

# Contato

MUDE SUA VIDA | MUDE O MUNDO

## Crise da Meia-Idade

Hora de repensar

## Minutos que Contam

Construindo memórias felizes

## Adolescentes

Dez coisas que todo pai (ou mãe) precisa saber

EDIÇÃO ESPECIAL PARA A FAMÍLIA

Contamos com uma grande variedade de livros, além de produções de áudio e vídeo, para alimentar sua alma, enlevar seu espírito, fortalecer seus laços familiares e proporcionar divertidos momentos de aprendizagem para os seus filhos. Para mais informações, visite nosso site, ligue ou escreva para nosso escritório central, ou contate seu distribuidor local.

## Assinaturas, informações e produtos:

INTERNET: [www.contato.org](http://www.contato.org)

E-MAIL: [revista@contato.org](mailto:revista@contato.org)

LIGUE GRÁTIS: **0800-557772**

ENDEREÇO POSTAL:

Contato Cristão

Caixa Postal 66345

São Paulo - SP

CEP 05311-970

## CONTATO PESSOAL



Clark e Mary se amavam. Ele a pediu em casamento e ela aceitou. Mas a questão não era tão simples. Clark sabia que para ter um casamento harmonioso e feliz precisava da aprovação dos pais de Mary, Clarence e Goldie — especialmente de Goldie. Ele já tinha ouvido histórias sobre a... (como diremos), “dificuldade de convivência” com sogras em geral! Foi e encarou a situação, esperando o melhor.

“Você entende que o casamento é uma relação para ser vivida meio a meio, 50 – 50?” — perguntou Goldie para testar o futuro genro.

“O nosso vai ser diferente!” — respondeu Clark sem um momento de hesitação. “O nosso vai ser 60 – 60!”

E foi.

É a história verdadeira do início de um lar feliz. Uma história simples, mas que traz uma lição importante: como qualquer relacionamento de êxito, os casamentos bem-sucedidos e os lares felizes são edificadas sobre pequenos atos diários de amor e renúncia, nos quais cada pessoa está disposta a dar aqueles 10% adicionais sem querer saber “de quem é a vez de ser altruísta”. Não é maravilhoso quando somos tratados assim?

Mas onde encontrar esse amor capaz de ajudar cada um de nós e os que nos são queridos a passar pelos altos e baixos, pelas provas e decepções que os anos possam vir a nos trazer? Na mesma fonte de onde procedem todas as coisas boas: Deus. É só pedir: “Toda boa dádiva e todo dom perfeito é lá do alto, descendo do Pai das luzes, que abundantemente nos dá todas as coisas para delas gozarmos” (Tiago 1:17; 1 Timóteo 6:17). “Pedi, e dar-se-vos-á” (Mateus 7:7).

Que Deus abençoe você e os seus com uma dose extra do Seu amor e que esta edição da Contato seja uma bênção em sua vida.

Mário Sant'Ana  
Pela família Contato

© 2004 Aurora Production AG. Todos os direitos reservados. Impresso no Brasil.

[www.auroraproduction.com](http://www.auroraproduction.com)

Tradução:

Mário Sant'Ana e Hebe Rondon

A menos que esteja indicado o contrário, todas as referências às Escrituras na Contato foram extraídas da “Bíblia Sagrada” — Tradução de João Ferreira de Almeida — Edição Contemporânea, Copyright © 1990, por Editora Vida.

VOL 6, Nº 5    Maio de 2005  
EDITOR    Mário Sant'Ana  
DIAGRAMAÇÃO    Giselle LeFavre  
PRODUÇÃO    Francisco Lopez

# PASSOU DOS 40?

—você pode estar apenas começando!

**P**ESQUISADORES RELACIONARAM AS 400 PESSOAS DE MAIOR ÊXITO DE TODOS OS TEMPOS E DE TODAS AS ÁREAS, DENTRE ESTADISTAS, GUERREIROS, FILÓSOFOS, POETAS, PINTORES, ESCRITORES E CIENTISTAS. Ao lado de cada nome, a respectiva obra-prima ou maior realização. Como uma lista dessa natureza tende a ser altamente subjetiva, foi submetida a uma junta de historiadores e outros especialistas para que a junta opinasse. Alguns nomes e feitos foram adicionados e outros, excluídos, até que se chegasse a uma relação com a qual todos os envolvidos na seleção concordassem.

Com base na data de nascimento de cada pessoa e de quando se deu sua maior realização, determinou-se a idade em que cada uma viveu seu momento áureo. Os nomes da lista foram então agrupados em décadas, conforme as idades em que mostraram o melhor desempenho.

Descobriu-se que as pessoas do grupo da sétima década —entre 60 e 70 anos— foram as responsáveis por 35% das maiores realizações da história mundial; tinham entre 70 e 80 os autores de 23% das grandes obras; e aqueles com mais de 80 tinham o mérito por 8% dos maiores feitos da humanidade. Portanto, o crédito de 66% desses marcos históricos pertence às pessoas que tinham pelo menos 60 anos de vida quando os produziram.

Se somarmos esse valor aos 24% correspondentes aos cinqüentões e aos 9% que cabem aos que deixaram sua marca na história entre 40 e 50, chegamos a 99%. Somente 1% desse grupo de 400 pessoas realizou suas maiores obras antes dos 40 anos de idade!

As conquistas desses mais jovens se dividem em duas categorias: as que exigem habilidades e resistência próprias da juventude, tais como as vitórias de Alexandre, o Grande; e a poesia lírica, típica de poetas temperamentais e de vida curta, tais como Shelley e Keats.

Então, se você pensa que já era porque passou dos 40, deixe disso! Este pode ser só o começo de sua vida! ■

## O QUE É SER VELHO?

NINGUÉM ENVELHECE SIMPLEMENTE POR VIVER MUITOS ANOS, mas sim por abandonar seus ideais. Os anos podem enrugam a pele, mas abandonar o interesse por descobertas enrugam a alma. As preocupações, as dúvidas, a perda da autoconfiança, o medo e a desesperança são os pesos que, com o avançar dos anos, fazem curvar a cabeça e devolve ao pó o espírito que antes avançava rumo a conquistas.

Qualquer que seja a sua idade, o coração de cada um abriga o interesse pelo milagre, o inabalável desafio que se sente frente aos acontecimentos, a busca persistente e infantil pelo elemento surpresa no futuro, pela alegria e pelo jogo da vida.

Você é tão jovem quanto a sua fé e sua velhice é determinada pela sua dúvida. Sua juventude depende da sua autoconfiança e são seus temores que determinam quão velho você é. O homem é tão moço quanto a sua esperança, tão velho quanto a falta dela.

**DOUGLAS MACARTHUR**  
(1880–1964)



—MARIA FONTAINE

# CRISE DA MEIA-IDADE

## — O Ponto de Controle de Deus

A MAIORIA DAS MULHERES EXPERIMENTA MUDANÇAS FÍSICAS E EMOCIONAIS COM A CHEGADA DA MEIA-IDADE, QUANDO ENTRAM NA MENOPAUSA. Com a mesma idade, alguns homens também enfrentam um estado de depressão ou um tipo de conflito interno conhecido por “crise da meia-idade”. É quando têm que encarar o declínio da sua força física e então começam a se preocupar com sua produtividade e utilidade futuras.

Além dos que vivenciam efetivamente essa fase, os familiares e as outras pessoas que os cercam são afetados. Daí a importância de as mudanças e os desafios que chegam por volta dos 40 serem entendidos não apenas pelos que alcançaram essa idade e têm de lidar com seus efeitos imediatos, mas também pelos outros, para que possam compreender e apoiar os que se vêem nesse estágio da vida.

A crise da meia-idade pode ser explicada cientificamente em termos de mudanças fisiológicas que ocorrem normalmente durante esse período. Todavia, a melhor maneira de enfrentar os problemas físicos e emocionais decorrentes dessa condição, ou para podermos ajudar outros que também estão tendo que lidar com isso, é procurar ver esse momento segundo a óptica do Senhor. Como é de costume, a perspectiva de Deus é diferente



Nosso estado de espírito influencia significativamente os resultados das nossas decisões.



da nossa e Ele pode explicar muitas coisas melhor que os médicos e especialistas, ainda que a orientação destes certamente pode ser benéfica.

A Bíblia não usa o termo “crise da meia-idade”, mas oferece muitos conselhos que podem ser aplicados à situação. Destes, alguns são especialmente úteis aos que ainda não chegaram lá, pois os conselhos ensinam a importância de ter amor e consideração pelos demais, de carregar os fardos dos outros e de se colocar no lugar das outras pessoas. E, como sempre, o Senhor promete recompensar aqueles que dedicam tempo e esforço para ajudar seus semelhantes.

### **TUDO FAZ PARTE DO PLANO DE DEUS**

Nossa limitada compreensão não consegue assimilar todos os efeitos do envelhecimento em nossos corpos. Como disse o rei Davi: “De um modo admirável e maravilhoso fui formado” (Salmo 139:14 – João Ferreira de Almeida, Versão Atualizada). Mesmo assim,

o Senhor é capaz de nos ajudar a entender o que for preciso, se recorrermos à Sua Palavra e buscarmos pela oração as respostas para as nossas perguntas e as soluções para os nossos problemas.

O Senhor permite esse período de incerteza como uma encruzilhada ou um ponto de controle, que nos força a repensar a nossa vida para termos certeza de continuar seguindo pelo caminho que Ele quer. A maneira como encaramos situações como essas influencia significativamente os resultados.

Se formos negativos e enxergarmos apenas os problemas e aparentes limitações, tomaremos a ladeira para baixo. Por outro lado, se buscarmos as oportunidades e tivermos uma atitude positiva, seguiremos pelo melhor caminho, o qual conduz a maiores felicidades e realizações. Jesus disse que nossa fé, ou o que esperamos que Deus faça por nós, é o fator determinante: “Seja-vos feito segundo a vossa fé” (Mateus 9:29).

Uma promessa fundamental que serve como um maravilhoso ponto de referência se encontra em Romanos 8:28: “Todas as coisas concorrem para o bem daqueles que amam a Deus”. A pessoa que ama a Deus e sabe o quanto Ele a ama, pode ficar descansada, sabendo que Ele está pensando no que é melhor para ela e quer usar até mesmo os problemas intrínsecos à meia-idade para ajudá-la a promover mudanças positivas. É assim que podemos ver essa fase da vida com os olhos da fé, sem nos concentrarmos nos problemas, mas sim nas novas possibilidades, as quais sabemos que Ele criará para nós.

### **A FORÇA QUE VEM DA FRAQUEZA**

Essa perda de vigor que nos força a um ritmo mais lento é para nos *beneficiar*. A finalidade é alcançarmos a maturidade plena, quando aproveitaremos a vida mais que antes.

Muitas vezes, é o enfraquecimento, as doenças e outras dificuldades pessoais que nos ensinam a nos aproximarmos de Jesus e nos tornar mais dependente dEle. Como Ele explicou ao apóstolo Paulo, às vezes nos tornamos mais úteis a Ele quando somos fracos do que quando desfrutamos de todo vigor: “A Minha graça te basta, pois o Meu poder se aperfeiçoa na fraqueza” (2 Coríntios 12:9).

Com a perda de energia, associada a uma postura mais contemplativa, a pessoa na meia-idade passa a desfrutar mais do Senhor e da Sua bondade. É quando aprende a valorizar certas coisas que antes estava ocupada demais para reparar nelas ou que considerava garantidas. Portanto, mesmo que ache que está perdendo em alguns aspectos, o saldo está mais do que positivo.

Esse período da vida pode vir a ser um dos *melhores*, dos mais felizes, produtivos e gratifi-

O rei Davi orou: “Por estar abatido o meu coração; leva-me para a rocha que é mais alta do que eu” (Salmo 61:2). Ao se achar impotente diante de uma situação e sentir que a depressão está se aproximando, suba na Rocha Jesus. Ele nunca permitirá que você seja dominado pela situação. *Ele* é a resposta para a depressão!

É muito importante não tentar coexistir com esses sentimentos e emoções negativas, ajustar-se a eles nem deixá-los afetar as suas

Esse período da vida pode vir a ser um dos melhores,  
dos mais felizes, produtivos e gratificantes.

cantes. Pode se tornar uma hora de realização genuína, *superando* inclusive os anos da juventude, pois já terá vivenciado muitas das coisas desses anos, as aventuras, os desafios, os romances, os altos e baixos, as alegrias e as lágrimas inerentes ao processo de crescimento e amadurecimento. Na meia-idade as pessoas buscam a satisfação mais profunda e verdadeira, o tipo que se recebe por descobrir e realizar o plano de Deus para sua vida.

### **JESUS ESTÁ ESPERANDO PARA AJUDAR**

Essa fase costuma ser marcada por emoções inexplicáveis ou até pela depressão. Quando suas emoções estão sendo lançadas de um lado para outro, você provavelmente tem a mesma sensação que experimentaram os discípulos de Jesus quando cruzavam o Mar da Galiléia e se viram no meio de uma tempestade que ameaçou levar seu pequeno barco a pique. Clamaram ao Senhor por ajuda, o qual ordenou ao vento e às ondas: “Cala-te, aquieta-te”. E o vento cessou e houve então grande calma” (Marcos 4:37–41).

Jesus pode, com a mesma facilidade, tranquilizar suas emoções e trazer paz ao seu espírito. Ele é capaz de afastar os sentimentos de desesperança e substituí-lo pela fé, felicidade, ânimo e esperança. Apegue-se às promessas na Sua Palavra. Creia nEle ao atravessar a tempestade. Acredite que Ele nunca lhe falhará e que todas as coisas de *fato* concorrem para o seu bem.

decisões. Por isso, quando se sentir deprimido ou confuso, converse com Jesus. Peça-Lhe para afastar esses sentimentos de você. Receba Sua força, graça, entendimento e sabedoria. Reivindique todas as promessas que Ele fez em Sua Palavra, certo de que estão ali para você e para momentos como esse, e Ele o ajudará a conquistar a vitória.

O Senhor gosta quando recorremos a Ele. Na verdade, anseia por esses momentos conosco mais do que imaginamos. Por isso, quando se sentir abatido, deprimido ou quando o sono lhe fugir, bata um papo com Jesus. Ele nunca está ocupado demais nem jamais dorme. Conte-Lhe seus pensamentos mais íntimos e procure conhecê-LO de uma forma mais profunda que antes. Ele tem novos horizontes para lhe mostrar. Ele só está esperando que você O procure.

### **O MELHOR AINDA ESTÁ POR VIR**

Você não diria que vale a pena enfrentar as turbulências dessa fase, se o aproximarem de Jesus e lhe trouxerem na seqüência paz e felicidade sem precedentes?

A vida não acaba aos 40 nem aos 50. Não é o fim, apenas o começo de um novo estágio e um novo momento na vida. Jesus quer usar as lições, a maturidade e a sabedoria que podemos adquirir na meia-idade como degraus com os quais poderemos avançar e subir, rumo ao maravilhoso futuro que Ele reservou para nós. Sigamos pelo caminho que leva ao alto! ■

## As Luzes Baixas

— VIRGINIA BRANDT BERG

Quando meu marido estava mal de saúde  
e eu o visitava no hospital onde ficou internado,  
via os outros pacientes  
em salas de espera ou em seus leitos  
e pensava no sofrimento que estavam passando.

Alguns, principalmente os mais idosos, ficavam ali deitados sozinhos, dia após dia. Por um mês, todos os dias, fui àquele hospital e nunca os vi recebendo uma visita sequer. Ninguém se importou o suficiente para ir até eles. Depois de um tempo, um leito ficou vazio, depois outro, e ainda assim ninguém fora visitar aquelas pessoas.

Olhando da janela do quarto de meu marido a estrada movimentada com carros em disparada de um lado para o outro, pensava na pobre humanidade, perdida! Tanta gente solitária e sofrida; tantos corações partidos.

Percebi então quanto todos — à morte ou correndo pelas estradas da vida — precisam do amor e da misericórdia do Pai. E vi também quanto o Senhor precisa que nós, quais faróis, mostremos o caminho para Seu coração de amor.

Ali no hospital era comum me lembrar de um hino, o qual, às vezes, cantava para meu marido, ao lado de sua cama:

Como facho de luz vem a  
misericórdia do Pai  
De Seu farol, eterna candeia  
Mas a nós confia a guarda  
Da luz que da praia clareia.

Ó, faróis que aqui em baixo brilham,  
Enviem sua luz onde são fortes as vagas.  
Para que o marujo e o pescador em sua lida,  
Possam voltar à terra com suas vidas salvas.

A noite escura do pecado já caiu,  
As ondas bravias o mar espraia;  
Enquanto olhos ansiosos observam,  
Em busca das luzes baixas na praia.

Irmão, ajuste sua fraca luz,  
Pois em meio a uma tempestade  
Algum marinheiro procura o caminho,  
E só, nas trevas, de certo se perderá.

— “As Luzes Baixas”, “*The Lower Lights*” letra e música de Philip P. Bliss, 1838–1876

Deus, Seu Filho Jesus e o Espírito Santo são os faróis de cima, mas nós somos as luzes baixas, brilhando nas praias. Deus nos confiou certas responsabilidades sagradas, às quais devemos dar prioridade em nossas vidas. Muitas são as coisas que competem pela nossa atenção e o tempo para todas é cada vez menor. Se não formos cuidadosos, protelaremos ou negligenciaremos o que de fato é importante. Que bênção você poderia ser para sua família e para seu próximo, ou seja, qualquer pessoa que Deus coloca em seu caminho que precise do amor dEle e do seu também, qualquer pessoa a quem Ele queira ajudar e demonstrar o Seu amor. ■





## JANTAR

# f o i a

—AUTOR  
ANÔNIMO

Depois de 21 anos de casado,  
descobri  
uma nova maneira de manter a chama do amor acesa.

Não faz muito tempo,

decidi sair com outra mulher.

E foi tudo idéia de minha esposa,  
que, um dia, me surpreendeu: “Eu sei que você *a* ama.”

“Mas eu amo *voce!*” — protestei.  
“Eu sei disso, mas você também *a* ama.”

A outra mulher com quem minha esposa fazia questão que eu saísse era minha mãe, viúva havia 19 anos. Eu a amava, claro, mas o excesso de trabalho e a atenção que eu precisava dar aos meus três filhos só me permitiam visitá-la ocasionalmente.

Pois naquela noite eu a convidei para jantar e ir ao cinema. “O que aconteceu? Você está doente?” — ela quis saber. Minha mãe é o tipo de mulher que desconfia que um telefonema tarde da noite ou um convite inesperado é sinal de má notícia.

“Pensei que seria bom conversarmos um pouco” — respondi. “Só nós dois.”

Ela pensou por um momento e disse: “Gostaria muito.”

Na sexta-feira, depois do trabalho, fui pegá-la em casa, um pouco nervoso. Encontrei-a à porta, já de casaco, e notei que ela também estava nervosa com esse encontro. Fizera o cabelo e usava o vestido com o qual celebrara o último aniversário de casamento. Deu um sorriso e seu rosto resplandeceu como o de um anjo.

“Contei para minhas amigas que ia sair com meu filho e todas ficaram impressionadas” — disse ao entrar no carro. “Elas mal podem esperar para saber como foi.”

Fomos a um restaurante agradável e acolhedor. Minha mãe me deu o braço e entrou





ali como se fosse a primeira-dama. Depois de nos sentarmos, tive de ler o cardápio para ela. As vistas fracas só lhe permitiam ler as letras maiores.

Na metade da lista das entradas, nossos olhos se encontraram. Ela tinha um sorriso nostálgico nos lábios.

“Era eu que lia o menu para você quando era pequeno” — lembrou.

“Então agora pode relaxar e me deixar retribuir o favor” — sugeri. Durante o jantar tivemos uma conversa agradável, falando dos últimos acontecimentos em nossas vidas.

Conversamos tanto que nos atrasamos para o filme. Quando a deixei em casa, ela disse que queria sair de novo, com uma condição: “Só se eu pagar”. Concordei com a proposta.

“Como foi?” — minha esposa quis saber quando cheguei em casa.

“Muito bom. Muito melhor do que eu imaginava” — respondi.

Alguns dias mais tarde, minha mãe morreu de um enfarto fulminante. Foi tão de repente que não tive chance de fazer nada por ela.

Pouco tempo depois recebi um envelope com uma cópia de um recibo de um restaurante — o mesmo ao qual a levava naquela noite — e um bilhete que dizia: “Paguei adiantado. Eu tinha quase certeza de que não estaria aqui, mas mesmo assim paguei para um jantar para dois: você e sua esposa. Você não imagina como aquela noite foi importante para mim. Amo você.”

Naquele momento entendi a importância de dizer “Eu te amo” e dar aos nossos amados o tempo que merecem. ■

## NÃO É O CÉU, MAS É BEM PARECIDO

### *Pensamentos Sobre Casamento*

Entrelacem seus corações firmemente e arrematem com um nó górdio.

—*William Shakespeare (1564 – 1616)*

Mesmo se os casamentos forem feitos no Céu, a manutenção é feita pelo homem, aqui na Terra.

—*James C. Dobson (1936 – )*

O casamento é uma aventura, não uma conquista.

—*David A. Seamands*

O sucesso no casamento depende muito mais que de *encontrar* a pessoa certa, de *ser* a pessoa certa.

—*Robert Browning (1812–1889)*

Mantenha os olhos bem abertos antes de se casar e meio fechados depois.

—*Benjamin Franklin (1706–1790)*

Demora anos para dois corações se unirem completamente, até mesmo os mais amorosos. Um casamento feliz é um namoro permanente.

—*Theodore Parker (1810–1860)*

A coisa mais importante em um casamento é que ambos tenham fé em Deus e em Jesus Cristo. Onde existe fé, tudo é possível!

—*David Brant Berg (1919–1994)*

Devemos amar como Deus sempre quis que amássemos: de todo coração, toda a alma e todo o nosso entendimento (Mateus 22:37–39). Isso significa demonstrar interesse de verdade. Não é dizer “eu te amo”, dar as costas e esquecer as pessoas e suas necessidades. Não é dizer “aquecei-vos e fartai-vos”, sem fazer o que está ao seu alcance para ajudar (Tiago 2:16; Provérbios 3:28). O amor sem uma manifestação física é como a fé sem obras: morta (Tiago 2:26). Demonstre o amor verdadeiro traduzindo suas ternas palavras em atos de bondade (1 João 3:18). —**DAVID BRANDT BERG**



## *A vocação de ser mãe*

NA ADOLESCÊNCIA, EU TINHA VERDADEIRA PAIXÃO POR CRIANÇAS e sempre me relacionei bem com elas, mas, com o passar dos anos, meus planos e sonhos não lhes reservaram um lugar. Parecia que o mundo inteiro me aguardava e, na qualidade de nova adulta, entendia ser o meu direito ver e experimentar plenamente tudo na vida. Algo me empurrava na busca de todos os meus sonhos e ideais.

Entretanto, não demorei a perceber que o Senhor tinha outros planos para mim. Logo depois do casamento vieram os filhos e me indaguei acerca dos meus antigos sonhos.

Mas hoje vejo que nada perdi ao realizar o plano de Deus para minha vida abraçando a maternidade, pois Ele me abençoou com a materialização de muitos dos meus desejos. Seus planos trouxeram resultados muito melhores do que os meus sonhos limitados.

Depois de passar por todas as fases da carreira de mãe, posso falar por experiência que o projeto de Deus para mim

atendeu a todas minhas necessidades e mais. Hoje sou uma vencedora em todos os sentidos!

Uma das lições mais fascinantes que aprendi com os bebês que trouxe ao mundo foi trabalhar por meio da oração. Paralelamente aos seis filhos que tive em oito anos (inclusive gêmeos), eu tinha outras responsabilidades e, como tempo não era algo que sobrava, tive de encontrar alternativas para dar conta do recado e a alternativa foi a oração.

Descobri que poderia usar os momentos em que amamentava meu bebê para orar sobre todas as outras coisas que eu precisava fazer. Já que eu tinha muito mais obrigações do que conseguiria fazer sozinha, pedia orientações ao Senhor sobre o que fazer a seguir, assim como por soluções para as tarefas que eu sabia que não conseguiria cumprir. E o Senhor me atendia e operava de maneiras maravilhosas! Ele enviava alguma ajuda inesperada ou mudava a situação em resposta à minha oração específica e a montanha de trabalho que eu tinha diante de mim simplesmente se dissolvia.

No início, eu ficava surpresa, mas com o tempo me acostumei e passei a depender desses momentos. Aprendi que poderia realizar muito ali, sentada com o neném, se aproveitasse aqueles momentos para

pedir a orientação do Senhor e trabalhar *com* Ele por meio da oração. Vi também que mais estava sendo realizado por que minha conexão com Ele estava melhor. Portanto, meus filhos me ajudaram muito a descobrir e realizar a vontade de Deus em aspectos da minha vida além da maternidade, pois me forçaram a recorrer a Ele muitas vezes ao dia.

Relacionado a isso, aprendi a dar valor ao que passei a denominar “estar confinada à vontade de Deus”. Com tão pouco tempo e tão pouca força própria, eu sabia que não podia simplesmente sair por aí fazendo o que me desse na telha. Eu tinha de parar e pensar no que queria realizar, traçar um plano e excluir o resto.

Uma outra lição que aprendi nesse período em que minha vida girava em torno de cuidar dos meus pequeninos, foi que minha atitude com respeito às situações determinava o meu estado de espírito, se feliz e positivo ou queixoso e infeliz. Na maioria das vezes as circunstâncias físicas não faziam muita diferença. No início entrei praticamente em depressão, mas depois comecei a me interessar mais e me senti estimulada com tudo que havia para ser aprendido e isso fez toda a diferença.

Aqueles tempos a sós com Jesus e o bebê, os quais começavam no início da manhã, se tornaram meus momentos favoritos e os relacionamentos que começaram nessa época cresceram e desabrocharam ao longo dos anos. Para mim, cada bebê era uma paixão especial e cultivei um amor ainda mais profundo por Jesus. Deixei de ser uma jovem egocêntrica e independente para ser alguém que adorava ser mãe. O que antes me causava arrepios, passei a amar. O que fez a diferença? Permiti que o Senhor me desse um coração e uma personalidade de mãe. E isso foi um milagre!

Se Deus lhe deu filhos, aceite o desafio. Ser mãe é uma dádiva valiosa embebida do mais puro amor celestial, mas que dura apenas uns poucos e breves anos. Ame e valorize esse momento enquanto pode. ■

## *Lar de corações*

— ESTHER DAVID

Um lar de corações  
É o que temos de fazer  
Um ninho de amor  
Para outros receber  
Quero levar seu fardo  
Ajude-me com o meu  
Trilharemos o caminho  
Que pra nós Deus escolheu

Um lar é construído  
Na comunhão de corações  
Nada pode vencer  
Nosso carinho e orações  
Divida o que tem  
Receba o que sou  
O Senhor não vai falhar  
Se vivermos em amor

Nossos muros de pedra  
Em pontes vamos transformar  
Amar o Senhor em outros  
É o segredo de acertar  
Estaremos sempre juntos  
E riremos a valer  
Seremos uma família  
Jesus, eu e você

Amar é saber dar  
E o fraco fortalecer  
Vamos dar as mãos  
E procurar nos entender  
É amar como Jesus  
Aprender a perdoar  
Um coração que é Sua casa  
Já é em si um lar.

# Minutos que Contam

EDUCAR COM  
O CORAÇÃO



— GABRIELA  
DELORENZO

## Uma oração pelos pais

Senhor, permita que vivamos de tal forma que nossos filhos adquiram nossas virtudes e deixem para trás nossos piores defeitos. Que possamos transmitir a luz da coragem e da compaixão e um espírito ávido por aprender. E que essa luz brilhe mais nos nossos filhos do que brilhou em nossas vidas.

—ROBERT MARSHALL

# U

M DIA TEM 1440 MINUTOS. Subtraindo as aproximadamente nove horas que meus filhos dormem, sobram 900 minutos, durante os quais recebo um bombardeio diário de perguntas, pedidos, apelos em lágrimas, risos, beijos, abraços e bagunças.

O cuidado dos meus três filhos pequenos é para mim o que há de mais importante, mas houve vezes em que me senti incapaz de atendê-los como deveria. É fácil se deixar enredar pelas tarefas da casa em prejuízo ao elemento mais importante do lar: o amor. Foram os meus pequenos que me ensinaram quais são os minutos mais bem empregados do dia.

Eu estava correndo de lá para cá, tentando limpar o quarto antes de o bebê acordar do soninho da tarde, quando Charlotte, de seis anos, apareceu com o sorriso mais encantador e perguntou se eu queria montar o quebra-cabeça com ela. Tentei persuadi-la que ela deveria tentar sozinha e expliquei que naquele

momento eu estava sem tempo. O olhar de decepção denunciou que, mais que ajuda com o brinquedo, ela queria alguns minutos comigo. Parei para ponderar o que estava prestes a fazer. *Quando Charlotte crescer e pensar na sua infância, do que quero que ela se lembre: de um quarto limpo ou dos momentos que passamos juntas?* Brinquei de quebra-cabeça com Charlotte, rimos juntas e lhe dei um abraço quando terminamos. Foram dez minutos bem empregados.

“Mamãe, mamãe, a senhora pode ler este livro para mim?” Era Cherise, de três anos, depois de três histórias na hora de dormir. Eu estava cansada e ainda tinha umas coisas a fazer antes de desabar na cama. Tentei gentilmente recusar, mas ela não arredou pé. *O que ela realmente quer, pensei, é um pouco da minha atenção, mais alguns momentos para mostrar que me ama e para estar segura do meu amor.* Li outra história, ficamos abraçadinhas debaixo das cobertas e ela dormiu com a cabeça no meu ombro. Quinze minutos bem gastos.

Aquela semana tinha sido bem corrida. Estava ajudando a organizar um evento para 100 crianças carentes e naquele dia receberíamos visitas. Eu nem imaginava como ia conseguir fazer tudo na minha lista de afazeres. Aí minhas filhas perguntaram se podiam fazer biscoitos para as visitas. Tentei argumentar que não seria necessário porque

tínhamos biscoitos já comprados para servir, sem falar que o tempo estava curto. Mas não agüentei e cedi aos apelos daqueles rostinhos encantadores. E quando as vi servindo os biscoitinhos que haviam preparado quase sozinhas, fiquei feliz por ter cedido ao seu apelo. Foram trinta minutos bem gastos.

Jordan, meu filho de nove meses, não me dá trégua: são travessuras sucessivas, coisas que tenho de tirar de sua boca e uma luta contínua para afastá-lo dos nossos animais de estimação indisciplinados. Fiquei exasperada quando ele não conseguiu ficar sentado e brincar com alguma coisa por mais de um minuto sem se meter em alguma encrenca. Ele estava manhoso e birrento e eu ficando com dor de cabeça. Mas no meio de tudo isso percebi que ele precisava de uma dose adicional de amor... e eu também!

Tomei-os nos braços, ele recostou a cabeça no meu ombro e dancei suavemente! Ele simplesmente adorou! E depois de um lanchinho, ficou brincando feliz sozinho o suficiente para eu poder ajudar as garotas a terminar suas tarefas escolares. Foram quinze minutos bem gastos.

No nosso dia-a-dia ocupado com nossas responsabilidades de adultos, não devemos esquecer as palavras de Jesus: “Deixai os pequeninos, e não os impeçais de vir a Mim, pois dos tais é o Reino dos Céus” (Mateus 19:14). ■

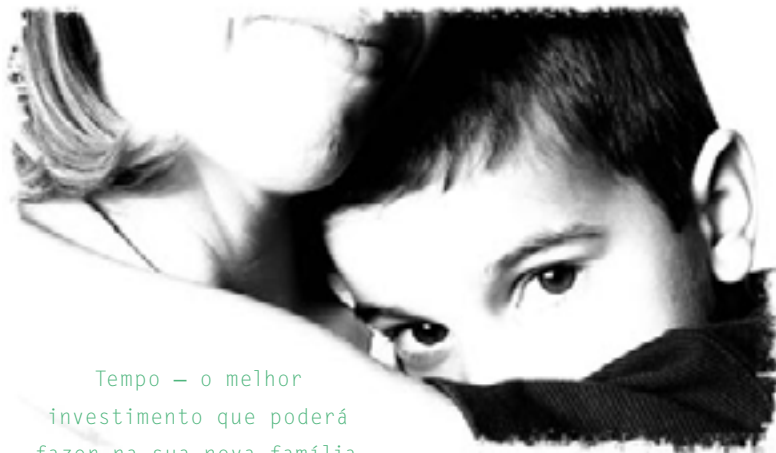
## A MÃO QUE EMBALA O BERÇO, GOVERNA O MUNDO

Como é importante o trabalho das mães! As mães da próxima geração estão moldando o futuro. É a mais importante vocação que existe. É claro que cuidar de um bebê nem sempre parece ser uma tarefa muito importante, mas não deve ser jamais minimizada. Quem pode prever o impacto que uma criança pode vir a ter na vida de muitos?

As mães precisam ter a força de Sansão, a sabedoria de Salomão, a paciência de Jó, a fé de Abraão, a perspicácia de Daniel, a coragem e a habilidade administrativa de Davi e, principalmente, o amor de Deus! Que trabalho!


O que torna as mães tão maravilhosas é seu espírito abnegado e o fato de estarem dispostas a sacrificar seu tempo, energia e até a saúde pelos seus filhos. Qualquer mulher pode ter um bebê, mas é preciso ser mãe de verdade para aprender a “instruir a criança no caminho em que deve andar.” (Provérbios 22:6).

—DAVID BRANDT BERG



Tempo – o melhor investimento que poderá fazer na sua nova família.

## Começando uma família... outra vez



QUANDO CONHECI E ME APAIXONEI PELA JOVEM VIÚVA QUE HOJE É MINHA NOIVA, ACHEI QUE ERA O HOMEM MAIS ABENÇOADO DO MUNDO! ALÉM DE ENCONTRAR A MULHER DOS MEUS SONHOS, EU ESTAVA GANHANDO, DE QUEBRA, TRÊS CRIANÇAS MARAVILHOSAS —UMA FAMÍLIA JÁ PRONTA. HOJE PENSO QUE DEVERIA TER SIDO MAIS REALISTA, PORQUE CONQUISTAR O AMOR E O RESPEITO DAS CRIANÇAS NÃO TEM SIDO UMA TAREFA TÃO FÁCIL COMO IMAGINEI. VOCÊS TÊM ALGUM CONSELHO PARA ESTE PAI DESORIENTADO?

**R:** Amigo, você não é o único. A estrada do novo casamento para alguém com filhos nem sempre é suave. É preciso tempo e muito amor para se tornar uma família unida. É comum que as crianças mais velhas, em especial, resistam ao novo marido ou esposa, pois acham que ninguém jamais poderia substituir seu pai ou mãe com quem não estão vivendo. As mais novas costumam não gostar da idéia de dividir a atenção e o afeto que antes eram só delas com a pessoa recém-chegada. Muitos padrastos e madrastas cometem o erro de acharem que é uma questão pessoal e, por isso, cedem à frustração, ao desânimo e recuam. Lute para superar esse tipo de sentimento e ore para ver as coisas como o Senhor as vê. Pergunte a Jesus o que é mais indicado à sua situação. Muito depende da idade e da maturidade das crianças, mas incluímos aqui algumas coisas que funcionaram bem com outras pessoas:

**Comunique-se.** A comunicação sincera e franca é o primeiro passo. Se apenas uma ou duas crianças não estiverem felizes com a nova união, é provável que o melhor seja discutir os problemas e possíveis soluções com elas individualmente. É um bom momento para seguir o conselho bíblico que ensina que todo homem deve ser “pronto para ouvir, tardio para falar” (Tiago 1:19). Então, depois de a criança conseguir traduzir em palavras seus sentimentos e se estabelecer um ambiente de confiança, pode ser interessante promover uma reunião de família informal durante um lanche ou uma refeição especial, quando cada um poderá explicar como se sente em relação à nova família e que mudanças e melhoras gostaria de ver.

**Peça ao Senhor pelas Suas soluções.** Isso pode ser feito por todos da família em conjunto, individualmente, pelo casal sozinho ou com alguns dos filhos. Às vezes, o Senhor atenderá ao pedido de forma direta e imediata, ajudando quem pediu a ver as coisas segundo o Seu ponto de vista, dando-lhe idéias de como poderá resolver o problema ou, simplesmente, resolvendo o problema aos poucos.

**Ore.** Peça ao Senhor para dar a cada um compreensão e amor profundo e genuíno uns pelos outros. Peça também que os ajude a efetuar quaisquer mudanças que sejam necessárias à felicidade e bem-estar dos outros.

**Dedique tempo.** Esse é o melhor investimento que poderá fazer na sua nova família e um dos melhores pontos de partida é pôr em prática as sugestões de “mudanças e melhorias” oferecidas, se forem razoáveis e viáveis.

**Continue orando.** As crianças precisam de tempo para se ajustarem e superarem algumas atitudes negativas. Orações específicas são eficazes e, se insistir com elas, verá as montanhas de problemas se desmancharem.

# adolescentes

[LEITURA QUE ALIMENTA]

## DEZ COISAS QUE TODO PAI (OU MÃE) DEVERIA FAZER

- [Não é fácil ser adolescente]** Os adolescentes querem independência e ser tratados como adultos, mas muitas vezes carecem da maturidade necessária, a qual só vem com o tempo. Eles precisam de um composto de independência e orientação. Ofereça liberdade de escolha nas questões que os ajudarão a amadurecer, mas que não causarão prejuízos sérios a eles próprios e aos outros, se tomarem a decisão errada.
- [A adolescência é um processo de mudança constante.]** Assim como os adolescentes precisam de muita boa comida, muito sono e muito exercício para suprir as necessidades de seus corpos em desenvolvimento, devem receber também muita informação positiva para crescerem emocional e intelectualmente.
- [Não existem dois adolescentes iguais e, por isso, eles têm necessidades diferentes.]** Em geral, os adolescentes passam pelos mesmos estágios, mas em idades distintas e com variados graus de dificuldade. Trate-os como indivíduos.
- [É melhor ser feliz.]** Se sua comunicação com seus filhos adolescentes se limitar a broncas, você será evitado. Estabeleça uma linha de comunicação positiva quando eles forem mais jovens e conserve-a com o passar dos anos. Isso provavelmente os tornará mais receptivos à sua orientação durante os difíceis anos da adolescência.
- [Parte da adolescência é aprender o equilíbrio entre a brincadeira e a responsabilidade.]** Ajude seus filhos a ingressar na vida adulta ensinando-lhes a dar prioridade às responsabilidades e recompense-os com atividades divertidas quando isso acontecer.
- [Os adolescentes precisam de limites claramente definidos.]** É muito comum os jovens testarem esses limites para verem até que ponto podem ir. Estabeleçam as regras juntos; se possível, cheguem a um acordo e, depois, de forma amorosa, mas firme, garanta o cumprimento do que foi estabelecido.
- [Os adolescentes precisam de espaço.]** Na tentativa de definir sua própria identidade, é normal que adolescentes se afastem de seus pais. Não veja isso como uma ofensa pessoal. Deixe-os bater as asas dentro de limites razoáveis, mas tenha certeza que eles sabem que você está lá, pronto para ajudá-los.
- [Os adolescentes precisam se sentir realizados.]** Ajude os seus adolescentes a definirem metas para eles próprios que valham a pena, que signifiquem um desafio e que sejam realizáveis. Ajude-os a atingir os seus objetivos.
- [A pressão social dos colegas é mais forte na adolescência.]** Os amigos dos seus adolescentes serão uma influência boa ou má. Por isso, procure conhecê-los e tente extrair o que há de melhor neles.
- [Os jovens precisam ser compreendidos.]** Talvez você não os entenda melhor do que eles entendem a si mesmos, mas Jesus sim. Escutar o que eles têm a dizer e, depois, levar os problemas juntos ao Senhor terá um efeito maior do que simplesmente você tentar lhes dar todas as respostas a partir da sua experiência ou com base no seu ponto de vista pessoal.

## COMO TER UM LAR FELIZ

*O amor é a pedra angular.*

João 13:34

1 Coríntios 13:13

Colossenses 2:2

*Deus nos dá amor para amar os outros.*

Romanos 5:5

Gálatas 5:22

1 Tessalonicenses 3:12

1 Tessalonicenses 4:9

2 Tessalonicenses 3:5

*As diferenças devem ser superadas com amor.*

Provérbios 17:9

Filipenses 2:3

Colossenses 3:13

1 Pedro 4:8

*Pais, tratem seus filhos com ternura e amor.*

Lucas 1:17

Colossenses 3:21

Efébios 6:4

1 Tessalonicenses 2:7

Tito 2:4

*Os pais devem orientar seus filhos com autoridade mesclada com paciência, misericórdia e verdade.*

Provérbios 16:6

Provérbios 29:15

1 Timóteo 3:4

1 Timóteo 3:12

*Crianças, respeitem e obedçam a seus pais.*

Provérbios 1:8-9

Efébios 6:1

Colossenses 3:20



# INCLUA- Me

Se quiser ter uma família e uma vida mais feliz, eis a fórmula:

**inclua-Me em tudo que fizer.**

Não estou falando de religiosidade rígida, formal e sombria. Nem pense nisso! Você vai ficar surpreso quando vir como isso pode ser divertido! Os benefícios de Me incluir são numerosos demais para os relacionar aqui. Vou citar apenas três:

**COM AMOR, JESUS**

**PRIMEIRO:** Sou cheio de idéias. Meu Pai e Eu criamos o mundo juntos. Pode-se dizer que foi o primeiro projeto desenvolvido em família. Admita: fizemos um bom serviço! Se criamos tudo isso para você e queremos que desfrute ao máximo, não acha que posso lhe mostrar coisas mais interessantes para vocês fazerem juntos do que simplesmente sentarem em estado de semicoma na frente da televisão?

**SEGUNDO:** Sei como são as coisas. Conheço cada geração e sei melhor que todos como unir gerações e as manter juntas. Não se esqueça que estou neste negócio faz tempo. Não há situação que você vivencie que Eu não tenha ajudado alguém a enfrentar no passado. Portanto, consulte-Me assim que começar a encontrar problemas em casa.

**TERCEIRO:** Mais amor. Não é o que você mais quer para sua família: amor? Eu sou o amor. Sou o próprio Espírito do Amor e, por isso, onde estou, aí está o amor. A Bíblia diz que Minha presença é a abundância de alegria e que na Minha destra há prazeres eternos (Salmo 16:11). Tenho muito amor para dar a você e aos seus — mais do que vocês poderiam imaginar e muito mais do que têm condições de comportar. Está aqui para vocês a qualquer momento, todo o tempo. Basta pedir.

Estou aqui para atendê-lo. Apenas diga: “Jesus, obrigado por ser parte da nossa família, o chefe da nossa família. Esteja conosco agora nesta atividade”.