia e de revelação” (Helamã 4:12).

Essas mesmas ameaças estão entre nós hoje em dia. A triste realidade é que há “servos de Satanás” (D&C 10:5) infiltrados na sociedade. Por isso tenham muito cuidado quanto a quais conselhos vocês darão ouvidos (ver Helamã 12:23).

Amados irmãos e irmãs, vocês nasceram para ser a verdadeira geração do milênio. São uma “geração eleita” (1 Pedro 2:9), preordenada por Deus a realizar um trabalho extraordinário: ajudar a preparar as pessoas deste mundo para a Segunda Vinda do Senhor! ■

*Extraído de um devocional mundial para jovens adultos: “Tornar-se a Verdadeira Geração do Milênio”, realizado na Universidade Brigham Young—Havaí, em 10 de janeiro de 2016. Para o discurso completo, acesse [broadcast.LDS.org](http://broadcast.LDS.org).*

#### NOTAS

1. Em fevereiro de 1847, quase três anos depois do martírio do Profeta Joseph Smith, ele apareceu ao Presidente Brigham Young e deu-lhe esta mensagem: “Diga aos irmãos que sejam humildes e fiéis e que se certifiquem de manter o Espírito do Senhor, que os conduzirá ao caminho correto. Sejam cuidadosos e não afastem a voz mansa e delicada; ela vai ensinar-lhes o que fazer e para onde ir” (*Ensinamentos dos Presidentes da Igreja: Joseph Smith*, 2007, p. 103).
2. *Ensinamentos dos Presidentes da Igreja: Harold B. Lee*, 2000, pp. 84–85.

# O Milagre do

# Fogo Médio

David A. Edwards  
Revistas da Igreja

Imagine um rapaz que esteja em casa sozinho e fique com fome (inimaginável, eu sei, mas simplesmente tente imaginar isso). Agora imagine que esse rapaz decida preparar um sanduíche de queijo na chapa pela primeira vez na vida.<sup>1</sup> Imagine que os pais do rapaz nunca o ensinaram a fazer sanduíche de queijo na chapa e que ele nunca os observou de perto enquanto o faziam.

Suponhamos, porém, que esse rapaz pegue todos os ingredientes certos: pão, queijo, um pouco de manteiga no lado de fora do pão (e um pouco de maionese por dentro, porque ele é muito inteligente). Depois, ele pega a frigideira e a coloca no fogão. (Vamos imaginar que ele não tenha uma chapa ou grelha especial nem qualquer outro aparelho para fazer esse prato.)

Agora imagine que certo pensamento lhe venha à mente — uma ideia que ninguém teve até agora por simples ignorância (ou por insanidade temporária): “Se eu aumentar o fogo, vai ficar pronto mais rápido”.

Imagine o que acontecerá em seguida. (Ou talvez você não tenha que imaginar.)

Ou ele vai ter um pão perfeitamente crocante e tostado, ou um queijo perfeitamente cremoso e derretido — mas não as duas coisas ao mesmo tempo. O mais provável é que ele acabe com um pão com a aparência (e provavelmente o gosto) de rocha de lava e um queijo semiderretido, algo tão atrativo quanto uma piada sem desfecho.

O problema dele, como você pode ver, foi uma combinação de ignorância (que é desculpável) com impaciência (que, embora compreensível, é menos desculpável). Se repetirmos o erro na próxima vez, seria ainda menos desculpável, já que não poderíamos atribuí-lo à ignorância, mas, sim, quase que inteiramente à impaciência.

Para fazer certo, ele teria que descobrir o milagre do fogo médio.

## MÉDIO NÃO É TÊDIO

O fogo médio do fogão é perfeito para preparar queijo na chapa e muitos outros pratos, porque permite que o alimento fique bem cozido sem queimar por fora. O único ponto negativo é que exige mais tempo e atenção, requerendo *paciência*.

O Senhor disse: “Continuai pacientemente até que sejais aperfeiçoados” (D&C 67:13). Ele estava se referindo ao tipo de perfeição que vai bem além do preparo de sanduíches de queijo na chapa perfeitos. Ele quer que nos tornemos mais semelhantes a Ele. Jesus Cristo é o exemplo supremo de paciência. E parte de nosso empenho em seguir Seu exemplo se traduz em ampliar nossa perspectiva, olhar além das coisas do momento e ver a recompensa maior resultante de autodisciplina, fé, obediência, esforço firme e constante, longanimidade e amor — em outras palavras: ter paciência.

Por definição, ter paciência implica esperar, que pode soar tedioso, mas, como ensinou o Presidente Dieter F. Uchtdorf, Segundo Conselheiro na Primeira Presidência, é bem mais do que meramente esperar: “A paciência significa esperar ativamente e perseverar. Significa permanecer em algo e fazer todo o possível: trabalhar, esperar e exercer fé; suportar as dificuldades com coragem, mesmo que os desejos de nosso coração demorem a ser cumpridos. A paciência não é apenas suportar, mas suportar bem!”<sup>2</sup>

## NOTAS

1. Obviamente, trata-se de um rapaz americano. Ele poderia muito bem

ser de outro país, preparando fritadas, crepes, Kartoffelpuffer, Köttbullar, panquecas, tortillas ou arroz pela primeira vez.

A ideia seria a mesma.

2. Dieter F. Uchtdorf, “Prosseguir com Paciência”, *A Liahona*, maio de 2010, p. 57.

Não é apenas largar o sanduíche de queijo na frigideira e esquecê-lo ali. É ficar olhando e virá-lo no momento certo.

Não é apenas ir à escola, ou ao Seminário, ou à igreja. É aprender ou adorar ativamente.

Não é apenas esperar que um testemunho do Livro de Mórmon lhe

seja concedido por você ter pedido isso. É continuar a ler, estudar, ponderar, orar e viver de acordo com os preceitos desse livro.

Não é apenas ficar sentado enquanto seus amigos zombam de sua religião. É orar por eles e

realmente desejar que haja uma mudança no coração deles e fazer tudo o que estiver a seu alcance para que isso aconteça.

Não é apenas esperar até os 16 anos para namorar. É aprender a amar a obediência e tentar entender como o fato de seguir os conselhos dos profetas vai abençoá-lo.



Você quer agora mesmo – ou quer bem feito?



## PROSEGUIR

“Esperar no Senhor significa plantar a semente da fé e nutri-la ‘com grande esforço e com paciência’ (Alma 32:41). (...)”

Esperar no Senhor significa “[permanecer] firmes na fé” (Alma 45:17) e ‘prosseguir’ com fé ‘tendo um perfeito esplendor de esperança’ (2 Néfi 31:20).”

Élder Robert D. Hales, do Quórum dos Doze Apóstolos, “Esperar no Senhor: Seja Feita a Tua Vontade”, *A Liahona*, novembro de 2011, p. 72.

## VEJA UM VÍDEO

*Veja o Presidente Dieter F. Uchtdorf explicar o que a paciência tem a ver com marshmallows em [LDS.org/go/101656](https://www.latterdayprophets.org/101656).*

## ABAIXE O FOGO

Tanto a paciência quanto a temperança, ou autocontrole, fazem parte dos “frutos do Espírito” (ver Gálatas 5:22–23). Embora haja coisas urgentes que exijam medidas imediatas ou uma pronta reação (assim como há alguns alimentos que precisam de fogo bem forte), você deve procurar desenvolver cada vez mais paciência e autocontrole. Se já sente que isso está acontecendo, é sinal de que o Espírito está atuando em sua vida.

O milagre do fogo médio pode lhe dar um perfeito sanduíche de queijo na chapa, hambúrgueres que não pareçam sola de sapato com miolo cor-de-rosa, batatas fritas em vez de queimadas e arroz soltinho e tenro em vez de duro e grudento. Mas a paciência terá sua “obra perfeita” (Tiago 1:4) em sua vida, ajudando-o a prosseguir com firmeza para tornar-se mais semelhante a Jesus Cristo, proporcionando a influência do Santo Espírito e,

por fim, ajudando a conduzi-lo para a vida eterna.

Ao observar as coisas que o deixam impaciente, pense naquele sanduíche de queijo na chapa (ou qualquer outro prato de seu agrado) e o que você pode estar sacrificando ao permitir que a impaciência guie seus atos. Caso ceda com demasiada frequência à impaciência, saiba que não é o único. Você pode se arrepender e tentar novamente seguir o exemplo e os ensinamentos de Jesus Cristo. Há mais do que um sanduíche de queijo na chapa a ser feito, e nunca é tarde demais para aprender a respeito da perfeição que é possível alcançar por meio da paciência. ■

## ENTRE NA CONVERSA

### COISAS A PONDERAR PARA O DOMINGO

- Que provações atuais ou situações cotidianas o deixam impaciente?
- Como você pode praticar mais paciência em todas essas situações?

### COISAS QUE VOCÊ PODE FAZER

- Estudar as escrituras sobre paciência alistadas no Guia para Estudo das Escrituras.
- Com sua família ou na igreja, você pode trocar ideias sobre metas referentes a coisas específicas que pode fazer para ser mais paciente.



# IMAGINE-SE RECONSTRUÍDO

“Você pode achar que sua vida está em ruínas. (...) Nosso amoroso Pai Celestial pode e vai reconstruir-nos. Seu plano é edificar-nos em algo bem maior do que somos — bem maior do que podemos imaginar.”

Presidente Dieter F. Uchtdorf, Segundo Conselheiro na Primeira Presidência,  
Conferência Geral de abril de 2016



# O PODER DE PERSEVERAR

Jessica Turner,  
conforme relatado a Lynne Crandall

Aproximadamente um mês antes do meu aniversário de 16 anos, nossa família fez uma viagem de carro pelos Estados Unidos para visitar alguns locais históricos da Igreja. Não me importei de ficar tanto tempo na estrada porque sempre era divertido estar com a família. Lembro-me de entrar no carro um dia depois de termos visitado Winter Quarters, Nebraska. Estava chovendo muito. Sentei-me no banco traseiro, apanhei um cobertor e me encolhi para ouvir a chuva cair enquanto eu adormecia.

A próxima coisa de que me lembro foi sentir que estava rodopiando sem controle. Tempos depois, fiquei sabendo que o carro derrapara na pista molhada e batera numa mureta de cimento, embaixo de um viaduto. Lembro-me vagamente de alguém me dizer que eu tinha quebrado a perna e estava indo para a cirurgia.

Pouco tempo depois, enquanto me recuperava no hospital, meu pai entrou no meu quarto. Sentou-se a meu lado junto ao leito e segurou minha mão. De alguma forma, eu já sabia o que ele ia dizer.

“Querida”, disse ele, “sabe onde você está?”

“No hospital”, respondi.

“Sabe o que aconteceu?”

“Sofremos um acidente de carro.”

“Alguém lhe contou o que aconteceu com o restante da família?”

Calei-me por um instante e então respondi que não.

Ele disse que todos iam ficar bem, com exceção da mamãe. Ela não tinha sobrevivido.

Eu esperava sentir-me arrasada naquele instante, mas não fiquei. Naquele choque inicial, de alguma forma, por algum motivo, senti paz e um doce sentimento de que podia confiar em Deus e que tudo ficaria bem.

Deitada ali no hospital, lembrei-me particularmente de um local histórico da Igreja que tínhamos visto dois dias antes do acidente: Martin’s Cove, Wyoming. Muitos pioneiros tinham morrido ali de fome e de frio por causa da neve e do tempo gelado. Lembrei-me de ter visto pilhas de pedras colocadas sobre as sepulturas e de ter pensado em quanta fé o restante dos pioneiros precisou exercer para pegar seus carrinhos de mão e seguir viagem. Aquela história me impressionou. Ao pensar naquela experiência, soube que os pioneiros



Com a perna quebrada e o coração partido,  
eu precisava de cura.  
A esperança me fez  
superar as dificuldades.

havam perseverado e que eu teria de fazer o mesmo, inclusive sendo forte para meus irmãos menores.

Aquela paz permaneceu comigo por mais uma semana e meia. Eu estava numa cadeira de rodas vendo os fogos de artifício pela janela do hospital no feriado de 4 de Julho dos Estados Unidos quando realmente me dei conta de que minha mãe se fora. Ela não estaria na minha formatura do Ensino Médio. Não estaria a meu lado quando eu recebesse minha investidura no templo. Não estaria no meu casamento. Ela não estava mais entre nós.

Foi então que as coisas começaram a ficar muito difíceis. A dor na perna era terrível, e eu não tinha apetite. Eu assistia à televisão sem prestar atenção e passava a maior parte do tempo dormindo. Minha família se preocupou comigo porque eu não chorava muito.

As lágrimas vieram bem mais fortes quando finalmente chegamos em casa, em Oregon, e encontramos a casa vazia. De repente, tive de assumir algumas responsabilidades de minha mãe, e meus irmãos frequentemente me procuravam para que os



## ELEVE SEU CORAÇÃO

“Você pode achar que sua vida está em ruínas. (...) Pode estar com medo, com raiva, sofrendo ou torturado pela dúvida. Mas, assim como o Bom Pastor encontra Sua ovelha perdida, se você simplesmente elevar seu coração ao Salvador do mundo, Ele vai encontrá-lo.

Ele vai resgatá-lo.

Vai levantá-lo e colocá-lo sobre os ombros Dele.

Vai carregá-lo de volta para casa.”

Presidente Dieter F. Uchtdorf, Segundo Conselheiro na Primeira Presidência, “Ele Vai Colocar Você sobre os Ombros e Carregá-lo para Casa”, *A Liahona*, maio de 2016, p. 104.

consolasse. Tentei ser forte para eles. Mas não foi fácil.

Voltar à escola foi bem difícil. Todos tinham ouvido falar do acidente, e os que não tinham ficaram sabendo quando meus professores me apresentaram como a moça que estava no acidente. Sentia-me totalmente isolada.

Foi particularmente difícil quando meu pai se casou de novo, nove meses após o falecimento da minha mãe. Eu sabia que minha madrasta seria boa para nossa família e que precisávamos dela, mas a adaptação foi muito difícil.

Mas nem tudo foram trevas durante essa época. Senti muito amor do meu Pai Celestial, da minha família e dos meus líderes da Igreja. O que me ajudou a curar-me e a seguir em frente após o acidente foram coisas simples que fiz e que me fortaleceram a fé. Todos os dias, eu passava uma hora antes de me deitar lendo as escrituras, orando e escrevendo no diário, em meu quartinho. Na privacidade daquele quarto, eu não tinha que ser forte para meus irmãos. Podia chorar o quanto precisasse e abrir meu coração a Deus. Eu dizia a Ele exatamente como me sentia e o quanto tinha saudades da minha mãe. Sei que Ele me ouviu por causa das muitas ternas misericórdias que senti. Aquele quartinho se tornou sagrado para mim.

As coisas simples que eu fazia me ajudaram a manter-me ligada a Deus, em vez de afastá-Lo e me tornar amarga. Eu não via o acidente como algo que Deus tivesse feito para

ferir minha família. Senti mais força para ser obediente e submeter-me à vontade Dele, seguindo em frente ao longo daqueles árduos dias. E houve alguns dias que realmente foram de fato *árduos*.

Depois que meu pai se casou novamente, eu quis dar um bom exemplo para meus irmãos, e definitivamente não queria ter maus sentimentos em relação a minha madrasta, por isso continuei a depositar minha confiança em Deus. Uma atividade do meu Progresso Pessoal se concentrava em tornar minha vida familiar melhor fortalecendo meu relacionamento com um membro da família por duas semanas. Basicamente a meta era tentar ser semelhante a Cristo e expressar amor por meio de ações. Decidi colocar isso em prática e servir à minha madrasta.

Com a união de nossas famílias, passou a haver muita louça para lavar. Assim, foi por aí que comecei. Ao prestar serviço a ela nas duas semanas seguintes, consegui amar minha madrasta e ser paciente, embora não me sentisse necessariamente feliz com a situação. O simples fato de me concentrar em servir a ela ajudou-me a superar os momentos difíceis, porque senti o Espírito comigo.

Ainda não entendo tudo sobre o porquê do acidente que aconteceu com nossa família, e ainda há dias árduos. Mas, tal como os pioneiros, depusitei minha confiança em Deus e recebi forças para perseverar. ■

*A autora mora em Utah, EUA.*





**Élder D. Todd Christofferson**

Do Quórum dos Doze Apóstolos

## COMO TORNAR CRISTO O PONTO CENTRAL DE NOSSA VIDA

Jesus alcançou união perfeita com o Pai submetendo-Se, tanto física quanto espiritualmente, à vontade do Pai. Referindo-Se a Seu Pai, Jesus disse: “Eu faço sempre o que lhe agrada” (João 8:29). Como era a vontade do Pai, Jesus sujeitou-Se inclusive à morte, “a vontade do Filho sendo absorvida pela vontade do Pai” (Mosias 15:7). Seu enfoque no Pai é um dos principais motivos pelos quais o ministério de Jesus teve tanta clareza e poder. Não havia Nele hesitação que O distraísse.

Da mesma forma, todos nós podemos **pôr Cristo no centro de nossa vida e tornar-nos um com Ele**, assim como Ele o é com o Pai (ver João 17:20–23). Podemos começar despojando-nos de todas as coisas de nossa vida e depois pondo-as de volta em ordem de prioridade, com o Salvador no centro. Devemos primeiro **dar a mais alta prioridade às coisas que nos permitem recordá-Lo sempre** — orar e estudar as escrituras com frequência, examinar atentamente os

ensinamentos apostólicos, prepararmos todas as semanas para tomar o sacramento dignamente, adorar o Senhor aos domingos e recordar o que o Espírito e a experiência nos ensinam sobre o discipulado. Outras coisas podem lhes vir à mente, as quais se aplicam especificamente a vocês nesta fase de sua vida. **Depois de reservarmos tempo e recursos adequados** para esses assuntos a fim de **centralizarmos nossa vida em Cristo**, podemos **começar a adicionar outras responsabilidades** e coisas de valor, como os estudos, as responsabilidades familiares e a carreira profissional. Dessa forma, não excluiremos de nossa vida o essencial em troca do meramente bom, e as coisas de menor valor terão menos prioridade ou simplesmente desaparecerão.

Embora não seja fácil, podemos **prosseguir com firmeza e constância, tendo fé** no Senhor. Posso atestar que, com o passar do tempo, nosso desejo e nossa capacidade de sempre recordar e seguir



### COMO VOCÊ COLOCOU ISSO EM PRÁTICA?

Minha família e eu passamos por algumas provações difíceis e agora não temos um portador do sacerdócio em casa. As provações nos ajudam a ajoelhar-nos em oração. Sinto-me grata por ter as escrituras e poder lê-las todos os dias. Elas me ensinaram que, embora as decisões das outras pessoas possam ter impacto em minha vida, meu valor ainda é grande. Sinto-me grata por saber que posso conversar com meu Pai Celestial a qualquer hora do dia ou da noite. Isso é uma bênção!

Hailey D., 17 anos, Idaho, EUA

o Salvador crescerão. Devemos **empenhar-nos** com paciência para esse fim e **orar sempre** pelo discernimento e auxílio divino de que precisamos (ver 2 Néfi 32:9). ■

*Extraído de um discurso proferido em um devocional na Universidade Brigham Young-Idaho, em 27 de janeiro de 2009.*

Rosemary Thackeray

Quando eu era jovem, passava muitas horas observando minha mãe na cozinha. Ela preparava as mais deliciosas refeições, pães, biscoitos e tortas para nossa família. Após algum tempo, comecei a ler as receitas, seguir as instruções e preparar pratos. Não tinha que depender da minha mãe — podia fazê-lo sozinha.

Assim como quando aprendemos a cozinhar, é na prática que aprendemos o evangelho e desenvolvemos nosso testemunho. Depois que Leí contou à sua família o sonho que tivera sobre a árvore da vida, Néfi disse que queria “ver e ouvir e conhecer essas coisas” por ele mesmo (1 Néfi 10:17). Em outras palavras, para Néfi não bastava ouvir o testemunho do pai. Ele queria aprender o que seu pai já sabia.

A receita do aprendizado do evangelho tem alguns passos simples. Você pode usar estas quatro ideias para ajudar seu aprendizado do evangelho com sua família, na igreja ou em seu estudo pessoal.

## 1. Prepare-se para aprender.

Comece seu estudo pessoal com uma oração. Peça ao Pai Celestial que ajude você a entender o que está lendo. Anote uma ou duas perguntas e procure as respostas. O Espírito Santo vai prestar testemunho das verdades à medida que você ler, ponderar e orar (ver Morôni 10:5).

Prepare-se para o aprendizado do evangelho na igreja

lendo a lição previamente. As lições do programa *Vem, e Segue-Me* podem ser encontradas no site LDS.org e no aplicativo Biblioteca do Evangelho.

## 2. Envolver-se em seu aprendizado.

- Leia para entender. O número de páginas que você leu ou sua velocidade de leitura não é tão importante quanto o entendimento do que você estiver lendo. Você pode ter de reler diversas vezes algumas frases. Use um dicionário para procurar as palavras que não conhece. Por exemplo: O que quer dizer *dispensação*? Você pode usar o Guia para Estudo das Escrituras para descobrir.
- Faça perguntas sobre o que estiver lendo. Você pode perguntar: “O que estava acontecendo em Jerusalém na época em que Leí e sua família partiram? Por que as pessoas não deram ouvidos a Leí?”
- Tente responder a estas três perguntas a respeito de qualquer ensinamento do evangelho: Por que isso era importante para as pessoas daquela época? Como isso se aplica a *nós* em nossos dias? Como se aplica a *mim*?
- Procure padrões e ligações. Por exemplo: Quais são os padrões encontrados na maneira pela qual Néfi reagiu à adversidade? Como a jornada de sua família no deserto se assemelha à jornada dos israelitas ao saírem do Egito?

# UMA RECEITA DE APRENDIZADO

Siga estes quatro passos para tornar a palavra de Deus deleitosa para sua alma.



- Anote seus pensamentos e sentimentos no diário. “Ao escreverem ideias preciosas, mais delas com certeza surgirão. Também o conhecimento que vão adquirir os acompanhará por toda a vida” (Richard G. Scott, “Obter Conhecimento e a Força para Aplicá-lo com Sabedoria”, *A Liahona*, agosto de 2002, p. 12). Anote, em especial, o que as ideias significam em sua vida.
- Faça um desenho. Outro modo de registrar o que está aprendendo é fazer desenhos. Certa vez, quando eu visitava uma amiga para participar de uma noite familiar, a avó dela contou histórias pessoais sobre fé e oração. Antes do início da lição, minha amiga deu aos filhos dela papel e giz de cera para desenharem as histórias enquanto a avó as contava. O fato de estarem desenhando os ajudou a prestar atenção, e eles até fizeram perguntas para esclarecer algumas partes da história.

### 3. Estude e viva o evangelho todos os dias.

O aprendizado requer esforço. Precisamos esforçar-nos para entender (ver Mosias 12:27). O Élder M. Russell Ballard, do Quórum dos Doze Apóstolos, nos aconselhou a “estabelecer um horário e um lugar para estudar as escrituras diariamente, mesmo que sejam apenas alguns minutos” (“When Shall These Things Be?” [Quando Essas Coisas Acontecerão?], *Ensign*, dezembro de 1996, p. 60). Quando estudamos regularmente, o aprendizado se torna mais fácil. Por exemplo: descobri que, quando realmente leio os capítulos de Isaías no Livro de Mórmon (em vez de pulá-los), eles começam a fazer sentido para mim.

No tocante ao aprendizado do evangelho, não basta saber algo apenas intelectualmente. Precisamos também

colocar em prática o que aprendemos. Ao colocarmos em prática a verdade, o Espírito Santo vem confirmá-la para nós, e nosso testemunho cresce. À medida que vivemos essa verdade de modo consistente, começamos a mudar e nos convertemos a Jesus Cristo.

### 4. Compartilhe o que aprender.

O fato de contar a outras pessoas um princípio do evangelho com nossas próprias palavras ajuda-nos a nos lembrar desse princípio e a sentir o Espírito, e isso fortalece nosso testemunho. Uma boa hora de começar costuma ser a noite familiar. Você também pode partilhar essas coisas ao conversar com amigos na escola e com os familiares no jantar.

Se seguirmos esses quatro passos simples e buscarmos diligentemente conhecer o Salvador, temos a promessa de que “os mistérios de Deus [nos serão] desvendados pelo poder do Espírito Santo” (1 Néfi 10:19). ■

*A autora mora em Utah, EUA.*



#### QUATRO COISAS DAS QUAIS NECESSITAMOS

“Não precisamos de auxílios didáticos sofisticados e não devemos depender demasiadamente do conhecimento espiritual de outras pessoas. Simplesmente precisamos ter o sincero desejo de aprender, a companhia do Espírito Santo, as santas escrituras e uma mente ativa e inquiridora.”

Élder David A. Bednar, do Quórum dos Doze Apóstolos, “A Reservoir of Living Water” [Um Reservatório de Água Viva], devocional do Sistema Educacional da Igreja para jovens adultos, 4 de fevereiro de 2007, 3, si.LDS.org.

“Algumas pessoas me dizem que, para fortalecer-me, preciso ter amigos que não compartilham meus padrões. Isso é verdade?”

**E**m última análise, o fortalecimento de seus padrões vem por meio do aprendizado e da aplicação prática do evangelho de Jesus Cristo, e os amigos podem ajudá-lo ou impedi-lo de fazer isso. Os amigos têm grande influência sobre você — desde seu modo de pensar, falar e agir até na pessoa em que você vai se tornar. O livreto *Para o Vigor da Juventude* recomenda: “Escolha amigos que compartilhem seus valores para que possam fortalecer e incentivar uns aos outros a viver padrões elevados” (2011, p. 16). Esse tipo de amigos o ajuda a viver o evangelho de Jesus Cristo, a manter seus padrões e a tornar-se uma pessoa melhor.

No entanto, nem todas as pessoas de seu convívio terão padrões semelhantes aos seus ou serão membros da Igreja. É importante sermos gentis com todos e tratá-los da maneira que o Senhor os trataria — com amor e bondade. À medida que você continuar a viver seus padrões, poderá ser “o exemplo dos fiéis, na palavra, no trato, na caridade, no espírito, na fé, na pureza” (1 Timóteo 4:12). Por meio de seu exemplo, eles verão como você é abençoado por viver padrões elevados, e você pode incentivá-los a fazer o mesmo.

Busque a orientação do Espírito Santo — e tenha a coragem de seguir Seus sussurros — ao escolher amigos e esforçar-se para fortalecer seus padrões.



#### Amigos Verdadeiros

No meu primeiro ano no Ensino Médio, estava nervosa, achando que não conseguiria encontrar amigos que respeitassem meus padrões. Depois de pouco tempo, fiz grande amizade com um colega e contei-lhe que era mórmon. Ele me fez perguntas a respeito disso, por isso lhe dei um livreto *Para o Vigor da Juventude*. A partir daquele dia, ele parou de dizer palavrões na minha frente. Se seus amigos são amigos de verdade, vão respeitar suas decisões e ajudá-lo a manter seus padrões.

*Candela M., 13 anos, Buenos Aires, Argentina*



#### Siga os Conselhos dos Profetas

Às vezes é difícil resistir à tentação se estivermos com amigos que fazem más escolhas ou tentam convencer-nos a agir da mesma forma. Os profetas nos disseram no livreto *Para o Vigor da Juventude* que os amigos “vão influenciar muito o seu modo de pensar e de agir e até ajudar a determinar a pessoa na qual você vai se tornar” (2011, p. 16). Acho que devemos ter amigos que estejam dispostos a respeitar nossos padrões e até mostrar interesse em que mantenhamos nossos padrões.

*Calvin W., 16 anos, Arizona, EUA*

#### Lembre-se de Seus Padrões

Os amigos que não compartilham nossos padrões podem na verdade enfraquecê-los e destruí-los. Quando mudei de escola, tentei me enturmar



dizendo algumas das coisas que as pessoas ao meu redor diziam. Quase esqueci alguns dos meus padrões enquanto tentava ser como todo mundo. Sei agora que, para edificar nossos padrões, precisamos de amigos que apoiem e compartilhem esses padrões. Sinto-me grato por ter finalmente encontrado amigos assim, pois me lembraram quais eram meus padrões.

*Logan J., 15 anos, Utah, EUA*



### Mantenha Seus Padrões Elevados

Os amigos com padrões diferentes não vão obrigatoriamente fortalecer os seus, mas, por ser amigo deles, você pode lhes dar um bom exemplo a seguir. Quando tiver amigos que compartilham suas crenças, isso pode incentivá-los a manter seus padrões elevados e ajudá-lo a defender o que é certo.

*Warren S., 14 anos, Oregon, EUA*



### Bons Amigos São uma Bênção

Se seus amigos não compartilham seus padrões, pode ser mais difícil fortalecer seus próprios padrões. A leitura do livreto *Para o Vigor da Juventude* sempre me ajudou a escolher bons amigos que me respeitem. Agora estou me preparando para servir missão e sei que o convívio com pessoas que tinham os meus padrões me ajudou a permanecer fiel no evangelho.

*Nair M., 19 anos, Buenos Aires, Argentina*



### Apegue-se à Barra de Ferro

Ter amigos com bons padrões é exatamente o que você quer.

Cerque-se de amigos que vão ajudá-lo a guardar os mandamentos e motivá-lo a viver em retidão. Agarre-se firmemente à barra de ferro, que conduz à árvore da vida, e não ao grande e espaçoso edifício. Rodear-se de iniquidade conduz à tentação. Tenha bons amigos que vão influenciá-lo a viver o evangelho.

*Annie P., 13 anos, Utah, EUA*



### Ore para Encontrar Amigos

Depois que minha família e eu nos mudamos para outro Estado, orei constantemente

para encontrar amigos com quem pudesse conversar a respeito do evangelho. Ao orar, senti-me consolada e, alguns meses depois, fiz alguns amigos incríveis. Posso contar com o apoio deles, e eles me ajudaram



### A INFLUÊNCIA DE BONS AMIGOS

“Todos precisam de bons amigos. Seu círculo de amigos influenciará seu modo de agir e pensar, assim como você influenciará o de seus amigos. Quando você e seus amigos partilham dos mesmos valores, vocês podem fortalecer-se e incentivar-se mutuamente. Trate todos com bondade e dignidade. Muitos não membros conheceram a Igreja por meio de amigos que os envolveram em atividades da Igreja.”

Presidente Thomas S. Monson, “Para Que Possamos Tocar os Céus”, *A Liahona*, janeiro de 1991, p. 51.

a desenvolver um amor ainda maior pelo evangelho. Sei que amigos são importantes e que podem facilitar nossa prática do evangelho.

*Sarah P., 16 anos, Rio de Janeiro, Brasil*

## PRÓXIMA PERGUNTA

“Além da oração e do estudo das escrituras, qual é a melhor maneira de fortalecer meu testemunho?”

Envie sua resposta e, se desejar, uma fotografia de alta resolução, até 1º de novembro de 2016, para [liahona.LDS.org](mailto:liahona.LDS.org) ou por e-mail para [liahona@LDSchurch.org](mailto:liahona@LDSchurch.org).

Inclua o seguinte: (1) nome completo, (2) data de nascimento, (3) ala ou ramo, (4) estaca ou distrito, (5) sua permissão por escrito e, se for menor de 18 anos, a permissão por escrito (aceita-se por e-mail) de um dos pais ou responsáveis, para publicar sua resposta e fotografia.

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

**Julia Ventura**  
Inspirado numa história verdadeira

*“Uma família tenho, sim! Eles são tão bons pra mim” (Músicas para Crianças, p. 98).*

“Vamos pegar as varas de pesca. É hora de pescar!”, exclamou o pai.

Hayden sorriu ao olhar em volta. Tudo era brilhante e vibrante. Eles tinham o lago inteiro só para eles!

Seguindo o pai, Hayden foi até a traseira do carro e tirou a grande caixa de equipamento de pesca do porta-malas. Era pesada, mas ele não se importava. Teria carregado o dobro daquele peso para poder pescar com o pai.

As varas de pesca chacoalharam quando o pai as puxou para fora.

“Parece que Dan caiu no sono”, disse ele. “Você pode acordá-lo?”

Hayden conteve um suspiro. “Sim, claro!”

Tinha quase esquecido que seu irmão caçula, Dan, tinha vindo também. Dan estava sempre correndo de um lado para o outro e falando alto. Ia espantar todos os peixes!

Olhou pela janela aberta. “Dan, é hora de acordar.”

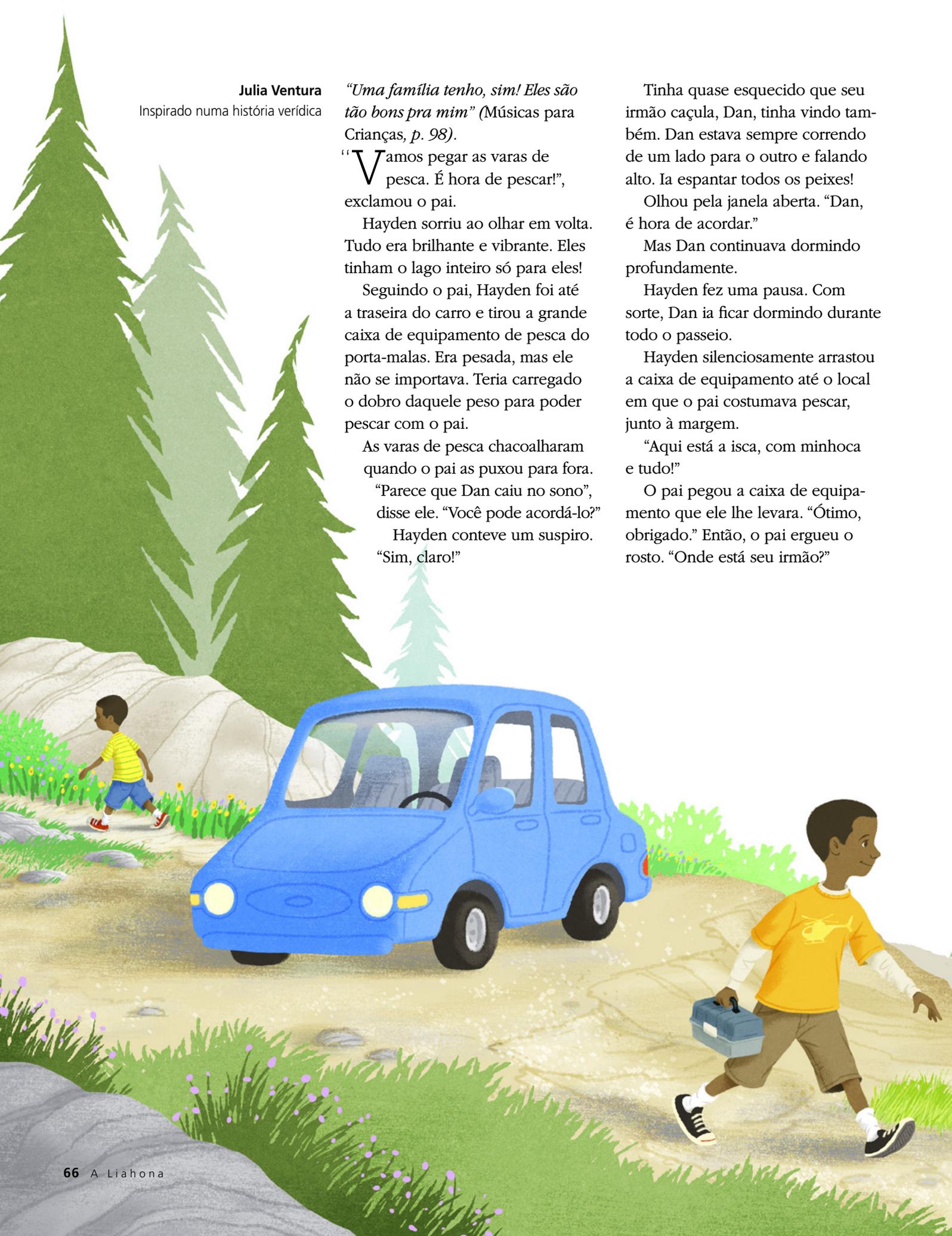
Mas Dan continuava dormindo profundamente.

Hayden fez uma pausa. Com sorte, Dan ia ficar dormindo durante todo o passeio.

Hayden silenciosamente arrastou a caixa de equipamento até o local em que o pai costumava pescar, junto à margem.

“Aqui está a isca, com minhoca e tudo!”

O pai pegou a caixa de equipamento que ele lhe levara. “Ótimo, obrigado.” Então, o pai ergueu o rosto. “Onde está seu irmão?”



Hayden olhou para o carro. De repente, ele se perguntou como *ele* se sentiria caso acordasse sozinho num lugar estranho. Não se sentiria bem, decidiu Hayden. Na verdade, é bem provável que se sentisse muito assustado. E Dan só tinha 5 anos.

“Só um minuto, pai. Já volto.” Mas, quando ele olhou dentro do carro, Dan havia sumido!

Hayden não conseguia mais ouvir o zumbido dos insetos. Tudo parecia ter ficado em silêncio.

“Dan não está aqui!”, gritou Hayden.

O pai correu até lá e rapidamente verificou o carro.

“Ele deve estar apenas nos procurando”, disse o pai. “Foi só um minuto. Ele não deve ter ido longe.”

Hayden tentou manter-se calmo, mas sentia o estômago revirar.

“Posso fazer uma oração?”

“Acho que é uma boa ideia.”

Hayden agradeceu ao Pai Celestial pelo irmão caçula e pediu que eles encontrassem Dan rapidamente para que ele não sentisse medo.

Quando Hayden terminou, seu coração já não estava tão angustiado.

O pai pôs a mão no ombro de Hayden. “Se você fosse Dan? Para onde iria?”

Hayden notou que a porta do outro lado do carro estava aberta. Dan não devia tê-los visto junto à margem. Hayden apontou para uma trilha próxima. “Acho que iria por ali”, disse ele.

Eles correram pela trilha.

Cada segundo parecia lento e pesado. Enquanto caminhava,

Hayden continuou fazendo orações no coração. Após alguns passos, chegaram a uma curva na trilha e viram Dan logo à frente.

“Dan!”, gritou Hayden.

Dan se virou e sorriu. “Ei, para onde vocês foram?”

O tempo voltou a correr normalmente. Hayden correu até Dan e o abraçou com força.

“Fico muito feliz por nós o termos encontrado”, alegrou-se Hayden. Fez rapidamente uma oração de agradecimento no coração.

Dan apenas sorriu. “Onde estão os peixes?”

“Venha, vou lhe mostrar”, convidou Hayden. Estava doido de vontade de correr até o lago. “Vamos ver quem pega o primeiro peixe. Vou ajudá-lo a pôr a isca no anzol.” ■

*A autora mora na Geórgia, EUA.*

# Fomos Pescar

*Hayden mal podia esperar para ir pescar! Mas bem que Dan podia ter ficado em casa...*





Élder Gary E. Stevenson

Do Quórum dos Doze Apóstolos

# Como posso tornar meu lar um lugar cheio de paz?



Podemos tornar nosso lar um lugar cheio de paz e sagrado como é o templo.



Ajude a manter a casa limpa e arrumada.



Pendure uma gravura de Jesus ou do templo em sua casa.



Mantenha as escrituras em aposentos nos quais a família possa estudar e aprender juntos.

# NOSSA PÁGINA



*Foi maravilhoso ir ao templo com minha família. É uma longa viagem da minha cidade até o templo: quase 14 horas. Passamos uma semana perto do templo. Estou ansiosa para fazer 12 anos e poder realizar batismos por meus antepassados. Um dos meus hinos favoritos é "Eu Gosto de Ver o Templo". Quero me casar no templo e ter uma família eterna. Sei que o templo é a casa do Senhor.*

Júlia Q., 11 anos (na época da fotografia), Goiás, Brasil



## GOSTAMOS DE VER O TEMPLO

*Quando fiz este desenho, pensei que, se eu seguir os mandamentos, vou poder entrar um dia no templo, como meus pais, ser selada e ter minha própria família eterna. Amo minha família e o Pai Celestial.*

Manolita G., 8 anos (na época do desenho), Chimaltenango, Guatemala



Allen E., 10 anos (na época do desenho), San Salvador, El Salvador



*Minha irmã caçula e eu gostamos de ir ao templo em Mérida, Yucatán, México, toda vez que nossa ala é designada a ir. Passamos o tempo nos jardins e brincamos com outras crianças que vão ao templo. Estou me preparando para entrar no templo um dia.*

Martha S., 6 anos (na época do desenho), Yucatán, México



## Olá, amigos!

Meu nome é Story. Morei no Turcomenistão. É um país da Ásia Central. Gosto de ler, desenhar e costurar. Gosto de olhar as estrelas com meu pai. Minha família e eu somos os únicos membros da Igreja no país INTEIRO!

# A História de Story

Jill Hacking  
Revistas da Igreja

### ORAR POR MISSY

*Um dia, após uma grande tempestade, Missy, a gata de minha amiga, sumiu. Procuramos por toda parte, mas não conseguimos encontrá-la. Eu disse que poderíamos orar. Minhas amigas não sabiam bem como fazer isso, por isso lhes mostrei. Todas nos ajoelhamos e cada uma fez sua própria oração. Depois nos levantamos e começamos a procurar de novo. Uma menina correu até nós e disse que tinha encontrado Missy! Fiquei feliz por ter compartilhado um pouco do evangelho com minhas amigas.*





**APRENDER UNS COM OS OUTROS**  
*Minha irmã, Sariah, e eu estudamos numa escola com crianças de vários países. Adoramos aprender uns com os outros e nos divertir.*



### ARTESANATO E DIVERSÃO

*Sariah e eu convidamos nossas amigas para brincar conosco. Pintamos, fizemos artesanato e realizamos piqueniques. No Natal, fizemos uma apresentação teatral com nossos amigos do bairro.*



### ENVIE-NOS SUA PEGADA

De que forma você segue a Jesus ficando firme? Trace o contorno de sua pegada e envie-nos sua história, sua foto e a permissão de seu pai ou sua mãe. Mande-os pelo site [liahona.LDS.org](http://liahona.LDS.org) (clique em "Enviar Seu Trabalho") ou por e-mail para [liahona@LDSchurch.org](mailto:liahona@LDSchurch.org).



### A IGREJA NO LAR

*Como éramos os únicos membros da Igreja, as reuniões da Igreja eram em nossa casa. Tínhamos a reunião sacramental, o tempo de cantar, o tempo de compartilhar e as aulas da Primária. Eu tocava piano no tempo de música.*





Élder Jairo  
Mazzagardi  
Dos Setenta

# Lições Aprendidas com Minha Mãe



ILUSTRAÇÃO: MATT SMITH

## PERGUNTE A SEU PAI OU A SUA MÃE!

Qual é a coisa de que mais gosta em ser pai/mãe?

Qual é a coisa mais difícil?

O que deixa você feliz?

Qual é a coisa mais importante que você faz todos os dias?

Como o evangelho ajuda você a ser melhor pai/mãe?

Qual é a última coisa que você faz todos os dias?

Que outras perguntas você poderia fazer?

Seja o ajudante de sua mãe ou de seu pai por um dia inteiro! Escreva ou desenhe em seu diário o que aprendeu. Agradeça a seus pais por tudo o que fazem.

Quando eu era criança, sempre que ganhávamos algum dinheiro, minha mãe pegava as melhores notas — as menos amarradas e sujas — e as dava ao ministro da igreja que frequentávamos. Ela fez isso a vida inteira. Ela dizia: “Isso pertence a Deus”. Essas palavras ficaram comigo desde aquela época. Quando fui batizado em A Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias, quando adulto, não foi difícil para mim pagar o dízimo porque minha mãe me havia ensinado a obedecer a essa lei.

Minha mãe também me ensinou a ser honesto mesmo que isso significasse fazer coisas difíceis. Nosso vizinho plantava todo tipo de frutas e verduras. Às vezes as frutas dele cresciam do nosso lado do muro. Uma vez, peguei algumas frutas dele e levei para minha mãe. Ela olhou para mim e disse: “Isso não nos pertence”. Eu mal podia acreditar. Perguntei: “O que a senhora

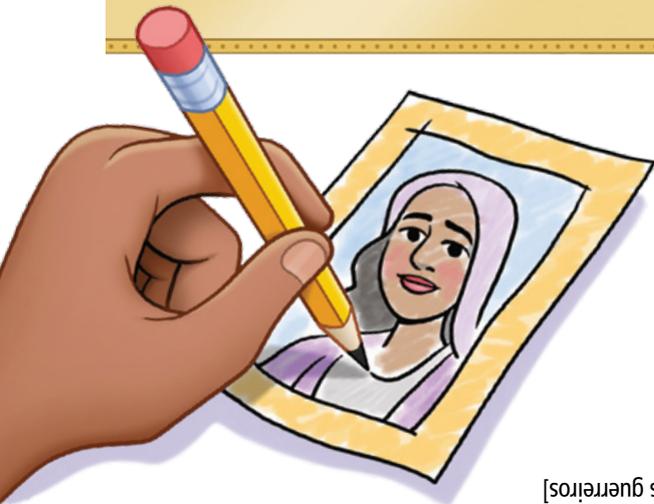
quer dizer? Está do nosso lado do muro!” Ela repetiu: “Isso não nos pertence”. Então, pegou-me pela mão e fomos até a casa de nosso vizinho. Pedimos desculpas por termos pegado suas frutas. Minha mãe disse que, se eu quisesse algo, tinha de consegui-lo honestamente.

Talvez seus pais não sejam membros da Igreja, ou talvez vocês nem

sempre concordem com as escolhas deles. Ainda assim, podem aprender princípios verdadeiros com eles, como a honestidade, a responsabilidade, a autossuficiência e o trabalho árduo. Esses princípios serão grandes bênçãos em sua vida. ■

# Heroínas do Livro de Mórmon

Há muitas mulheres no Livro de Mórmon que foram bons exemplos para nós. Aqui estão três cartões de heroínas para acrescentar à sua coleção! Não sabemos o nome de todas elas, mas ainda assim podemos aprender com o exemplo delas. Como você pode ser mais semelhante a essas mulheres do Livro de Mórmon?



Consegue encontrar estas outras mulheres nas escrituras? Faça seus próprios cartões de heroínas para elas e envie-nos uma fotografia!

- 1 Néfi 7:19. Estas mulheres demonstraram coragem ao defenderem Néfi. Quem eram elas?
- 2 Néfi 5:6. Estas mulheres acreditaram em Deus e seguiram Néfi ao deserto. Quem eram elas?
- Alma 56:47–48. Estas mulheres ensinaram seus filhos a respeito de Deus. Quem eram elas?

[Respostas: a filha e a esposa de Ismael, as irmãs de Néfi, as mães dos jovens guerreiros]



Recorte, dobre e guarde estes cartões de desafio!



## Posso Adquirir um Testemunho!

Saria adquiriu um testemunho de que seu marido, Leí, era um profeta de Deus. Você pode ser como Saria e adquirir seu próprio testemunho e compartilhá-lo com outras pessoas.

- Leia 1 Néfi 5:7–8.
- Escreva seu testemunho ou compartilhe-o com um amigo ou familiar.
- Desafio a mim mesmo a...

---



**A RAINHA**

## Posso Acreditar!

A esposa de Lamôni teve fé e acreditou que Amon era um profeta de Deus. Você pode ser como a esposa de Lamôni tendo fé em nosso profeta e em nossos apóstolos atuais!

- Leia Alma 19:2–5, 8–10.
- Veja um discurso que o Presidente Monson deu em uma conferência. Você acredita que ele é um profeta de Deus?
- Desafio a mim mesmo a...

---



**A SERVA**

## Posso Falar!

Moriânton era um homem iníquo. Ele bateu em uma de suas servas, e ela decidiu contar ao capitão Morôni as coisas que Moriânton estava fazendo. Você pode ser como a serva, falando quando as coisas não estiverem certas!

- Leia Alma 50:30–31.
- Se alguém maltratar você ou se você vir alguém ser maltratado, conte a um adulto em quem você confia.
- Desafio a mim mesmo a...

---

# Viajar para a Terra Prometida



Jarede e seu irmão moravam num vale com a família e os amigos. Jesus Cristo visitou o irmão de Jarede. Mandou-o construir barcos para transportar seu povo através do mar até a terra prometida.



O povo construiu barcos sem janelas. O irmão de Jarede ficou preocupado sobre como respirariam e enxergariam. Jesus disse que eles deviam fazer aberturas no barco para a entrada de ar.

Mas e a luz? O irmão de Jared pegou 16 pedras transparentes. Pediu a Jesus que as tocasse com Seu dedo para fazê-las brilhar.



O irmão de Jared viu Jesus tocar cada pedra com Seu dedo. As pedras se tornaram brilhantes. Por ter tamanha fé, o irmão de Jared viu Jesus Cristo!



Deus enviou fortes ventos para levar os barcos através do mar. Quando chegaram à terra prometida, os Jareditas oraram para agradecer a Deus por tê-los protegido.

Podemos ser como o irmão de Jared quando confiamos em Deus e temos fé em Jesus Cristo. ■

*Extraído de Éter 2-3; 6*

# A Música Me Faz Feliz



ILUSTRAÇÃO: APRYLSTOTT



Presidente  
Gordon B. Hinckley  
(1910–2008)

## A NATUREZA DIVINA DA IGREJA DE CRISTO

*Deus está tecendo Sua tapeçaria de acordo com Seu próprio projeto grandioso.*

A natureza divina da organização deste trabalho e dos chamados para liderança é evidente. As Autoridades Gerais têm características individuais, cada qual com sua própria personalidade. Cada um deles traz para suas responsabilidades uma ampla gama de experiência e formação. Ao serem debatidos assuntos nos conselhos dirigentes da Igreja, cada um deles tem liberdade de expor seus pontos de vista. Ao observar esse interessante processo em ação, é fascinante testemunhar o poder do Espírito Santo influenciando esses homens. As divergências iniciais, nunca marcantes, porém perceptíveis, amenizam-se e fundem-se numa expressão de unanimidade. “Minha casa é uma casa de ordem”, afirmou o Senhor (ver D&C 132:8). Ao testemunhar esse processo em ação, sinto uma constante renovação da fé. (...)

Alguns se preocupam com o fato de que o Presidente da Igreja será, provavelmente, sempre um homem



mais velho, ao que respondo: “Que grande bênção!” A obra em curso nesta dispensação foi posta em marcha inicialmente por intermédio do Profeta Joseph Smith. Na época, ele era jovem e vigoroso, alguém cuja mente não estava presa às tradições de seus dias. Tinha uma mente jovem que o Senhor podia moldar como argila fresca e úmida ao iniciar Seu trabalho.

O sucessor de Joseph era relativamente jovem quando se viu diante da terrível responsabilidade de liderar todo um povo através do deserto para colonizar uma nova terra como pioneiros.

Mas os pontos básicos de nossa doutrina estão agora bem

estabelecidos e estamos firmemente fundados como povo, ao menos até que o Senhor ordene nova mudança. Não precisamos de inovação. Precisamos de devoção no cumprimento de princípios proferidos por Deus. Precisamos de lealdade a nosso líder, a quem Deus designou. Ele é nosso profeta, nosso vidente e revelador. Nunca ficaremos sem um profeta se formos dignos de tê-lo. Ele não precisa ser jovem. Ele dispõe e continuará dispondo de homens mais jovens para viajarem pelo mundo a serviço do ministério. Ele é o sumo sacerdote presidente, o receptáculo de todas as chaves do santo sacerdócio e a voz de revelação de Deus ao Seu povo.

Há um antigo provérbio que diz: “Juventude para ação. Idade para sabedoria”.

A meu ver, é profundamente confortador saber que no futuro previsível teremos um Presidente que foi disciplinado e treinado, provado e testado, cuja fidelidade à obra e integridade na causa foram temperadas na forja da prestação de serviço, cuja fé amadureceu e cuja intimidade com Deus foi cultivada durante muitos anos. (...)

Não precisamos temer o futuro se nos apegarmos aos princípios revelados. ■

*Extraído de “Não Tosquenejará Nem Dormirá”, A Liahona, julho de 1983, p. 7. A pontuação e o uso de maiúsculas foram padronizados.*

# PARA REFLETIR



## Onde posso encontrar coragem para prosseguir?

“Você pode achar que sua vida está em ruínas. Pode ser que tenha cometido pecados. Pode estar com medo, com raiva, sofrendo ou torturado pela dúvida. Mas, assim como o Bom Pastor encontra Sua ovelha perdida, se você simplesmente elevar seu coração ao Salvador do mundo, Ele vai encontrá-lo. Ele vai resgatá-lo. Vai levantá-lo e colocá-lo sobre os ombros Dele. Vai carregá-lo de volta para casa.”

**Presidente Dieter F. Uchtdorf**, Segundo Conselheiro na Primeira Presidência, “Ele Vai Colocar Você sobre os Ombros e Carregá-lo para Casa”, *A Liahona*, maio de 2016, p. 104.

# Tópicos Desta Edição

## PARA OS JOVENS ADULTOS

### Ser a Verdadeira Geração do Milênio

A característica determinante da verdadeira geração do milênio não tem a ver apenas com sua idade, mas, sim, com a responsabilidade de ajudar a preparar o mundo para a Segunda Vinda de Jesus Cristo.

p.46



## PARA OS JOVENS



### O PODER DE PERSEVERAR

p.58

Em meio à provação mais difícil da minha vida, algumas coisas simples que eu fazia me ajudaram a manter-me ligada a Deus, em vez de afastá-Lo e me tornar amarga.

## PARA AS CRIANÇAS

### Lições Aprendidas com Minha Mãe

p.72

Faça a seu pai e à sua mãe três perguntas para descobrir quais são as coisas que os fazem adorar o fato de serem pais.

