



mulher Virtuosa

Virtudes para uma mulher cristã





Semana de oração
da Mulher | 2023

mulher Virtuosa

Virtudes para uma mulher cristã

Introdução

Você vai começar uma jornada de sete dias buscando entender o maravilhoso propósito que Deus tem para você. Tenho certeza que você já ouviu falar sobre a mulher virtuosa, talvez até tenha pensado que esse é um nível inatingível, afinal, essa mulher não tem nome. A partir de agora você terá a oportunidade de aprender a ser como ela: diferente, mais leve, feliz, buscando o equilíbrio em todas as coisas; uma mulher virtuosa em construção.

Todo processo de construção leva um tempo, mas só chega ao objetivo quem persiste neste caminho. Desejo que esta leitura desperte em você o desejo de ser uma mulher virtuosa, temente a Deus, e que inspire outras mulheres a trilharem este caminho.

Raquel Lage

Departamental da Mulher - União Sul

EXPEDIENTE:

Editora: Raquel Lage.

Produção textual e revisão: Raquel Lage.

Realização: Departamento da Mulher - União Sul.

Projeto gráfico: Danilo Rodrigues | @danilo_studio



índice

Uma mulher
virtuosa em
construção

05/03 - Domingo 04

A virtude
do valor

09/03 - Quinta 18

A virtude
do amor e
da empatia

06/03 - Segunda 08

A mulher
virtuosa faz
escolhas
sábias

10/03 - Sexta 21

A virtude
da diligência

07/03 - Terça 12

A mulher
virtuosa
busca a
santidade

11/03 - Sábado 24

A virtude
da sabedoria

08/03 - Quarta 15





Uma mulher virtuosa em construção



“Quanto ao mais, irmãos, tudo o que é verdadeiro, tudo o que é honesto, tudo o que é justo, tudo o que é puro, tudo o que é amável, tudo o que é de boa fama, se há alguma virtude, e se há algum louvor, nisso pensai.” Filipenses 4:8

Introdução

Você vai começar uma jornada de sete dias buscando entender o maravilhoso propósito que Deus tem para você. Tenho certeza que você já ouviu falar sobre a mulher virtuosa, talvez até tenha pensado que esse é um nível inatingível, afinal, essa mulher não tem nome. A partir de agora você terá a oportunidade de aprender a ser como ela: diferente e plena; uma mulher virtuosa em construção.

Desejo que esta leitura desperte em você a ânsia de ser uma mulher temente a Deus e que inspire outras mulheres a trilharem este caminho.

O que é virtude?

Filósofos como Platão e Aristóteles explicam que a virtude é uma qualidade moral e está ligada à disposição de

um indivíduo de praticar o bem; e não é apenas uma característica, trata-se de uma verdadeira inclinação. Virtudes são todos os hábitos constantes que levam pessoas para o caminho do bem, ou seja, está relacionada a conduta do ser humano quando existe uma adaptação perfeita entre os princípios morais e a vontade humana.

Para Aristóteles, não existem virtudes inatas, todas se adquirem pela repetição dos atos, que gera o costume, e esses atos, para gerarem as virtudes, não devem desviar-se nem por falta, nem por excesso, pois a virtude consiste na justa medida, longe dos dois extremos. Isso quer dizer que as virtudes são construídas e fortalecidas cada vez que você repete uma ação que, a princípio pode não ser genuíno, mas se transforma através do conhecimento do amor de Deus e do seu objetivo de ser uma mulher virtuosa.

Ellen White, em seus escritos, comenta que para construir virtudes deve haver equilíbrio e integridade em todas as coisas: “Em todos os aspectos da vida, os cristãos devem seguir os princípios de estrita integridade. Estes não são os princípios que governam o mundo, pois lá Satanás é senhor, e seus princípios de



engano e opressão imperam. Os cristãos, porém, servem a outro Senhor, e seus atos devem ser efetuados em Deus. É preciso pôr de lado todo desejo egoísta de lucro” [seja ele material, intelectual ou emocional]. *M.M. O Cuidado de Deus, 1995. Pág. 312*

Ela também nos lembra de que: “Há para a mulher um propósito mais alto, um mais elevado destino. Ela deve desenvolver e cultivar suas virtudes, pois Deus pode utilizá-las na grande obra de salvar as almas da eterna ruína” *Beneficência Social, 145*. Esse incentivo abre um leque de possibilidades que faz cair por terra aquele pensamento de que é impossível ser uma mulher virtuosa como descreve Salomão no livro de Provérbios 31.

O desenvolvimento das virtudes e o perigo de negá-las

Todas nós trazemos em nossa consciência um código moral de leis que nos impulsiona a praticar as virtudes. Como mulher cristã carregamos um conjunto de leis morais que são adquiridas com o estudo da Palavra e o relacionamento mantido diariamente com Deus. Somente poderemos ser felizes se atendermos aos convites que provém desse código.

Ao recusar-se a seguir o código moral das leis, ou seja, ao negar-se a exercitar as virtudes devido à ignorância ou rebeldia, demonstrar-se-á que a personalidade ainda está plenamente identificada com o ego, que se caracteriza pelo desejo do prazer e afastamento da dor. Podemos concluir que o orgulho, natural do ser humano, impede o desenvolvimento das virtudes.

Com base nesse fundamento, Timothy Keller, autor de *“Ego Transformado”*, comenta o texto de 1 Coríntios destacando quatro elementos que compõe o ego humano:

1 - o ego é *vazio*, ou seja, qualquer coisa que você tente colocar no lugar reservado originalmente para Deus, como o senso de valor, de singularidade e de propósito, vai sobrar muito espaço e vai ficar chacoalhando lá dentro;

2 - o ego é *dolorido*, ou seja, ele quase sempre dói. Ele vive chamando a atenção para si

mesmo, ele exige que avaliemos a nossa aparência e a maneira em que somos tratadas. Diariamente ele percebe a forma como somos ignoradas e esnobadas pelas outras pessoas. Isso acontece porque há algo errado com a nossa identidade, com a percepção que temos no nosso eu;

3 - o ego é *atarefado*, ou seja, faz de tudo para ser percebido, notado, vive ocupado em uma busca contínua e incansável da comparação com as outras pessoas e de vanglória.

4 - o ego é *frágil*, ou seja, qualquer coisa superinflada há um grande perigo de estourar, é como uma bexiga que você encheu demais, assim é o ego dilatado com ar em vez de estar abastecido com algo sólido. Entretanto, não faz diferença se superinflado ou desinflado, ambos (complexo de superioridade e de inferioridade) são a mesma coisa. Os dois resultam do fato de a pessoa estar superinflada e, portanto, fragiliza o ego.

Isso acontece o tempo todo com mulheres cristãs, mulheres que, muitas vezes em sua sinceridade buscam o seu valor, o seu propósito, tentando preencher seu vazio em locais errados. Um exemplo muito próprio para os dias atuais é a busca pela valorização, pela audiência, pelas palavras de apoio e reconhecimento nas mídias sociais.

Por que estamos falando de ego quando nosso assunto é virtude? Porque para entender o processo de construção das virtudes é preciso entender que nesse caminho sempre vai existir uma luta entre o que é confortável e naturalmente influenciado pela nossa natureza pecaminosa, que são as escolhas egoístas, e o que Deus espera que nós, mulheres cristãs, busquemos diariamente.

É preciso lembrar que, permanecer na zona de conforto é fazer uma escolha egoísta por se constituir em um afastamento do dever para consigo mesmo de desenvolver as virtudes essenciais, o que resultará em muitos conflitos conscienciais que podem se aprofundar na forma de carências e traumas existenciais, doenças emocionais etc., sofrimentos esses resultantes

Todas nós trazemos em nossa consciência

um código moral de leis que nos impulsiona a praticar as virtudes. Como mulher cristã carregamos um conjunto de leis morais que são adquiridas com o estudo da Palavra e o relacionamento mantido diariamente com Deus.



do afastamento do maior objetivo de nossas vidas, que é ser uma mulher virtuosa.

O processo de construção das virtudes

Paulo escrevendo aos Filipenses dá as dicas certas para trilhar esse processo de construção das virtudes, ele disse: "Quanto ao mais, irmãos, tudo o que é verdadeiro, tudo o que é honesto, tudo o que é justo, tudo o que é puro, tudo o que é amável, tudo o que é de boa fama, se há alguma virtude, e se há algum louvor, nisso pensai." *Filipenses 4:8*. É, portanto, um processo de construção, um esforço em deixar o que afaga o ego para construir um caráter virtuoso.

Somente quando uma mulher toma a decisão de se autoanalisar, percebendo as causas reais dos seus sofrimentos, e **decide** por desenvolver as virtudes essenciais é que construirá o real afastamento da dor e produzirá o prazer real, duradouro, muito diferente dos prazeres sensuais e efêmeros do ego, pois proporciona a alegria de viver e intenso bem-estar.

Ellen White enfatiza que "a mulher, se aproveitar sabiamente o seu tempo e suas virtudes, buscando de Deus sabedoria e força, pode estar em igualdade com o seu marido como conselheira, orientadora, companheira e coobreira, e nem por isto perder qualquer de suas graças ou modéstia feminina. Ela pode elevar seu próprio caráter, e ao fazê-lo está elevando e enobrecendo o caráter de sua família e exercendo sobre outros ao seu redor influência poderosa, conquanto

inconsciente." *Beneficência Social, 160*. Este não é o "alto padrão", como costumamos pensar, da mulher virtuosa descrita por Salomão?

Logo, compreendemos que, o processo de construção das virtudes não é um padrão inatingível, mas uma decisão de aproveitar o tempo e as oportunidades para desenvolver aquilo que essencialmente fomos criadas para desfrutar. Ellen White confirma esse pensamento: "Por que não há de a mulher cultivar o intelecto? Por que não há de responder ao propósito de Deus em sua vida? Por que não compreender suas próprias faculdades, e sentir que essas virtudes são dadas por Deus, procurando fazer uso delas da mais ampla maneira, fazendo o bem aos outros, promovendo o progresso da obra de reforma, da verdade e da verdadeira piedade no mundo? Satanás sabe que as mulheres têm um poder de influência para o bem ou para o mal; por isso procura alistá-las na sua causa. Ele inventa multiplicidade de modas, e tenta as mulheres no presente - como tentou Eva para que colhesse e comesse - a adotarem e praticarem estas modas sempre mutáveis e nunca satisfatórias." *Idem, 161*.

Como identificar a construção das virtudes em minha vida

Em primeiro lugar é preciso responder a seguinte pergunta: Estou pedindo o auxílio do Espírito Santo para estar comigo nesse processo de construção da mulher virtuosa em minha vida?

Em segundo lugar, para saber se você realmente está realizando o trabalho de desenvolver as virtudes, é importante fazer uma autoavaliação periódica, analisando-se em diferentes épocas de sua vida com relação à determinada virtude que você está exercitando. Paulo diz: Examinem-se para ver se vocês estão na fé; provem-se a si mesmos. Não percebem que Cristo Jesus está em vocês? A não ser que tenham sido reprovados! *1 Coríntios 13:5*. Pergunte-se como você estava com relação à tal virtude há um ano, há dois anos, há cinco anos, enfim, em diferentes épocas de sua vida, e avalie-se de forma autêntica e verdadeira se a virtude está mais presente ou distante em suas atividades diárias. Se perceber-se exercitando a virtude gradualmente é porque você está no



Logo, compreendemos que, o processo de construção

das virtudes não é um padrão inatingível, mas uma decisão de aproveitar o tempo e as oportunidades para desenvolver aquilo que essencialmente fomos criadas para desfrutar.



caminho certo, caso contrário analise-se para saber onde estão as falhas e pedir ao Espírito Santo que a ajude a corrigi-las.

Outra maneira de se avaliar é por meio das virtudes-avaliação: suavidade, leveza e contentamento. Quando desenvolvemos as virtudes, a nossa vida vai se tornando cada vez mais suave e leve, e um contentamento toma conta de nós, mesmo nas situações mais desafiadoras, porque nos percebemos evoluindo em cada experiência que Deus permite passar para aprendermos uma lição.

A leveza, suavidade e contentamento que sentimos não quer dizer que o processo de desenvolvimento de virtudes é fácil e totalmente prazeroso. Ao contrário, é um processo trabalhoso e, muitas vezes, sentimos desconforto em realizá-lo, porquanto ainda não temos o hábito de exercitar as virtudes instaladas, mas sempre poderemos sentir o contentamento e a alegria existencial de tomar essa decisão consciencial. Aos poucos, o processo de autoconhecimento e autotransformação vai se tornando um hábito cada vez factível, tornando a nossa vida mais suave, leve, e aí, sim, o prazer de se melhorar vai tomando conta de nós, até se tornar uma alegria existencial constante, repleta de suavidade e leveza para suprimir cada conflito que surge.

É nesse momento que vivemos plenamente o que Jesus disse em *Mateus 11:28 a 30*: “Venham a mim, todas as que estão cansadas e sobrecarregadas, e eu darei descanso a vocês. Tomem sobre vocês o meu jugo e aprendam de mim, pois sou manso e humilde de coração, e vocês encontrarão descanso para as suas almas. Pois o meu jugo é suave e o meu fardo é leve”.

Exercício de reflexão:

1 - Quais virtudes não tenho e preciso desenvolver?

.....

2 - Quais delas, com a ajuda do Espírito Santo, estou trabalhando no momento?

.....

3 - O que esse texto significa para mim?

.....

“Quanto ao mais, irmãos, tudo o que é verdadeiro, tudo o que é honesto, tudo o que é justo, tudo o que é puro, tudo o que é amável, tudo o que é de boa fama, se há alguma virtude, e se há algum louvor, nisso pensai.” Filipenses 4:8

Meu compromisso com Jesus

Aliada ao poder divino eu me comprometo a iniciar a jornada de construção da mulher virtuosa que Deus planejou para mim.



A virtude do amor e da empatia

"Amados, amemo-nos uns aos outros, pois o amor procede de Deus. Aquele que ama é nascido de Deus e conhece a Deus." 1 João 4:7

O que é o amor?

Aprendemos no capítulo 1 que as virtudes são construídas através de um processo de tomada de decisões diárias. A partir de agora vamos conhecer profundamente as principais virtudes que Deus deseja transbordar em nossa vida.

A primeira delas é o amor, mas não apenas o amor, mas o amor desinteressado. Este abrange o que entendemos sobre misericórdia e compaixão, e "é o melhor dom que nosso Pai celestial pode conceder. Este amor não é um impulso, mas um princípio divino, um poder permanente. O coração não consagrado não o pode criar ou produzir. Ele somente é achado no coração em que Jesus reina. 'Nós O amamos porque Ele nos amou primeiro.' 1 João 4:19. No coração renovado pela graça divina, o amor é o princípio que regula a ação". *Atos dos Apóstolos, pág. 551.*

O Amor não é apenas um sentimento universal, ele se apresenta no servir

pela forma de demonstrarmos afeto às pessoas. É a capacidade de compartilhar, proteger o outro e de cuidar da sua felicidade e integridade física e emocional. Por ser um sentimento único e catalisador, une muitas outras emoções. Conforme a definição do Perfil de Forças Pessoais — PFP, da Psicologia Positiva, é um sentimento que envolve reciprocidade, ou seja, o ato de dar e receber. Essa relação recíproca é compreendida pelo comprometimento do bem-estar do outro e com as suas necessidades além de, por vezes, estar disposta a fazer algum tipo de sacrifício em nome dele, e vice-versa.

Ellen White fala que "quando o celestial princípio do eterno amor toma o coração inteiro, ele dimanará, para os outros, ... porque o amor é o princípio da ação e modifica o caráter, governa os impulsos, controla as paixões, submete inimizades, e eleva e enobrece as afeições". *Mente Caráter e Personalidade, pág. 205.* Entretanto, "O amor é uma tenra planta, e precisa ser cultivada e nutrida, e terão de ser arrancadas todas as raízes de amargura que lhe estão em volta, de modo que ela tenha espaço para circular; e então ela atrairá para



junto de sua influência todas as virtudes da mente, todo o coração, de modo que amaremos supremamente a Deus, e a nosso próximo como a nós mesmos". *Nossa Alta Vocaçao (Meditações Matinais, 1962), pág. 171.*

A virtude do amor na prática

"O amor é um poder. Força intelectual e moral acha-se envolvida neste princípio, e dele não pode ser separada. O poder da riqueza tende a corromper e destruir; o poder da força é vigoroso para ferir; mas a excelência e valor do amor puro, consiste em sua eficácia de fazer o bem, e não fazer nada mais senão o bem. O que quer que seja feito por puro amor, por pequeno e desprezível que seja à vista dos homens, é totalmente frutífero; pois Deus considera mais o amor com que se trabalha, do que a quantidade que se produz. O amor vem de Deus. O coração não convertido não pode originar ou produzir essa planta de crescimento celestial, que só vive e floresce onde Cristo reina". *Mente Caráter e Personalidade, pág. 207.*

A mulher virtuosa tem bom coração. Ela não é egoísta, ao contrário, sempre abençoa aqueles que a rodeiam, sabe ajudar quando é preciso e está sempre pronta para estender as mãos abençoando aqueles que necessitam. É uma pessoa sensível suficiente para perceber quando alguém precisa de ajuda, de uma palavra ou um abraço.

Romanos 12:13 diz: "*Compartilhai as necessidades dos santos; praticai a hospitalidade*". A hospitalidade é um ministério importante para as mulheres; ser hospitaleira é uma forma maravilhosa de mostrar o amor de Cristo a conhecidos e desconhecidos. Vemos na Bíblia a história da viúva de Sarepta, que, em meio a uma época de escassez de chuva e, portanto, sem alimento, não rejeitou o pedido de hospitalidade do profeta Elias. Como você reagiria se um estranho chegasse à sua casa pedindo por comida e água após meses sem chuva? Vale ressaltar que, o assunto da hospitalidade a estranhos não descarta a virtude da prudência.

Naquela época, quando não chovia, não havia alimento, portanto, essa viúva mal teria alimento para ela, quanto mais para oferecer a um estranho. Qual seria sua disposição em de-

A mulher virtuosa tem bom coração.

Ela não é egoísta, ao contrário, sempre abençoa aqueles que a rodeiam, sabe ajudar quando é preciso e está sempre pronta para estender as mãos abençoando aqueles que necessitam.



monstrar hospitalidade? Primeiro livro de Reis 17:11-16 descreve a reação da viúva quando Elias lhe pediu comida e lugar para ficar: ela fez segundo a palavra de Elias, e nada faltou em sua casa. A hospitalidade não só beneficia a mulher que a pratica, mas a todos em sua casa. Peça a Deus que mostre caminhos para abrir o seu lar para glória dEle. Hebreus 13:2 diz: "*Não negligencieis a hospitalidade, pois alguns, praticando-a, sem o saber acolheram anjos*". Quando você abre a casa para os irmãos, pode estar acolhendo anjos. Que rico esse versículo!

Ser sensível não implica ser emotiva, ter as emoções à flor da pele ou chorar quando alguém olha para você do jeito errado. Nós mulheres somos mais emotivas do que os homens, mas estamos falando de ser sensíveis para identificar as necessidades das pessoas que estão ao redor. Ser sensível é estar ciente do ambiente. Existem muitas pessoas que sofrem em silêncio e passam despercebidas na nossa vida. Por falta de sensibilidade em nós acabamos nos tornando muito egoístas e nos preocupamos apenas com o nosso próprio bem-estar e pouco com aqueles que estão ao nosso redor.

"Toda pessoa está circundada de uma atmosfera própria, que pode estar carregada do poder vivificante da fé, do ânimo, da esperança, e perfumada com a fragrância do amor. Ou pode estar pesada e fria com as nuvens do descontentamento e egoísmo, ou intoxicada com

o contato mortal de um pecado acariciado. Pela atmosfera que nos envolve, toda pessoa com quem nos comunicamos é consciente ou inconscientemente afetada". *Parábolas de Jesus*, pág. 339.

A Bíblia relata que Jesus era supersensível, e hoje essa humanidade de Jesus está em nós. Se aprendermos a permitir que essa vida humana elevada seja expressa através de nós, mais sensíveis seremos. Para isso precisamos criar intimidade com Deus, aprender a viver em sua presença. A intimidade com Deus concederá à mulher as virtudes necessárias para ser uma extensão do amor de Deus em tudo que realizar.

A virtude do amor trás essa sensibilidade. Uma mulher virtuosa deve ser sensível, o que significa que ela deve ter a capacidade de entender rapidamente a necessidade das pessoas ao redor, e para isso é importante saber ouvir. Nossa primeira reação à maioria das afirmações que ouvimos das pessoas é avaliação ou julgamento, e não compreensão. Quando alguém expressa sentimentos, atitudes, nossa tendência é quase imediatamente sentir: isto é certo, isto é anormal, isto não é bom. Muitas vezes, quando ouvimos alguém falar, antes mesmo de terminar, já estamos preparadíssimas para verbalizar todos os argumentos àquela conversa. Na verdade, não ouvimos a pessoa. Precisamos aprender a compreender o que significam as afirmações para quem fala conosco. Não sejamos rápidas em julgar e falar. Escutemos atentamente as pessoas para poder compreendê-las.

Aprenda a ser uma perfeita ouvinte! Isso será bênção para você e a protegerá de falar palavras impulsivas que possivelmente poderão machucar. Para o exercício da sensibilidade é preciso criar o hábito de parar, respirar e refletir: "O que Jesus faria no meu lugar?". Esse momento de parar é importante para aprender a não sair falando o que queremos de qualquer jeito, sem nenhum cuidado, pois assim só machucaremos as pessoas, e isso nos afasta de ser mulheres sensíveis e amorosas. Quando você parar, aproveite para se voltar ao Senhor, invocar: "Ó Senhor Jesus! ...", e colocar a mente em contato com o Espírito para reagir como Jesus faria no seu lugar.

A virtude da empatia

O amor desinteressado, genuíno, se apresenta em uma outra característica importante além da sensibilidade: a empatia. Ser empática também é importante para uma mulher virtuosa. A empatia consiste em tentar compreender sentimentos e emoções de outra pessoa caso estivesse na mesma situação vivenciada por ela. Experimente se colocar no lugar da outra pessoa para aprender a ver as coisas a partir do ponto de vista dela. Considere as ideias e os sentimentos das pessoas como tão importantes quanto os seus próprios. Você construirá laços maravilhosos! Um dos resultados do sofrimento por que passamos é desenvolver nova consciência relacionada aqueles que estão sofrendo. Como Deus nos consolou e nos ajudou a suportar nossos próprios sofrimentos, somos capazes de alcançar outros e lhes ministrar em situações semelhantes. É impressionante como Deus coloca à nossa frente pessoas que passam por situações semelhantes àquelas pelas quais já passamos para que possamos ajudar e confortá-las, assim como fomos confortadas por Deus.

Como mulheres, geralmente experimentamos situações similares, por isso podemos nos identificar com os sentimentos umas das outras e oferecer consolo de forma que ninguém mais poderia. Se aceitarmos o consolo que Deus nos oferece em situações dolorosas, a tragédia não nos deixará amargas, mas nos tornará mais compassivas e cheias de compaixão. Em 2 Coríntios 1:4 lemos: "É ele que nos conforta em toda a nossa tribulação, para poderemos consolar os que estiverem em qualquer angústia, com a consolação com que nós mesmos somos contemplados por Deus".

Na Bíblia temos um grande exemplo de pessoas que foram amorosas, sensíveis e tiveram empatia com o sofrimento de um amigo: Ao perceberem que Jó tinha sofrido grande calamidade e a sua tristeza era indescritível, seus amigos, usando de muita consideração lhe fizeram companhia por vários dias sem dizerem nada. Jó 2:11, 13 diz: "Ouvindo três amigos de Jó todo esse mal que lhe sobreviera, vieram, cada um do seu lugar: Elifaz, o temanita, Bilda-



O amor desinteressado, genuíno, se apresenta em uma outra característica importante além da sensibilidade: a empatia.



de, o suíta, e Zofar, o naamatita, combinaram ir juntamente condoer-se dele, e consolá-lo. Então se assentaram com ele na terra, sete dias e sete noites. Nenhum Ihe disse palavra alguma, pois viram que a dor era muito grande”. Neste exemplo a virtude do amor foi expresso pelo ato de fazer companhia, de estar junto, não precisou palavras, recursos financeiros, etc.,.

A Bíblia também menciona exemplos onde houve falta dessa virtude. O Senhor repreendeu o profeta Jonas pela sua falta de empatia para com o povo de Nínive. Deus o enviara ali para profetizar a destruição imediata da cidade, mas depois mudou de ideia porque o povo, ao ouvir a profecia de Jonas, arrependeu-se de sua iniquidade. Jonas, zangado com isso, protestou por Deus ter tido misericórdia após predizer a sua destruição. Disse o Senhor: “Mas em Nínive há mais de cento e vinte mil pessoas, que não sabem discernir entre a mão direita e a esquerda, e também muito gado. Não hei Eu de ter compaixão dessa grande cidade?” *Jonas 4:10,11*

Em nós mesmos não há compaixão, amor, misericórdia, mas a humanidade de Jesus hoje está em mim e em você. Não sejamos aquelas que apontam o dedo para outros, em tom crítico a fim de somente descartar e desencorajar. Tenhamos no coração o sentimento de misericórdia, compaixão, perdão, bondade e humildade no serviço a Deus e ao Seu povo. Busquemos mais dessa humanidade elevada de Jesus, seja por meio da leitura da Bíblia, da oração, do invocar o nome do Senhor Jesus, das reuniões da igreja, etc. Absorvamos os nutrientes da humanidade elevada de Cristo. Quando estamos no espírito experimentamos o amor de Deus, que nos faz olhar para os outros com compaixão e empatia, ou seja, buscando compreender o que estão passando, suas dores e dificuldades, nos levando a exercitar a misericórdia. Assim, podemos nos compadecer das pessoas ao redor, amá-las e compreendê-las.

Exercício de reflexão:

1 - Você tem feito as coisas do jeito que Jesus Cristo faria se estivesse no seu lugar?

2 - Você tem manifestado ações de sensibilidade? Têm notado quando alguém está triste?

3 - Você tem orado pelas pessoas que surgem nos seus pensamentos durante o dia?

4 - Você tem tido cautela para comentar sobre a vida de alguém?

5 - Você tem sido uma referência de grosseria ou de sensibilidade?

6 - O que esse texto significa para mim?

“Abre a mão ao aflito; e ainda a estende ao necessitado”. Provérbios 31:20

Meu compromisso com Jesus

Senhor Jesus, quero ser uma mulher amorosa, sensível e empática. Desejo manifestar sensibilidade no falar e no agir. Quero ser sensível todas as vezes que precisar tomar uma decisão. Tu tens sido tão generoso comigo e me dado tantas oportunidades para recomeçar; quero parar todas as vezes que tiver de tomar alguma decisão, refletir o que Tu farias no meu lugar e fazer tudo do Teu jeito. Eu quero estar na Tua presença todos os momentos da minha vida, porque a Tua vida em mim me tornará uma mulher virtuosa em tudo e para com todos. Amém.



A virtude da diligência

“O preguiçoso deseja e nada tem, mas a alma dos diligentes se farta” Provérbios 13:4

A virtude da diligência

Diligência é a virtude humana de seguir um objetivo de vida, conquista ou qualquer tipo de princípio por meios convencionais até chegar ao fim do objetivo. Na vida espiritual, a diligência se apresenta em um esforço consistente e corajoso, especialmente para servir ao Senhor e obedecer à Sua palavra. Deus é galardoador dos que diligentemente o buscam disse Paulo aos Hebreus 11:6.

A habilidade da diligência é muito pouco utilizada apesar de ser de fácil aprendizagem. A característica comum a todos os seres humanos é o desejo de gratificação instantânea. Queremos o máximo e o mais rápido possível. Todos têm inclinação para seguir o caminho que oferece menos resistência. Podemos escolher um caminho que nos ensine a ser diligentes e obter os resultados que esperamos em qualquer área importante da vida.

Uma mulher diligente

Digamos que você mesmo pudesse escolher uma esposa para o seu filho. Que tipo de mulher escolheria? Que qualidades ela deveria ter? Procuraria uma mulher fisicamente atraente, inteligente, bondosa e trabalhadora? Ou procuraria primeiro alguma outra virtude?

Está registrado em Gênesis 24 que Abraão se viu nesse dilema, e o que sabemos sobre Rebeca nos faz admirá-la. Ela era fisicamente muito atraente, mas a sua verdadeira beleza era a devoção piedosa. Era isso o que Abraão procurava numa nora. As outras boas características que ela tinha provavelmente superaram todas as expectativas de Abraão. Sua diligência, fé e a coragem que ela demonstrou ao acatar a orientação divina, seu zelo, sua modéstia e sua hospitalidade generosa são virtudes que todas as mulheres cristãs fariam bem em imitar.

A procrastinação anula a diligência

A mulher virtuosa é guerreira e não suporta a preguiça. Ela tem disposição para lutar pelos seus sonhos, e todas as tarefas que realiza as faz de bom grado,



sem murmurações e lamento. Por esse motivo, nada lhe falta.

Provérbios 13:4 diz: “O preguiçoso deseja e nada tem, mas a alma dos diligentes se farta”. O termo romantizado para se referir à preguiça atualmente é a procrastinação, esta tem afetado muito as mulheres cristãs e tem feito com que deixem de desfrutar das bênçãos do Senhor. Uma vida relaxada sem nenhuma organização com certeza trará como resultado uma vida cristã sem sabor. Se você é desorganizada em vários âmbitos da vida, fica muito difícil concluir alguma atividade e levar os projetos adiante. “Cuida dos negócios de sua casa e não dá lugar à preguiça.” *Provérbios 31:27*. Isso se refere também à vida espiritual.

A desorganização é uma distração que tira o foco e também a energia necessária para alcançar os objetivos. O resultado disso é a pouca produtividade, pois tudo passa a ser urgente, ocorre um desgaste de energia desnecessária e a perda de tempo. É muito importante se organizar para não deixar de fazer as coisas que são importantes. Coloque suas prioridades em ordem! Faça uma lista de tarefas pendentes, dividindo-as em grau de importância, estabeleça a prioridade de cada uma delas e determine uma data de conclusão. E não se esqueça: nunca deixe uma atividade pela metade.

Ellen White esclarece o que determina o sucesso do processo de construção dessa virtude: a vontade. “A vontade é o poder que governa a natureza do homem [da mulher], pondo todas as outras virtudes sob sua direção. A vontade não é gosto nem inclinação, mas o poder que decide, o qual atua nos filhos dos homens para obediência a Deus, ou para a desobediência”. *Mensagens aos Jovens, pág. 151*.

O nosso tempo é valioso demais para ficarmos deitadas numa cama ou fazendo coisas supérfluas. Se há algo na vida pessoal, profissional e familiar, precisamos ir atrás, buscar, ter disposição, pois nada na vida “cai do céu”. É preciso ter disposição para ajudar nos afazeres de casa e organizar as coisas. Por isso comece tirando um tempo para arrumar o seu armário, os seus sapatos, organize seus livros, seus estudos, sua devocional, sua rotina. Faça sempre o melhor para si e para os outros. Seja proativa no seu trabalho e não fique esperando que as

pessoas venham fazer o que você pode fazer.

“Nosso tempo pertence a Deus. Cada momento é Seu, e estamos sob a mais solene obrigação de aproveitá-lo para Sua glória. De nenhum talento que nos concedeu requererá Ele mais estrita conta do que de nosso tempo.” *Parábolas de Jesus, pág. 182*.

“A vida é muito solene para ser absorvida em negócios terrenos e temporais, em um re-moinho de cuidados e ansiedades pelas coisas terrenas que são apenas um átomo em comparação com as de interesse eterno. Contudo, Deus nos chamou para servi-Lo nos afazeres temporais da vida. Diligência nesta obra é tanto parte da religião verdadeira como a devoção. A Bíblia não apoia a ociosidade, que é a maior maldição de nosso mundo. Todo homem e mulher verdadeiramente convertidos serão diligentes trabalhadores”. *Idem, 183*.

O livro de Provérbios nos alerta em muitas passagens para não sermos preguiçosas. Você não precisa ficar esperando aparecer alguma motivação para realizar algo. Nessa hora é preciso ter disciplina. Qual a diferença entre “motivação” e “disciplina”? Motivação é esperar ter vontade para fazer as coisas. Muitas vezes essa vontade não aparece, por isso deixamos de fazê-las. Disciplina é fazer as coisas mesmo sem vontade, em prol de alcançar algum objetivo. Agora você deve estar se perguntando: como cultivar a disciplina? Comece mudando os hábitos! Se os seus hábitos a fazem ficar sentada, aguardando, sempre numa posição passiva, você precisa pensar e agir. Não se deixe ser dominada pela preguiça. Para alcançar algo na vida, é preciso esforço e disciplina, logo também é necessário esforço e disciplina para buscar a Deus e ter um relacionamento verdadeiro com Ele. É muito importante desenvolver hábitos saudáveis para ter um viver com Deus, uma vida de oração e um contato diário com a Palavra. Para isso é necessário ter disciplina. Não espere a vontade vir, pois, ela dificilmente virá.

“É o dever de todo cristão adotar hábitos de ordem, perfeição e presteza. Não há desculpa para a morosidade e imperfeição em trabalho de qualquer natureza. Quando alguém está sempre trabalhando, e a tarefa nunca está concluída, é porque a mente e o coração não estão na obra. Os vagarosos, e que trabalham sem o

A mulher virtuosa é guerreira e não suporta a preguiça. Ela tem disposição para lutar pelos seus sonhos, e todas as tarefas que realiza as faz de bom grado, sem murmurações e lamento. Por esse motivo, nada lhe falta.

competente preparo, deveriam reconhecer que essas são faltas para serem corrigidas. Precisam exercitar a mente em planejar como utilizar o tempo para alcançar os melhores resultados. Com tino e método alguns conseguirão em cinco horas o mesmo trabalho que outros em dez. Muitos que são encarregados de tarefas domésticas estão sempre labutando, não porque tenham tanto para fazer, mas por não planejarem como poupar tempo. Por causa de suas maneiras morosas e lerdas fazem do pouco trabalho muito. Mas todos quantos quiserem podem vencer estes hábitos falhos e lentos. Devem ter um alvo definido em sua ocupação. Decidam quanto tempo requer certo trabalho, e então se esforcem para executá-lo no dado tempo. O exercício da força de vontade tornará as mãos mais ágeis". *Ibidem, 184.*

Mesmo que não exista a motivação para fazer algo, a disciplina é o que levará você a realizá-lo. Comece separando um tempo para ler e desfrutar da Palavra de Deus e também um tempo para oração. Reserve um tempo diariamente para estar com Deus e ler a Sua Palavra. Faça disso a sua prioridade. A Palavra é o nosso alimento. Na vida espiritual não seja preguiçosa. Não viva como se não houvesse serviço para você na igreja.

Em 1 Coríntios 12:27, lemos: "Ora, vós sois corpo de Cristo; e, individualmente, membros desse corpo". Todas nós somos membros do Corpo de Cristo, portanto, precisamos funcionar. Cada membro tem a sua função, e todos são importantes, então funcione na igreja. Jesus nos adverte: "A seara é grande, mas os trabalhadores são poucos". Nós precisamos ser essas mulheres que o Senhor Jesus pode usar na seara.

Em Lucas 19:12-13, lemos: "Então, disse:

Certo homem nobre partiu para uma terra distante, com o fim de tomar posse de um reino e voltar. Chamou dez servos seus, confiou-lhes dez minas e disse-lhes: "Negocia até que eu volte". Nós somos os servos dessa parábola. O Senhor nos entregou talentos, por isso devemos negociar até que Ele volte. Não sejamos preguiçosas ou negligente; sejamos diligentes, é preciso sair para negociar os nossos talentos.

A mulher que procrastina enterra os seus talentos, mas a mulher diligente serve a Deus com excelência. Jeremias 48:10 diz: "Maldito aquele que fizer a obra do SENHOR relaxadamente". Como mulheres cristãs, excelência deve ser o objetivo em cada área e papel da nossa vida. Seja você esposa, mãe, membro da família, dona de casa, funcionária, reflita a excelência de Jesus. Faça bem todas as coisas, vivendo por meio da vida de Deus que hoje está em nós.

Exercício de reflexão:

1 - O que você pode fazer para ser uma mulher diligente?

Meu compromisso com Jesus

Meu Deus querido, como mulher quero ser diligente em tudo o que eu fizer; quero motivar outras pessoas; quero influenciar com coragem e bravura. Quero que a minha vida seja um canal de salvação e inspiração para todos os que estiverem ao meu redor.

A virtude da sabedoria



"A mulher sábia edifica a sua casa, mas a insensata, com as próprias mãos, a derruba". Provérbios 14:1

A palavra "edificar", entre outros significados, quer dizer construir, mas você pode estar se perguntando: construir o quê? A mulher que usa a sabedoria vai construindo o seu relacionamento, vai dando forma ao seu lar, edificando sua casa. Assim como um pedreiro constrói uma casa, a mulher sábia vai - dia após dia - construindo, estruturando, organizando e alicerçando as colunas do seu lar. A mulher que usa a sabedoria na "construção" da sua casa vai agir e falar com prudência, bom senso e tantas outras virtudes que darão "liga" ao seu relacionamento.

"As duas pessoas que unem seus interesses para a vida irão ter características distintas e responsabilidades individuais. Cada um terá seu trabalho, mas a mulher não pode ser avaliada pela quantidade de trabalho que pode fazer, como se faz com os animais de carga. A esposa deve ser o encanto do círculo familiar como esposa e companheira para um sábio marido. A cada passo deve ela interrogar-se: "É este o ideal

de uma verdadeira mulher?" e: "Como exercerei minha influência cristã no meu lar?" O marido deve fazer que a esposa saiba que ele aprecia seu trabalho". *Lar Adventista, pág. 144.*

Nós, mulheres, passamos por momentos em que nossas emoções querem nos dominar, falamos sem pensar e agimos impulsivamente. Nessas horas precisamos nos acalmar, parar, respirar, refletir e orar antes de falar. Isso é uma característica da mulher virtuosa. Em suas palavras há sabedoria, de forma que quem as ouve é tocada por Deus. Ela não se envolve em brigas, gritarias, fofocas e intrigas que destroem vidas, mas procura edificar os outros com as suas palavras.

Onde encontrar sabedoria

Se você acha que não tem sabedoria, Tiago 1:5 nos fala como obtê-la: "Se algum de vocês tem falta de sabedoria, peça-a a Deus, que a todos dá livremente, de boa vontade; e lhe será concedida". No livro de Tiago capítulo 3, vemos o perigo da língua, que é tão pequena, mas que pode causar grandes estragos. Os versículos 8 a 11 diz: "A língua, po-

rém, ninguém consegue domar, é um mal incontrolável, cheio de veneno mortífero. Com a língua bendizemos ao Senhor e Pai, e com ela amaldiçoamos os homens, feitos à semelhança de Deus. Da mesma boca procedem bênção e maldição. Meus irmãos, não pode ser assim! Acaso pode sair água doce e água amarga da mesma fonte?" Sabemos o quanto Deus deseja que tenhamos sabedoria para que a nossa língua seja uma fonte de bênçãos.

Abigail era a bela, bondosa e inteligente, esposa de Nabal, um homem mesquinho e violento. Por sua sábia conduta, foi capaz de evitar muito derramamento de sangue quando seu esposo tratou Davi e seus homens com desprezo. Ela tinha todos os motivos para viver reclamando, mas o que a fez agir diferente? Ela tinha paz interior mantida através de um relacionamento com Deus, era o que a sustentava. Precisamos desse tempo em comunhão com Deus para conseguir falar e agir com sabedoria. "... há muitas vezes uma grande falha por parte da mulher. Ela não emprega decididos esforços para controlar seu espírito e tornar feliz o lar. Há muitas vezes irritabilidade e desnecessárias reclamações da parte dela". *Mente Caráter e Personalidade - 1, pág. 160*

É fundamental aprender ouvir a Deus. Mas é também, muito importante, aprender a ouvir ao próximo. Antes de ser uma boa conversadora, seja primeiro uma ouvinte atenta. Precisamos aprender a ouvir atentamente às pessoas ao nosso redor. Estamos sempre prontas para falar, e assim não abrimos os ouvidos para a conversa. Primeiro ouça atentamente, se interesse pelo assunto e, depois que a pessoa terminar você fala, se necessário. Agindo assim, você se tomará uma mulher muito mais elegante, agradável e sábia!

Tome cuidado com as palavras que saem quando você age por impulsividade, pois, podem ter consequências desastrosas. Podem ferir as pessoas, causar sentimento de desconforto e até destruir relacionamentos. Nossa boca pode causar grandes estragos. Use no seu dia a dia pequenas frases como: "muito obrigada", "com licença", "bom dia", "me desculpe", "perdão", etc. Essas frases são pequenas cortesias que agem como lubrificante na engrenagem da rotina, e são marcas de boa educação.

Não discuta. Você não deve, nem precisa, vencer uma discussão, portanto, evite-a sempre que puder. Mesmo que "ganhe" a discussão, você a perde, pois com certeza "perde a paz" com a pessoa. Só há um caminho para conseguir o melhor numa discussão: fugir dela! Na hora da discussão, pare, respire e reflita; volte-se imediatamente a Deus; invoque o nome do Senhor Jesus; pense em como Deus agiria naquela situação. Você pode estar certa, mas estará tão longe de mudar o pensamento da outra parte que provavelmente será tão ineficaz quanto seria se estivesse errada. Pode ser que, para aprender essa lição, você precise passar várias vezes por essa situação até se conscientizar e estar sensível sobre o momento de ficar calada. Em muitos momentos o silêncio é eloquente. E se você feriu, peça perdão.

"A voz e a língua são dons de Deus, e, se usados corretamente, são um poder divino. As palavras significam muitíssimo. Podem expressar amor, dedicação, louvor, melodia a Deus, ou ódio e vingança. Palavras revelam os sentimentos do coração. Podem ser um cheiro de vida para vida ou de morte para morte. A língua é um mundo de bênção ou um mundo de pecado". *Idem - 2, pág. 572.*

Palavras que elevam

"Os anjos estão atentos para ouvir a espécie do testemunho que estais dando ao mundo quanto a vosso divino Mestre. Que a vossa conversação tenha por objeto Àquele que vive para interceder por vós perante o Pai. Ao pegardes na mão de um amigo, esteja em vossos lábios e coração um louvor a Deus. Isso há de atrair seus pensamentos para Jesus". *Caminho a Cristo, pág. 119.*

É muito importante que você faça elogios, mas faça sinceramente. Isso vai inspirar a outra pessoa a continuar a melhorar. As coisas boas que ela faz precisam receber reforço positivo, e assim as coisas más serão atrofiadas por falta de atenção. Mas cuidado para não confundir sinceridade com agressividade passiva. A sinceridade, no momento certo, nunca machucará ninguém. Todas nós necessitamos de valorização e de reconhecimento, por isso precisamos fazer elogios sinceros às pessoas a nossa volta.



Não seja uma mulher murmuradora, que só reclama. Vemos em Números 14 que a velha geração do povo de Israel não entrou em Canaã, pois tinha um viver de murmuração e reclamação. Murmuração é sintoma de incredulidade. Eles não confiaram no cuidado e no trabalhar de Deus. Vale a pena confiar na provisão divina mesmo que as situações digam o contrário.

Viver com pessoas que reclamam de tudo é como morar numa casa que tem o teto furado. Cada gota que cai soa incômoda aos ouvidos. É extremamente desagradável conviver com uma pessoa que só reclama da vida. Como diz em Provérbios 27:15: “O gotejar contínuo no dia de grande chuva e a mulher rixosa são semelhantes”.

Devemos ter um falar que convém à sã doutrina, como está escrito em Tito 2:1. Nosso falar deve ser consequência de um viver cheio de Deus. Não abra a boca para destruir, fofocar, maldizer ou reclamar. Tiago 3:10 diz que de uma só boca procede bênção e maldição. Use a boca para bendizer! Alimente-se mais da Palavra de Deus para que o seu coração se encha da Palavra. Que sua boca seja do bem e para o bem. Como disse Jesus em Mateus 12:34 “A boca fala do que está cheio o coração”.

Dê limites e espalhe bondade

Precisamos ser como a areia da praia, que dá limite para o mar. A onda perde a força quando chega até ela. Logo, todas as vezes em que chegar a você alguma crítica, julgamento, reclamação ou falar negativo, você precisa bloquear e enfraquecer essa onda. Entretanto, isso só irá acontecer se você estiver revestida do Espírito Santo. “Veem-se alguns, voltando de sua diátria comunhão com Deus, revestidos da mansidão de Cristo. Suas palavras não são qual desoladora chuva de pedras, esmagando tudo pela frente; dimanam-lhes suavemente dos lábios. Espalham sementes de amor e bondade ao longo de todo o seu caminho, e isso inconscientemente, porque Cristo vive em seu coração. Sua influência é mais sentida do que vista”. *Ibidem*

Uma mulher que fala com sabedoria possui uma virtude fundamental para sua vida e serviço ao Senhor, como encontramos em Filipenses 4:5: a moderação. A palavra “moderação” quer dizer algo apropriado e conveniente.

É qualidade de alguém que não discute com os outros, nem briga ou contende com eles. É quando pode ter muito que falar, mas tem paciência e tolerância ao lidar, isto é, alguém que não responde precipitadamente mediante provocação ou irritação. Isso significa não cometer excessos, nem errar por falta.

Sempre agir na medida certa, com prudência e comedimento. Moderação inclui paciência e tolerância. Uma mulher moderada e sábia não revida quando se sente ofendida. Ela fala no momento certo e com calma. Diante de alguém irado, permanece calada, não se altera. Mas calma, não se desespera por não ser ainda uma mulher moderada, estamos nesse processo, portanto, busquemos a todo tempo estar conectadas com Deus, a fim de que, os atributos Dele possa manifestar-se em nós. Quando isso ocorre não reagimos precipitadamente, mas de forma equilibrada, como uma mulher moderada que age e fala com sabedoria.

“A doce influência de Seu Espírito Santo está ensinando e guiando nossos pensamentos, levando-nos a falar palavras que animarão a outros, iluminando-lhes o caminho”. *Ibidem* 573. Assim a vida no lar, na igreja terá paz e tranquilidade, sem rivalidade ou vanglória, sem murmurações ou argumentos. Esse será o sinal prático de maturidade e virtude no falar com sabedoria.

Exercício de reflexão:

1 - Tenho inspirado paz ou caos pelas minhas palavras?

2 - Minha “sinceridade” tem machucado as pessoas?

3 - O que esse texto significa agora para mim? “A mulher sábia edifica a sua casa, mas a insensata, com as próprias mãos, a derruba”. Provérbios 14:1

Meu compromisso com o Espírito Santo

Espírito Santo, quero fazer diferença positiva na vida das pessoas que conheço. Quero ser um aroma de vida por onde eu passar. Governe o meu falar para que eu seja uma mulher sábia e virtuosa.

5

09.03

quinta



A virtude do valor



“Mulher virtuosa, quem a achará? O seu valor muito excede o de finas joias”. Provérbios 31:10

A deturpação do valor dado por Deus

Há quase 2 mil anos, a Bíblia previu com exatidão o tempo difícil em que vivemos. O cartunista argentino Joaquín Tejón – cartunista é aquele que cria desenhos com humor em um tom de crítica social - produziu uma sequência de cartuns/figurinhas que define muito bem os valores de nossa época. Ele diz: “Preocupado em ensinar ao filho, ainda de chupeta, como a vida é, o pai aponta para o carro e diz: “Isso se chama pernas”. Mostra o computador e afirma: “Isso se chama cérebro”. O celular é chamado de “contato humano”. Um programa de televisão imoral recebe o nome de “cultura”. No espelho, a criança vê o “próximo” a quem deve amar. Na lata do lixo estão os ideais, a moral e a honestidade. Por fim, uma nota de dinheiro é apresentada como “Deus!” *Revista Adventista, junho 2016.*

Em sentido filosófico, valor tem a ver com a importância que atribuímos às coisas. E os valores que adotamos

motivam nossas escolhas e ações. A sociedade vive uma crise moral. Valores como solidariedade, bondade, verdade e lealdade têm perdido lugar para seus opostos. A justiça, imparcialidade e integridade têm sido dribladas pelo “jeitinho brasileiro”. E a santidade, pureza e reverência têm sido suplantadas por desregramento e profanidade. Somem-se a isso a desconstrução e a perda da noção de pecado. O resultado? Pessoas insensíveis ao sofrimento alheio, aumento desenfreado da criminalidade, corrupção generalizada, famílias disfuncionais, uma geração sem limites e uma filosofia de vida relativizada, “vale tudo”.

O apóstolo Paulo disse com precisão o tempo difícil em que vivemos. Os seres humanos seriam “egoístas, avarentos, presunçosos, arrogantes, blasfemos, desobedientes aos pais, ingratos, ímpios, sem amor pela família, irreconciliáveis, caluniadores, sem domínio próprio, cruéis, inimigos do bem, traidores, precipitados, soberbos, mais amantes dos prazeres do que amigos de Deus, tendo aparência de piedade, mas negando o seu poder” (2Tm 3:2-5, NVI). Diante deste cenário, enquanto a ética relativista, típica do nosso tempo, deixa as pesso-



as livres para fabricar seu próprio repertório de valores, a ética da Bíblia, com base nos mandamentos imutáveis de Deus, fornece um conjunto de princípios e valores invariáveis que refletem a natureza daquele que é eterno e onipresente – sem limites de tempo e geografia.

O valor originalmente dado às mulheres

Quem achará uma mulher de tanto valor? O seu valor é inestimável. “São muitas as mulheres de valor, mas tu ultrapassaste a todas! O encanto é enganador e a beleza passageira, a mulher que teme o Senhor, essa sim, merece elogios!” *Provérbios, 31, 29-30*. Há enorme diferença entre o que Deus e o mundo diz sobre o valor de uma mulher. A Bíblia fala acerca do valor da mulher. O valor das mulheres é dado pelo próprio Deus. Se as mulheres querem ter um papel importante na sociedade elas devem amar a Deus, amar suas famílias e lutar por elas, desenvolverem os seus dons, serem boas no que sabem fazer, mas não trocarem a sua identidade por uma premissa falsa de que são fracas.

O exemplo de Jesus salta-nos aos olhos. Ele valorizou as mulheres do seu tempo. Elas não eram vistas e muitas vezes eram consideradas imundas. Elas carregavam culpa sobre si. E diante da violência social Jesus marcou não só a vida delas, mas de toda a humanidade, com valores que mais tarde preconizariam novos direitos ocidentais. Ele elevou os padrões da dignidade humana e se importou com os oprimidos.

Nos textos bíblicos isso fica claro em João 8:1-11, quando os fariseus pegam uma mulher em adultério para apedrejar (costume da época). Naquele momento, Jesus foi testado, e sua reação foi agir em defesa da mulher, dizendo que aquele que não tivesse pecado poderia atirar a primeira pedra. Ao ver que todos tinham saído, Jesus informou a mulher que ele não a condenaria, e a orientou para que não caísse em pecado novamente. Já em Mateus 26:6-13, ele descreve que na cultura dos fariseus uma pecadora não poderia tocar no Mestre. Contudo, ela derramou sobre sua cabeça um perfume caríssimo e Jesus recebeu com carinho o presente e falou para que todos as deixassem

em paz. Essa ação foi contada por Jesus em todos os lugares por onde Ele passou, e até os dias atuais sua história é contada através do Evangelho.

Também em Mateus 28:1-10 ao terceiro dia da crucificação Jesus mostrou sua ressurreição para Maria Madalena, mulher que seguia o Mestre por todos os lugares. Jesus, o Filho de Deus, ao longo de sua jornada na terra mostrou que as mulheres devem ser valorizadas pelo seu intelecto, espiritualidade e encanto. Mas, não foi apenas Jesus que atribuiu valor às mulheres. Deus, em sua plenitude e sabedoria, fez saber a algumas mulheres sobre o nascimento do Messias, estão dentre elas Sara (mãe de Issac), Rute (nora de Noemi), Débora (profetiza e a quarta juíza de Israel). Segundo Jesus o homem deve amar sua esposa como Cristo amou sua igreja (Efésios 5:25). Na passagem encontrada no livro de Gálatas 3:28 Jesus também afirmou que a mulher é valiosa. E deu a todas nós a presença e auxílio constante do Espírito Santo.

Deus tem expectativas e planos para nós, e estabeleceu autoridade, não inferioridade. E a luta pela autonomia não é contra os homens, ou seja, se queremos lutar, precisamos lutar pela intimidade com Deus, por lares saudáveis, pela restauração de casais e por mulheres que amem ser mulheres porque sabem o seu valor; que não precisam conquistar o mundo para serem vistas, mas que encontram em Jesus a sua identidade; que não consideram a sua vida de valor, mas que encontraram em Jesus o sentido de ser bela e participar de um propósito eterno e extraordinariamente superior.

Cuidado com a imagem que você tem transmitido! Você é a escolhida de Deus, a eleita de Deus. Não pode agir de qualquer maneira, vestir de qualquer jeito; precisa andar de modo a representar o caráter de Deus. Filipenses 1:27 diz: “Vivei, acima de tudo, por modo digno do evangelho de Cristo”. É assim que devemos ser identificadas, como mulheres cristãs de valor.

Quer ser uma mulher cristã com valor?

“Busquem, pois, em primeiro lugar o Reino de Deus e a sua justiça, e todas essas coisas lhes serão acrescentadas”. *Mateus 6:33*. Coloque

O exemplo de Jesus salta-nos aos olhos. Ele valorizou as mulheres do seu tempo.

Elas não eram vistas e muitas vezes eram consideradas imundas. Elas carregavam culpa sobre si. E diante da violência social Jesus marcou não só a vida delas, mas de toda a humanidade, com valores que mais tarde preconizariam novos direitos ocidentais. Ele elevou os padrões da dignidade humana e se importou com os oprimidos.



Deus em primeiro lugar na sua vida em todas as coisas. Construa uma vida de oração com Deus; isso quer dizer que você não deve orar só quando precisa de socorro, antes de dormir ou quando quer pedir algo a Deus. Uma comunidade é uma via de mão dupla onde, você fala, mas também espera Deus falar. Outra prática muito importante é invocar o nome do Senhor Jesus o tempo todo. Assim como você respira e não precisa se lembrar de respirar porque o faz automaticamente, o invocar deve se tornar o seu respirar espiritual.

"A oração é a respiração da alma. É o segredo do poder espiritual. Nenhum outro recurso da graça pode substituí-la, e a saúde da alma ser conservada. A oração coloca a pessoa em contato imediato com a Fonte da vida, e fortalece os nervos e músculos da experiência religiosa. Se o exercício da oração for desprezado ou ela for feita ocasionalmente, quando parecer conveniente, você perderá a firmeza em Deus. As virtudes espirituais perdem a vita-

lidade, a experiência religiosa não tem saúde e vigor". *Mensagens aos Jovens, pág. 243.*

Se você consegue se enxergar a partir da fé, verá o quão belo e perfeito és aos olhos de Deus, do qual se importa com você integralmente, sobretudo por aquilo que você realmente é. Se olhando através do olhar de Deus, você reconhecerá o seu valor, sempre terá a dignidade em reconhecer que, para Deus, você é especial. Esta dignidade jamais deve ser esquecida, ela te chama ao amor próprio. Tenha consciência da grandiosidade de valor que você tem diante de Deus. Você custou o sangue do Seu Filho. Esta é a tua dignidade, este é o teu valor.

Exercício de reflexão:

1 - Você tem se valorizado como filha do Deus Altíssimo?

2 - Você tem deixado as comparações a desanimarem? Têm desejado ser outra pessoa? Como acha que Deus se sente com isso?

Meu compromisso com Deus

Hoje, querido Deus, quero começar a contemplar a Tua beleza em mim, por isso serei mais grata por ser quem sou, quero me importar com o meu conteúdo e expressá-lo pelo meu corpo; quero ser bonita de dentro para fora. Faz de mim a Tua morada de paz e plenitude. Quero cuidar de mim para que as pessoas vejam a Tua glória e o Teu amor nas minhas ações. Tira toda a ingratidão do meu coração e me preenche da Tua vida. Quero ser a Tua bela expressão. Amém.

6

10.03
sexta



A mulher virtuosa faz escolhas sábias



“Os céus e a terra tomo, hoje, por testemunhas contra ti, que te propus a vida e a morte, a bênção e a maldição; escolhe, pois, a vida, para que vivas, tu e a tua descendência”. Deuteronômio 30:19

Como seres inteligentes, todas nós somos chamados a fazer escolhas e tomar atitudes. Escolhas e atitudes fazem parte de nossa vida. Mas a Bíblia diz que, mesmo durante a vida cristã, há uma batalha por nossas escolhas e atitudes. Vamos lembrar a batalha pelas escolhas do primeiro casal.

Satanás fez tudo o que podia para fazer com que Eva e, conseqüentemente, Adão, duvidassem da Palavra de Deus e fizessem a escolha errada, tomando uma atitude contrária à ordem do Senhor, e é a partir daí que “...eles deixam de compreender o que Deus revelou, menosprezam Seus explícitos mandamentos e aspiram mais sabedoria, independente de Deus, procurando compreender aquilo que Lhe aprouve reter dos mortais. Não era da vontade de Deus que este santo par tivesse qualquer conhecimento do mal. Dera-lhes livremente o bem, mas escolhera o mal.” *História da Redenção*, pág. 34

Nossas escolhas são nossa responsabilidade. A principal escolha que uma mulher virtuosa deve fazer é priorizar sua vida espiritual, pois, esta servirá de suporte para que as demais escolhas sejam feitas com sabedoria. Deus pode mudar a dificuldade pela qual você está passando. Ele pode operar milagres e fazer com que todo sofrimento acabe. Porém, o maior milagre que pode acontecer é Deus mudar o seu interior, e, para isso, os sofrimentos são necessários. Os contratempos pelos quais passamos aceleram a nossa transformação, e muitos dos nossos problemas são causados por nós mesmas, pois, manipulamos muito as coisas, pensamos demais, assumimos responsabilidades em excesso, muitas vezes, não permitimos que Deus seja Deus na nossa vida. É preciso mudar. Eu e você precisamos mudar.

Mudar significa ocupar outro espaço, deslocar-se de uma situação para outra, do estado atual para o estado desejado, mas, para gerar mudança, é preciso agir e fazer as escolhas certas com sabedoria. Se você não fizer nada de diferente, tudo continuará sempre igual. A maioria de nós resiste ativamente à ideia de mudança, pois é necessário sair da zona

Como seres inteligentes, todas nós somos chamadas a

fazer escolhas e tomar atitudes. Escolhas e atitudes fazem parte de nossa vida. Mas a Bíblia diz que, mesmo durante a vida cristã, há uma batalha por nossas escolhas e atitudes.



de conforto, exige de nós esforço adicional. Então, se você quer mudar, sair da situação em que se encontra, precisará agir diferente. As suas escolhas e decisões poderão determinar o que você experimentará no seu dia. Sua postura deve ser como a de um agricultor que, ao levantar cedo, prepara a terra, ao mesmo tempo em que depende da chuva. Não é ficar passivamente esperando que Deus faça as coisas acontecerem. Se a chuva chegar e a terra não estiver pronta, nada acontecerá. Isto é, depende de uma atitude.

Como mulher cristã, você tem vivido em Cristo? Tem sido guiada pelo Espírito Santo? Tem buscado o Senhor Jesus todos os dias praticando a oração diária, leitura da Bíblia, leitura de livros espirituais, tem invocado o nome do Senhor Jesus, ido às reuniões e se envolvido nos serviços da igreja? Essas são as decisões de uma mulher sábia.

Talvez você pense: eu não tenho tempo para fazer isso todos os dias! Será mesmo? Talvez as suas prioridades estejam fora de ordem. Uma mulher sábia prioriza a vida espiritual. Se não está dando tempo, acorde mais cedo. Uma mulher sábia é cristã todos os dias, não apenas na igreja. Se você não mudar, nada mudará; se não priorizar, nunca terá tempo; e, se não tiver

tempo para Deus, sua vida continuará um caos e sem sentido.

“Nosso tempo pertence a Deus. Cada momento é Seu, e estamos sob a mais solene obrigação de aproveitá-lo para Sua glória. De nenhum talento que nos concedeu requererá Ele mais estrita conta do que de nosso tempo”. *Parábolas de Jesus, pág. 182*

Sabemos que, quando escolhemos estar fora de Cristo, o resultado não será nada positivo. Não se comporte de forma passiva, jogando em Deus toda a responsabilidade. Não seja uma mulher tola colocando em Deus a culpa do seu caos. Muitas mulheres que ficam prostradas, clamando: “Ó Deus, me ajuda!”, aguardando passivamente o socorro divino, Ele responde: “Levanta-te!”. Foi isso que Deus falou a Paulo quando ele estava caído no chão (Atos 26:16). Para Deus agir, você precisa reagir! Independentemente do que estiver passando nesse momento, levante-se! Sim! “Levanta-te, resplandece, porque já vem a tua luz, e a glória do Senhor vai nascendo sobre ti”. *Isaías 60:1*

Quer que as coisas mudem? Comece a mudança em você! Não fique prostrada, vencida pelo pecado, cabisbaixa, abatida e sem vigor. Satanás não quer nada além de fazer você ficar no chão, se sentir uma mulher miserável, mas você não é! Deus tem poder de transformar toda a desgraça em graça! Deus pode revestir você de santidade e transformá-la em uma mulher muito melhor, mais forte e com fé inabalável. As dificuldades ficarão menores porque você ficará mais forte. Os problemas terão menos domínio sobre você porque você estará mais plena. Ele quer santificá-la, transformá-la, conformá-la em todas as áreas da sua vida!

“Por entre as perplexidades que oprimirão a alma, Um unicamente existe capaz de ajudar-nos a sair de todas as nossas dificuldades, e que alivia todas as nossas inquietações. Temos de lançar sobre Jesus toda a nossa ansiedade, e ter em mente que Ele está perto e nos está dirigindo para a comunhão com Ele. Cumpramos conservar a mente firme em Deus; e, em nossa fraqueza, Ele será a nossa força; em nossa ignorância, será nossa sabedoria; em nossa fragilidade, será nosso contínuo poder”. *Filhos e filhas de Deus, pág. 27*



“Por entre as perplexidades que oprimirão a alma, Um unicamente existe capaz de ajudar-nos a sair de todas as nossas dificuldades, e que alivia todas as nossas inquietações. Temos de lançar sobre Jesus toda a nossa ansiedade, e ter em mente que Ele está perto e nos está dirigindo para a comunhão com Ele”.



A direção em que dispomos nossa mente decide também o nosso destino. Você será amanhã o que escolher ser hoje. Como Paulo diz em Gálatas 6:7: “Aquilo que o homem semear, isso também ceifará”. Não há como você semear trigo e colher milho. O que semear, colherá. Se inclinarmos a mente para a carne, para as coisas da terra, seremos, por fim, atraídas para a morte. Não existe dúvida quanto a isso: se nos inclinarmos para a carne, o resultado será morte. Mas o versículo também diz que, se nos inclinarmos para as coisas do Espírito, experimentaremos vida e paz. Quer vida e paz amanhã? Escolha ser sábia hoje. É uma decisão que depende exclusivamente de você.

“Ló escolheu Sodoma como residência, porque olhou mais às vantagens temporais que havia de obter do que as influências morais que o cercariam, a ele e à família. Que lucrou ele quanto aos bens deste mundo? Seus bens foram destruídos, morreu parte de seus filhos na destruição da ímpia cidade, a esposa transformou-se em estátua de sal à beira do caminho, e ele próprio salvou-se “como pelo fogo”. I Coríntios 3:15. E não findaram aí os maus resultados de sua escolha egoísta; a corrupção moral daquele lugar tanto se havia entretido no caráter de seus filhos, que não podiam discernir entre o bem e o mal, entre o pecado e a justiça.” *Mensagens aos Jovens, pág. 419.*

A sabedoria de Deus a eleva a outra categoria, molda em e transforma em uma mulher com abundância de sabedoria. Ela desenha em você uma mulher sábia, pura, pacificadora em todas as situações, que dispensa perdão a to-

dos, de misericórdia e de bons frutos.

Busque por sua união com Cristo e pela habitação do Espírito Santo em sua vida, o cristão é capacitado a vencer a batalha por suas escolhas e atitudes. Ele continua sendo tentado, tanto externamente quanto internamente; afinal sua velha natureza ainda está nele, mas sua vontade não é mais escrava do pecado. O cristão é escravo de Cristo. Essa relação de dependência é tão profunda que o apóstolo Paulo diz que o cristão possui a mente de Cristo (I Coríntios 2:16).

Exercício de reflexão:

1 - Falo tanto que quero ser transformada, mas o que tenho feito no dia a dia para que essa transformação aconteça?

2 - Tenho construído a minha identidade cristã ou tenho me confortado com as experiências já vividas?

Meu compromisso com Deus

Senhor Jesus, não quero desistir, tampouco desanimar na caminhada cristã. Desejo muito ser uma mulher sábia, pacificadora, plena de misericórdia, frutífera e amável. Também quero aprender a fazer boas escolhas; sei que somente em Ti terei a minha melhor versão, uma mulher sábia e virtuosa. Amém!

7

11.03
sábado



A mulher virtuosa busca a santidade



“Portanto, santificai-vos e sede santos, pois eu sou o SENHOR, VOSSO Deus”. Levítico 20:7

Muitas vezes relacionamos a palavra “santidade” às pessoas mais conservadoras, intocadas, com comportamentos morais elevados e aparentemente vida sem pecado, e tudo pode nos frustrar e desanimar na jornada espiritual porque imaginamos nunca alcançar a santidade. A boa notícia é que isso é um engano. Nenhum ser humano por si só é santo. Ser santo não depende de esforço humano, não depende de conduta moral, não depende de nada disso. Deus é santo e ponto final. Quer ser mulher santa? Mude o seu conteúdo! Busque a Deus e permita que a natureza santa de dEle inunde a sua vida e transforme você em santidade. Quanto mais Deus você tiver dentro de si, mais santa será.

“A santificação exposta nas Sagradas Escrituras tem a ver com o ser todo - as partes: espiritual, física e moral. Eis a verdadeira ideia sobre a consagração perfeita. Paulo ora para que a igreja em Tessalônica possa desfrutar esta grande bênção: “E o mesmo Deus de paz vos santifique em tudo; e todo o vosso espí-

rito, e alma, e corpo sejam plenamente conservados irrepreensíveis para a vinda de nosso Senhor Jesus Cristo.” I Tessalonicenses 5:23.

Há no mundo religioso uma teoria de santificação que, em si mesma, é falsa, e perigosa em sua influência. Em muitos casos aqueles que professam santificação não a possuem genuinamente. Sua santificação consiste em um culto por palavras e em teoria. Aqueles que estão realmente buscando o perfeito caráter cristão, jamais condescenderão com o pensamento de que estão sem pecado. Sua vida pode ser irrepreensível; podem estar vivendo como representantes da verdade que aceitaram; porém, quanto mais consagram a mente para se demorar no caráter de Cristo e mais se aproximam de Sua divina imagem, tanto mais claramente discernirão Sua imaculada perfeição e mais profundamente sentirão seus próprios defeitos”. *Santificação, pág. 7*

Há um perigo muito grande sobre a busca por uma vida santificada. Como seres humanos orgulhosos temos a tendência em mostrar como somos. Ellen White diz que, “quando as pessoas



alegam que estão santificadas, dão suficiente evidência de estar bem longe de serem santas. Deixam de ver sua própria fraqueza e desamparo. Olham para si mesmas como refletindo a imagem de Cristo, porque não têm verdadeiro conhecimento dEle. Quanto maior a distância entre elas e seu Salvador, tanto mais justas se parecem aos próprios olhos”.

A santidade deve ser conquistada por cada uma de nós incansavelmente. Todos os dias da nossa vida mais de Deus precisa entrar e mais de nós mesmas precisa sair. Quanto mais você crescer espiritualmente, mais nojo de coisas impuras terá e mais santa será. A santidade deleta todas as paixões da carne. A santidade exclui o seu histórico de pecados e a separa das coisas imundas. Ser santo é ser separado. Ser uma mulher santa é ser separada de absolutamente tudo o que não esteja no coração de Deus.

“A verdadeira santificação é uma inteira conformidade com a vontade de Deus. Pensamentos e sentimentos de rebelião são vencidos, e a voz de Jesus suscita uma nova vida, que penetra todo o ser. Aqueles que são verdadeiramente santificados não ostentarão sua própria opinião como uma norma do bem ou do mal. Não são fanáticos, nem de justiça-própria, mas ciosos de si, sempre tementes, com medo de que, havendo-lhes faltado uma promessa, tenham ficado aquém do cumprimento das condições sobre que se baseiam as promessas”. *Idem, pág. 9*

Para trilhar esse caminho, é preciso mais da vida de Deus em nós, pois só Deus é santo. Ele é único. Não há outro igual a Ele. Ele é incomparável. Deus é Santo, logo, aquela que O serve, deve viver em santidade, pois sem santidade ninguém verá o Senhor. A santidade de Deus desenha, molda em você uma mulher santa.

Hebreus 12:14 diz: “Segui a paz com todos e a santificação, sem a qual ninguém verá o Senhor”. O nosso procedimento deve permitir que a vida de Deus seja manifestada através de nosso pensar, agir e falar. Pensemos isso à infusão de um chá de capim cidreira. Imagine uma xícara com água quente recebendo um sachê com capim cidreira: assim que o sachê entrar em contato com a água quente, haverá uma transformação. A cor da água mudará, um

novo aroma surgirá e também a água ganhará um sabor que antes não tinha. Antes de o sachê entrar na água, ela não tinha sabor, mas agora tem. A água sem o sachê não tinha cor, mas passou a ter. A água recebeu os elementos da erva do sachê, e ambos se misturaram num processo inseparável. Assim acontece comigo e com você quando a vida de Deus entra em nós e nos transforma. A santidade de Deus muda quem somos, o que gostamos, o que pensamos, o que falamos, como agimos. Quando Deus entra, tudo se transforma, tudo se torna santo.

Também podemos entender melhor esse processo de santificação usando os versículos de Romanos 11:16-18: “E, se forem santas as primícias da massa, igualmente o será a sua totalidade; se for santa a raiz, também os ramos o serão. Se, porém, alguns dos ramos foram quebrados, e tu, sendo oliveira brava, foste enxertado em meio deles e te tornaste participante da raiz e da selva da oliveira, não te glories contra os ramos; porém, se te gloriasses, sabe que não és tu que sustentas a raiz, mas a raiz, a ti”. A vida de Deus transforma metabolicamente nosso ser interior. Aos poucos, nossas células velhas vão sendo substituídas por células novas que nos são infundidas por meio de dieta saudável. O que nos sustenta e dá condições de crescer é a raiz, a qual é o próprio Senhor. Enquanto estivermos ligadas a ela, estaremos em transformação metabólica. Basta permanecer enxertadas nessa raiz que a vida divina irá trabalhar em nós para, ao final, sermos totalmente transformadas. A raiz é santa e, se estamos conectadas a ela, teremos a “seiva santa” permeando cada parte do nosso ser. Mais da vida de Deus será infundida em nós. Que maravilhoso!

Nós ainda carregamos muitas “células da oliveira brava”, que representam a nossa natureza pecaminosa que se inclina para o mal. Nessa natureza há fornicção, prostituição, lascívia, avareza, maledicência, malignidade, ciúmes, invejas, falta de perdão e coisas semelhantes a essas (Gálatas 5:19-21). São essas “células do mal” que acabam afetando o nosso relacionamento com o cônjuge, com os filhos, com os irmãos e irmãs igreja e com todas as pessoas com que nos relacionamos. A única maneira de

“Aqueles que são verdadeiramente santificados não

ostentarão sua própria opinião como uma norma do bem ou do mal. Não são fanáticos, nem de justiça-própria, mas ciosos de si, sempre tementes, com medo de que, havendo-lhes faltado uma promessa, tenham ficado aquém do cumprimento das condições sobre que se baseiam as promessas”.



resolver esse problema é a transformação metabólica, é a infusão da natureza divina, que é santa, em nosso ser e a expulsão da natureza corrupta que possuímos. Se estivermos ligadas à raiz santa, as células velhas sairão, e o que é santo entrará em nós. A intenção de Deus é colocar mais células santas em nós. Apegue-se desesperadamente à raiz santa! A todo tempo invoque o nome do Senhor com realidade: “Ó Senhor Jesus!”, como quem está sugando, dessa raiz, a seiva cheia da vida de Deus. Quando vivemos conectadas a essa raiz, enchemo-nos de compaixão, perdão, amor, mansidão, longanimidade (Gálatas 5:22-23). São esses frutos que serão manifestos em nós e nos moldarão em uma vida de santidade.

A santidade não é alcançada por esforço unicamente humano, e sim, pela graça de Deus aliada às escolhas sábias que fazemos diariamente. A mulher sábia é aquela que não luta sozinha para viver todas as virtudes que vimos até aqui, mas busca-as em Cristo.

É possível alcançar essas e outras virtudes. A vida nos oferece, diariamente, oportunidades para colocarmos em prática cada uma delas, basta prestar mais atenção e lutar para ser fiel à Palavra de Deus e as orientações do alto. Uma mulher virtuosa é cheia do Espírito Santo de Deus. Eu quero ser essa mulher! E você?

Exercício de reflexão:

1 - Tenho buscado uma vida de santidade?

2 - Quero realmente ser uma mulher virtuosa?

Meu compromisso com a Deus

Pai, quero continuar meu processo de mudança. Quero colocar aos Teus pés todos os meus defeitos de caráter e todos os meus pecados acariciados. Transforma-me em uma mulher virtuosa segundo o Seu coração. Seja a minha vida uma bela representação do Seu caráter. Amém!



mulher Virtuosa

Virtudes para uma mulher cristã



Semana de oração
da Mulher | 2023



ADVENTISTAS DO SÉTIMO DIA
MOVIMENTO DE REFORMA