

Lihona



OS
acontecimentos
reveladores DE
1829

página 12

Meu filho com deficiência
está preparado para o
batismo?, página 18

Alergias alimentares: Fazer
da Igreja um lugar seguro,
página 22

Definido pela capacidade,
não pela incapacidade,
página 28

A IGREJA
ESTÁ
AQUI

Município de Oakland **Pensilvânia, E**



UA

Esta casa, situada no local da restauração do sacerdócio, é uma reconstrução da casa de Joseph e Emma, em Harmony, que hoje é conhecido como município de Oakland.



10

Alas e ramos, incluindo o Ramo Susquehanna, da Estaca Scranton Pensilvânia.

Quilômetros do local da restauração do sacerdócio até o Templo de Palmyra Nova York.



260



15

Revelações recebidas em Harmony, Pensilvânia, que estão incluídas em Doutrina e Convênios.

Porcentagem aproximada do Livro de Mórmon traduzida na casa de Joseph e Emma.



70

1804 Emma Hale (que mais tarde se casou com Joseph Smith) nasce em Harmony.

1829 João Batista confere o Sacerdócio Aarônico a Joseph Smith e Oliver Cowdery. Posteriormente, Pedro, Tiago e João conferem a eles o Sacerdócio de Melquisedeque.

1960 Um monumento em homenagem à restauração do sacerdócio é erguido no local.

2015 O presidente Russell M. Nelson dedica o local da restauração do sacerdócio.



Aprenda mais sobre outros locais históricos da Igreja em [history.ChurchofJesusChrist.org](https://www.history.ChurchofJesusChrist.org).

FOTOGRAFIA: LESLIE NILSSON

Ministrar por
meio da reunião
sacramental
8



O papel vital do
sacerdócio na
Restauração
Élder Gary E. Stevenson

12



Como lidar com alergias
alimentares na Igreja
Lisa Ann Thomson

22

Necessidades
especiais, lições
especiais
Élder Paul B. Pieper e
Melissa T. Pieper

28



A decisão sobre o batismo

Recentemente, meu marido e eu estávamos tentando decidir se nosso filho de 7 anos estava pronto para ser batizado. Ele é autista, por isso não tínhamos certeza se ele entendia o suficiente para ser responsável por essa decisão. Na página 18, você pode ler sobre as muitas coisas que levamos em consideração ao tentar tomar a decisão certa.

Como especialista em deficiências da Igreja, sei que muitas pessoas maravilhosas com deficiências desejam ter um sentimento de inclusão na Igreja. Para todos os nossos irmãos e irmãs que têm algum tipo de deficiência e para suas respectivas famílias, dizemos: Nós os amamos, precisamos de vocês e queremos aprender a ministrar melhor a vocês.

Vários artigos desta revista nos ajudam a entender as deficiências e o modo pelo qual podemos promover a inclusão em nossa ala e comunidade:

- Página 28: O élder Paul B. Pieper, dos setenta, e sua esposa, Melissa, que

têm uma filha com deficiência, dão esperança e incentivo aos pais.

- Página 21: No final do meu artigo, você pode encontrar sugestões sobre como integrar melhor os membros com deficiências nas aulas e nos chamados da Igreja.
- Página A16: Os pais podem usar essa história de *Meu Amigo* para ajudar os filhos a ver um exemplo de como ser amigo de alguém com deficiência.

Ao ler esta revista, lembre-se de que “o valor das almas é grande à vista de Deus” (Doutrina e Convênios 18:10). Podemos ajudar a promover um ambiente de amor e inclusão no lar e na Igreja para que todos os que quiserem vir e ser como Jesus tenham essa oportunidade.

Com amor,
Katie Edna Steed

Especialista em deficiências, Departamento
do Sacerdócio e da Família

Sumário

- 5 A Restauração do Sacerdócio Aarônico** 🕒
- 6 Retratos de fé** 🕒
Lini Uilaaui
Lini tinha dificuldade para lidar com seus sentimentos de raiva. Mas o evangelho de Jesus Cristo a ajudou a substituir a raiva por paz.
- 8 Princípios para ministrar como o Salvador**
Ministrar por meio da reunião sacramental
O sacramento nos dá oportunidades de nos aproximar das pessoas e ministrar a elas.
- 12 O papel vital do sacerdócio na Restauração**
Élder Gary E. Stevenson
Graças ao retorno do sacerdócio à Terra, foi possível acontecer a Restauração.
- 18 Será que meu filho com deficiência está preparado para o batismo?**
Katie Edna Steed
Nosso filho estava prestes a completar 8 anos de idade. Mas como poderíamos ter certeza de que ele estava pronto para ser batizado?
- 22 Como lidar com alergias alimentares na Igreja**
Lisa Ann Thomson
Às vezes usamos alimentos para demonstrar amor. Mas, no caso de graves alergias alimentares, a *ausência* de alimentos também pode ser uma expressão de amor.
- 28 Necessidades especiais, lições especiais**
Élder Paul B. Pieper e Melissa T. Pieper
Nossa filha tem necessidades especiais. Aprendemos mais com ela do que jamais teríamos imaginado.
- 32 Vozes da Igreja** 🕒
Uma professora ouve a voz do profeta num lugar inesperado; um homem escolhe entre o emprego e o evangelho; um casal ora pela segurança de seu filho ainda por nascer; o coração de um homem é abrandado por uma visita ao templo.
- 36 Nosso lar, nossa família** 🕒
Uma dádiva de amor
Faith S. Watson
Na carinhosa bênção do sacerdócio que meu marido deu a nossa filha bebê, vi o amor do Pai Celestial como uma dádiva para nós.
- 38 Vem, e Segue-Me: Livro de Mórmon** 📖 🕒
Esses artigos semanais podem apoiar seu estudo do Livro de Mórmon neste mês.

🕒 Leitura rápida

📖 Apoio ao *Vem, e Segue-Me*

Na capa
Upon You My Fellow Servants, de Linda Curley Christensen e Michael Malm



Seções

Jovens adultos

42

A fase do namoro pode ser uma época da vida marcada por temores e ansiedade, mas não precisa ser assim. Leia histórias de outros jovens adultos que conseguiram **eliminar o estresse ao procurar uma companheira ou um companheiro eterno.**



Jovens

50

Conheça a **história da organização das Moças.**



Crianças

Meu Amigo

Conheça Abis e faça amigos na Alemanha.



ARTIGOS DE JUNHO APENAS EM VERSÃO DIGITAL



Ele precisava de uma bênção do sacerdote. Será que eu conseguiria fazê-lo?

O'Dale Johnson

Um jovem adulto conta como superou o medo de dar bênçãos do sacerdote.



O que a deficiência de minha filha me ensinou sobre a graça

Jeffrey S. McClellan

Um pai expressa como a graça de Jesus Cristo lhe deu esperança em suas circunstâncias.



Confiar na segunda impressão e na orientação do Espírito

Marie Netzler

Uma jovem adulta da Austrália conta como o fato de dar uma segunda chance fez toda a diferença em sua vida.



O fato de ser solteira me lembra de confiar no plano inteiro de Deus para mim

Christina Cotterall

Uma jovem adulta conta como encontrou nova esperança na vida quando as coisas não saíram como ela havia planejado.

SAIBA MAIS

No aplicativo Biblioteca do Evangelho e em liahona.ChurchofJesusChrist.org, você pode:

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

FALE CONOSCO

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

Envie suas histórias pelo site liahona.ChurchofJesusChrist.org ou pelo correio para:
Liahona, flr. 23
50 E. North Temple Street
Salt Lake City, UT 84150-0023, USA

JUNHO DE 2020 VOL. 73 Nº 6
LIAHONA 16721 059

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

A Primeira Presidência: Russell M. Nelson, Dallin H. Oaks, Henry B. Eyring

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

Editor: Randy D. Funk

Consultores: Becky Craven, Sharon Eubank, Cristina B. Franco, Walter F. González, Larry S. Kacher, Jan E. Newman, Adrián Ochoa, Michael T. Ringwood, Vern P. Stanfill

Diretor administrativo: Richard I. Heaton

Diretor das revistas da Igreja: Allan R. Loyborg

Gerente comercial: Garff Cannon

Gerente editorial: Adam C. Olson

Gerente editorial assistente: Ryan Carr

Assistente de publicações: Camila Castrillón

Composição e edição de textos: David Dickson, David A. Edwards, Matthew D. Flittton, Garrett H. Garff, Jon Ryan Jensen, Aaron Johnston, Charlotte Larcabal, Michael R. Morris, Eric B. Murdock, Joshua J. Perkey, Jan Pinborough, Richard M. Romney, Mindy Selu, Lori Fuller Sosa, Chakell Wardleigh, Marissa Widdison

Diretor de arte: Tadd R. Peterson

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

Coordenadora de propriedade intelectual: Collette Nebeker Aune

Gerente de produção: Jane Ann Peters

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

Pré-impressão: Joshua Dennis, Ammon Harris

Diretor de impressão: Steven T. Lewis

Diretor de distribuição: Troy R. Barker

Endereço para correspondência: Liahona, Fl. 23, 50 E. North Temple St., Salt Lake City, UT 84150-0023, USA.

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

(A periodicidade varia de um idioma para outro.)

© 2020 Intellectual Reserve, Inc. Todos os direitos reservados. Impresso nos Estados Unidos da América.

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

For Readers in the United States and Canada: June 2020 Vol. 73 No. 6. LIAHONA (USPS 311-480) Portuguese (ISSN 1044-3347) is published monthly by The Church of Jesus Christ of Latter-day

Saints, 50 E. North Temple St., Salt Lake City, UT 84150. USA subscription price is \$10.00 per year; Canada, \$12.00 plus applicable taxes. Periodicals Postage Paid at Salt Lake City, Utah. Sixty days' notice required for change of address. Include address label from a recent issue; old and new address must be included. Send USA and Canadian subscriptions to Salt Lake Distribution Center at address below. Subscription help line: 1-800-537-5971. Credit card orders (American Express, Discover, MasterCard, Visa) may be taken by phone or at store.ChurchofJesusChrist.org. (Canada Post Information: Publication Agreement #40017431) POSTMASTER: Send all UAA to CFS (see DMM 507.1.5.2). NONPOSTAL AND MILITARY FACILITIES: Send address changes to Distribution Services, Church Magazines, P.O. Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368, USA.



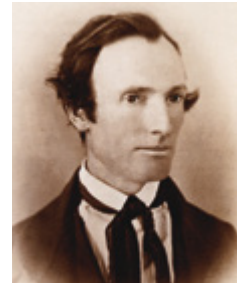
A restauração do Sacerdócio Aarônico

Em 15 de maio de 1829, João Batista conferiu o Sacerdócio Aarônico a Joseph Smith e Oliver Cowdery. Estes trechos de suas recordações daquele dia importante mostram como esse acontecimento foi extraordinário.

“**O** mensageiro que nos visitou

nessa ocasião e conferiu-nos esse sacerdócio disse que **seu nome era João, o mesmo que é chamado João Batista no Novo Testamento**; e que agia sob a direção de Pedro, Tiago e João, que possuíam as chaves do Sacerdócio de Melquisedeque.”

Joseph Smith, em Joseph Smith—História 1:72; grifo do autor



Oliver Cowdery também estava com Joseph Smith em 1836, quando as chaves do sacerdócio foram restauradas no Templo de Kirtland.

“Como se fora do meio da eternidade, **a voz do Redentor manifestou-nos paz; ao mesmo tempo o véu abriu-se e um anjo de Deus desceu, revestido de glória**, e transmitiu a esperada mensagem e as chaves do Evangelho do arrependimento. Que alegria! Que admiração! Que assombro!”

Oliver Cowdery, em Joseph Smith—História 1:71, nota; grifo do autor



Vídeo da Bíblia mostrando João Batista batizando Jesus Cristo.



Rio Susquehanna, em Harmony, Pensilvânia, perto de onde Joseph Smith e Oliver Cowdery foram batizados em 15 de maio de 1829.

Para saber mais sobre a restauração do sacerdócio e seu papel essencial, veja o artigo do élder Gary E. Stevenson “O papel vital do sacerdócio na Restauração”, na página 12.

Lini Uilaau

Sava'i'i, Samoa



Lini tinha dificuldade para lidar com seus sentimentos de raiva e impaciência. Mas, quando ela e o marido se tornaram membros de A Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias, Lini notou que esses sentimentos foram desaparecendo à medida que ela colocava o evangelho em prática.

LESLIE NILSSON, FOTÓGRAFO

Comecei a estudar o evangelho e aprendi com os ensinamentos da Igreja como Jesus amava as crianças. Ele sempre foi bondoso com elas.

Comecei a tentar ser mais semelhante a Jesus. Agora tento amar mais todos os meus familiares. Passo mais tempo com eles e procuro conhecer mais suas necessidades. Lemos as escrituras em família e oramos juntos todas as noites.

Meu coração é muito mais brando agora. Sinto mais amor, paz e felicidade no lar ao seguirmos os ensinamentos de Jesus Cristo. Sinto-me grata pelo modo como o evangelho me ajuda a aprender a ser uma esposa, mãe e avó melhor.





SAIBA MAIS

Saiba mais sobre a jornada de fé que Lini está trilhando, inclusive com mais fotos, na Biblioteca do Evangelho ou na versão online deste artigo, em ChurchofJesusChrist.org/go/6206.

Leia os ensinamentos do élder Neil L. Andersen sobre como nosso amor pelo Senhor nos inspira a nos tornar melhores: ChurchofJesusChrist.org/go/6207.

Princípios para ministrar como o Salvador

MINISTRAR POR MEIO DA REUNIÃO SACRAMENTAL

A reunião sacramental proporciona oportunidades de nos aproximarmos dos outros e ministrar a eles.

A reunião sacramental é um momento de nutrição espiritual e reflexão pessoal sobre o Salvador e Sua Expição. Ao tomarmos o sacramento a cada semana, somos edificados juntos (ver Doutrina e Convênios 84:110). Mas, em nossas alas e ramos, algumas pessoas carregam fardos pesados ou nem sequer comparecem.

Aqui estão algumas oportunidades de usarmos essa hora sagrada para ministrar às pessoas e fazer a diferença na vida delas.

AJUDAR A TORNAR A REUNIÃO SACRAMENTAL MELHOR PARA AS PESSOAS A QUEM VOCÊ MINISTRA

O primeiro passo para aprender a ministrar é conhecer as pessoas ou as famílias e suas necessidades. Há maneiras de ajudá-las a tirar melhor proveito da reunião sacramental simplesmente aprendendo mais a respeito delas.



Para Mindy, uma jovem mãe de gêmeas ainda pequenas, os esforços simples de sua irmã ministradora fizeram uma enorme diferença em sua maneira de vivenciar a reunião sacramental a cada semana.

“Por causa da pesada agenda de trabalho de meu marido, levo nossas filhas gêmeas para a Igreja todas as semanas sozinha”, explica Mindy. “Eu ficaria sobrecarregada se tentasse dar conta de tudo na reunião sacramental com duas crianças pequenas e agitadas, mas minha irmã ministradora assumiu a tarefa de me auxiliar.



Ela se senta conosco e me ajuda a cuidar das minhas filhas todas as semanas. O simples fato de tê-la a meu lado significa muito para mim e alivia bastante minha ansiedade nos momentos de agitação ou inquietude das

meninas. Acho que ela nem faz ideia do quanto suas ações foram importantes nessa fase de minha vida. Ela viu as necessidades que eu tinha, como uma jovem mãe cheia de ansiedade, e ajudou a tornar a Igreja um lugar de paz e alegria para todas nós.”

Sugestões para ajudar pessoas com necessidades específicas

- Converse com os líderes do quórum de élderes e as líderes da Sociedade de Socorro no tocante às necessidades dos membros.
- Os líderes planejam os discursos da reunião sacramental de modo a ajudar a atender às necessidades dos membros. Se você achar que as pessoas a quem ministra se beneficiariam ao ouvir determinada mensagem, leve essa ideia a seus líderes.
- Se você souber que uma pessoa tem uma deficiência ou alergia alimentar que a impeça de desfrutar as bênçãos do sacramento, procure se informar detalhadamente e saber quais seriam as providências a tomar para ajudar a incluí-la melhor na adoração. Compartilhe essa informação com seus líderes.¹
- Se alguém a quem você ministra ou que você conhece estiver incapacitado de sair de casa, de modo permanente ou temporário, pergunte ao bispo se o sacramento pode ser levado à casa dessa pessoa. Você pode até fazer anotações durante a reunião sacramental e compartilhar com ela pelo telefone, por e-mail ou pessoalmente.
- Se alguém a quem você ministra tiver filhos pequenos, você pode se oferecer para ajudar essa pessoa durante a reunião sacramental.
- Se aqueles a quem você ministra não comparecem com frequência à reunião sacramental, tente entender e pensar em meios de ajudar. Se eles precisarem de transporte, você pode lhes dar carona. Caso não tenham o apoio da família, você pode convidá-los a se sentarem a seu lado. Você pode fazer convites especiais para ajudá-los a se sentirem bem-vindos e benquistos na reunião sacramental.

LEMBRE-SE DE QUE COISAS SIMPLES PODEM FAZER UMA GRANDE DIFERENÇA

Falando sobre a ministração, a irmã Jean B. Bingham, presidente geral da Sociedade de Socorro, ensinou: “Às vezes pensamos que temos de fazer algo grandioso e heroico que ‘conte’ como serviço prestado ao próximo. Contudo, simples atos de serviço podem ter um impacto profundo nos outros, assim como em nós mesmos”.²

Numa pequena ala da Bélgica, Evita geralmente se oferece para servir de intérprete durante as reuniões da Igreja para os visitantes e membros que falam espanhol. Certa vez, foi-lhe apresentado alguém da República Dominicana que estava conhecendo a Igreja. Ele sabia um pouco de inglês, mas o espanhol era seu idioma materno. Assim, Evita se ofereceu para traduzir baixinho para ele na reunião sacramental a fim de fazê-lo se sentir mais à vontade.

“O fato de ficar traduzindo pode tornar meu domingo um pouco mais agitado”, observa Evita. “Mas, ao seguir a inspiração de perguntar às pessoas se precisam de intérprete, isso sem dúvida me dá um sentimento de alegria e calor humano, por saber que sou capaz de ajudá-las a sentir o Espírito e desfrutar as reuniões.”





Sugestões para ajudar as pessoas com atos simples de serviço

- Converse com seus líderes para saber quem pode necessitar de uma pequena ajuda na reunião sacramental. Ou, se souber de alguém que precise, certifique-se de que seus líderes tomem conhecimento disso.
- Sente-se em silêncio enquanto espera o início da reunião. Isso vai ajudar “os outros corações quebrantados e espíritos entristecidos que nos cercam”³ e que precisam da paz que pode advir da reverência num lugar sagrado.
- No domingo de jejum, pense na possibilidade de dedicar seu jejum e suas orações para alguém a quem você ministra e que possa estar precisando de ajuda adicional.
- Ore para saber se há alguma pessoa que poderia se beneficiar por você se sentar ao lado dela durante a reunião sacramental ou se haveria alguma outra maneira pela qual você poderia ajudar.

É importante fazermos de tudo para que todos os que frequentam a reunião sacramental se sintam bem-vindos e espiritualmente nutridos.

A REUNIÃO SACRAMENTAL PODE SER UM LUGAR ACOLHEDOR PARA TODOS

O presidente Joseph Fielding Smith (1876–1972) ensinou: “A reunião sacramental é a mais sagrada, a mais santa, de todas as reuniões da Igreja”.⁴ É importante fazermos de tudo para que todos os que frequentam a reunião sacramental se sintam bem-vindos e espiritualmente nutridos.

Merania, de Nova Gales do Sul, Austrália, fez amizade com uma mulher que estava conhecendo a Igreja na ala dela. “Ela acabou se tornando uma de minhas melhores amigas”, conta Merania. “Adoro me sentar ao lado dela na reunião sacramental todas as semanas e sempre pergunto como ela está e se há algo que eu possa fazer para ajudá-la.” Depois de um tempo, a amiga de Merania foi batizada. Os esforços dos membros da ala e o ambiente acolhedor da reunião sacramental tiveram um papel fundamental em sua decisão.

Sugestões para ministrar a membros novos ou que retornam à Igreja

- Quando formos discursar na reunião sacramental, podemos convidar amigos, familiares e outras pessoas para que venham ouvir nossa mensagem.
- Você pode procurar pessoas que estejam sozinhas ou que necessitem de ajuda e lhes dar as boas-vindas. Pergunte se pode se sentar ao lado delas ou as chame para se sentarem a seu lado.
- Quando a reunião terminar, você pode convidar as pessoas a quem você ministra e outras pessoas a participarem de atividades futuras da Igreja, irem ao templo ou comparecerem a um evento social.
- Se uma pessoa a quem você ministra vier à reunião sacramental depois de ficar um tempo sem comparecer, você pode perguntar a ela se tem alguma pergunta sobre o que foi ensinado. Diga-lhe que ela sempre pode procurar você se houver um termo, uma história ou doutrina que ela não compreender. Vocês podem procurar as respostas juntos se necessário. ■



NOTAS

1. Você pode ler “Quatro maneiras de servir famílias com deficiências” (apenas em versão digital), *Liahona*, junho de 2018; ou “Como lidar com alergias alimentares na Igreja”, nesta edição, na página 22.
2. Jean B. Bingham, “Ministrar tal como o Salvador”, *Liahona*, maio de 2018, p. 104.
3. Jeffrey R. Holland, “Eis aqui o Cordeiro de Deus”, *Liahona*, maio de 2019, p. 46.
4. Joseph Fielding Smith, Conference Report, outubro de 1929, pp. 60–61.





Élder Gary E. Stevenson

Do Quórum dos Doze Apóstolos

O papel vital do sacerdócio NA RESTAURAÇÃO

Sem o retorno do sacerdócio à Terra, não seria possível acontecer a Restauração.

Em abril de 1829, Joseph Smith já recebera visitas de mensageiros divinos durante quase uma década. O Pai e o Filho apareceram a ele em 1820 num bosque próximo de sua casa, quando ele tinha 14 anos (ver Joseph Smith—História 1:5–17).¹ A primeira visita do anjo Morôni aconteceu em 1823 e foi seguida por visitas anuais nas quais Joseph foi ensinado e orientado até 1827, quando recebeu o antigo registro escrito sobre placas que se tornariam o Livro de Mórmon (ver Joseph Smith—História 1:30–54).

Por 18 meses após obter as placas, porém, Joseph teve dificuldades para traduzir o registro por causa da perseguição dos moradores locais, da mudança de escreventes e da perda de parte do manuscrito. Foi um período muito frustrante e doloroso para Joseph (ver Joseph Smith—História 1:58–62; Doutrina e Convênios 3).

Mas tudo mudou em abril de 1829, com a chegada de um professor chamado Oliver Cowdery, que se tornou escrevente de Joseph em tempo integral. A partir de então, o ritmo da tradução do Livro de Mórmon acelerou bastante.

Depois de passar grande parte de seu tempo no segundo semestre de 1828 trabalhando em sua fazenda em Harmony, Pensilvânia, para prover o sustento da família, Joseph voltou toda a atenção para a tradução do Livro de Mórmon em 1829. Por um breve período, a esposa de Joseph, Emma, e seu irmão Samuel atuaram como escreventes. Ao mesmo tempo, Oliver Cowdery estava hospedado na casa dos pais de Joseph, em Nova York.

Ao ouvir falar das placas e de sua tradução, Oliver ficou muito curioso e desejou saber se aquelas coisas provinham de Deus. “Certa noite, depois de ter se deitado, ele clamou ao Senhor para saber se aquelas coisas eram verdadeiras”, escreveu Joseph, “e o Senhor manifestou a ele que eram verdadeiras”.²

Oliver imediatamente viajou 225 quilômetros até Harmony para conhecer Joseph. Oliver foi a resposta às orações de Joseph. Dois dias após se conhecerem em abril, a tradução do Livro de Mórmon foi retomada em ritmo acelerado, chegando quase ao final num espantoso período de 60 a 65 dias de trabalho. A tradução inteira estava concluída em 30 de junho.

O profeta Joseph pode ter achado que todo o seu trabalho estava terminando ao cumprir o mandamento divino que lhe fora dado pelo anjo mensageiro de traduzir e publicar o registro antigo. Mal sabia Joseph que ele não estava terminando, mas, sim, apenas começando seu papel fundamental na Restauração do evangelho de Jesus Cristo.

Além do milagre da tradução do Livro de Mórmon, pouco depois apareceram anjos e conferiram a autoridade do sacerdócio a Joseph e Oliver.

Poucos acontecimentos da história se comparam em importância ao que ocorreu na primavera de 1829. Oliver descreveu esse extraordinário capítulo da Restauração como “dias inolvidáveis” (Joseph Smith—História 1:71, nota). Além do milagre da tradução do Livro de Mórmon,

pouco depois apareceram anjos e conferiram a autoridade do sacerdócio a Joseph e Oliver. Essa temporada reveladora de tradução e restauração redirecionou e ampliou a visão de Joseph, e abriu caminho para a organização formal da Igreja um ano depois.

A restauração do Sacerdócio Aarônico

Ao traduzir o Livro de Mórmon, Joseph e Oliver encontraram muitas passagens referentes ao batismo e à autoridade. Fora dito anteriormente a Joseph que “o Senhor [concederia] o santo sacerdócio a alguns”.³ Em 15 de maio de 1829, Joseph e Oliver se retiraram para um lugar isolado perto de um bosque de bordos “para perguntar ao Senhor, por meio de oração, qual era a Sua vontade a [seu] respeito”.⁴

Ao orarem, a voz do Redentor lhes manifestou paz; e “ao mesmo tempo o véu abriu-se e um anjo de Deus desceu, revestido de glória, e transmitiu a esperada mensagem e as chaves do Evangelho do arrependimento” (Joseph Smith—História 1:71, nota). O anjo se apresentou como João, “o mesmo que é chamado João Batista no Novo Testamento; e que agia sob a direção de Pedro, Tiago e João” (Joseph Smith—História 1:72).

Joseph e Oliver se ajoelharam e João ressuscitado colocou as mãos sobre a cabeça deles e lhes conferiu o Sacerdócio Aarônico, “que possui as chaves do ministério de anjos e do evangelho do arrependimento e do batismo por imersão para remissão dos pecados; e este nunca mais será tirado da Terra, até que os filhos de Levi tornem a fazer, em retidão, uma oferta ao Senhor”

(Joseph Smith—História 1:69; ver também Doutrina e Convênios 13:1). Foi-lhes prometido que lhes seria conferida autoridade adicional do sacerdócio “no devido tempo”. Foi declarado que Joseph seria “o primeiro élder da Igreja e ele (Oliver Cowdery), o segundo” (Joseph Smith—História 1:72). Também foram instruídos a batizarem um ao outro — Joseph deveria batizar Oliver em primeiro lugar, e depois Oliver deveria batizar Joseph.

Em algum momento daquele dia, os dois “foram às águas” junto às margens do rio Susquehanna para serem batizados. Foram “forçados a guardar segredo sobre as circunstâncias em que [havam] recebido o sacerdócio e sido batizados, devido ao espírito de perseguição que já se havia manifestado nas redondezas” (Joseph Smith—História 1:74). O rio servia como via principal de comércio e transporte nas enchentes



de primavera, com um fluxo constante de embarcações fluviais. É possível que Joseph e Oliver tenham esperado escurecer ou se aproveitado da cheia para encontrar um local mais isolado nas áreas alagadas.⁵

Depois de batizarem um ao outro, Joseph ordenou Oliver ao Sacerdócio Aarônico. Em seguida, Oliver ordenou Joseph, como o anjo lhes ordenara. O presidente Joseph Fielding Smith ensinou que foi necessário reconfirmar a ordenação inicial recebida sob as mãos de João Batista após o batismo deles para que “resselassem devidamente aquelas bênçãos”.⁶

A restauração do Sacerdócio de Melquisedeque

Temos menos detalhes referentes à visita de Pedro, Tiago e João a Joseph Smith e Oliver Cowdery para restaurar o Sacerdócio de Melquisedeque. Várias interpretações baseadas em reminiscências posicionam o acontecimento em algum momento entre o segundo trimestre de 1829, talvez no final de maio ou junho, até alguns meses depois.⁷ Joseph e Oliver nunca disseram qual foi a data da aparição de Pedro, Tiago e João, como o fizeram em relação a João Batista e à restauração do Sacerdócio Aarônico. Talvez não tenham compreendido plenamente a natureza do sacerdócio ou suas divisões no princípio. O entendimento que Joseph tinha do sacerdócio foi progredindo gradativamente.

De 1830 a 1835, foram esclarecidos quais eram os ofícios do sacerdócio e foram formados os quórums, os conselhos, as presidências e os bispados. O termo *Sacerdócio de Melquisedeque* só foi usado como nome do “sumo sacerdócio” ou do “sacerdócio maior” (Doutrina e Convênios 107:9; 84:19) em 1835 (ver Doutrina e Convênios 107:2–4).

Joseph deixou detalhes imprecisos em relação ao local. Em 1842, ele se lembrou de ter ouvido “a voz de Pedro, Tiago e João no ermo entre Harmony (...) e Colesville (...) no rio Susquehanna, declarando-se possuidores das chaves do reino” (Doutrina e Convênios 128:20).

Isso leva a crer que a restauração do Sacerdócio de Melquisedeque ocorreu em algum lugar ao longo do trecho de 45 quilômetros da estrada que ia da casa da família Smith em Harmony, Pensilvânia, até o município de Colesville, Nova York, onde morava a família de Joseph Knight. Os integrantes da família Knight estavam entre os primeiros membros da Igreja e eram amigos leais de Joseph Smith. Eles forneceram papel e suprimentos durante a tradução do Livro de Mórmon e mais tarde formaram o cerne do Ramo Colesville da Igreja.

Além de receber o Sacerdócio de Melquisedeque pelas mãos de Pedro, Tiago e João, Joseph e Oliver foram ordenados “para [ser] apóstolos e testemunhas especiais” do Senhor (Doutrina e Convênios 27:12) e receberam as chaves necessárias para dar início à dispensação da plenitude dos tempos. Eles tinham então a autoridade para administrar todas as ordenanças do sacerdócio, inclusive para conceder o dom do Espírito Santo.



A restauração do sacerdócio foi um ponto central do chamado divino de Joseph Smith como o primeiro profeta desta dispensação.

Também receberam as “chaves de todas as bênçãos espirituais da igreja” (Doutrina e Convênios 107:18) que eram essenciais para a organização da Igreja em abril de 1830 e receberam a revelação de restaurar todas as coisas em sua devida ordem. As bênçãos espirituais se manifestaram por meio de milagres, curas e ordenanças realizadas pela autoridade do sacerdócio. Em 1836, outros mensageiros angelicais conferiram chaves relacionadas à coligação de Israel e ao trabalho do templo (ver Doutrina e Convênios 110).

Implicações da restauração do sacerdócio

O presidente David O. McKay (1873–1970) ensinou que a característica mais marcante da Igreja restaurada do Salvador é a “autoridade divina recebida por revelação direta”.⁸ Sem o retorno do sacerdócio à Terra, não seria possível acontecer a Restauração. O sacerdócio autoriza a realização de ordenanças e proporciona a estrutura para o governo da Igreja na Terra.

*Que cada um de nós
participe de boa vontade da
Restauração em andamento
do evangelho, adotando e
praticando com entusiasmo
o que foi revelado aos
profetas modernos.*

Joseph organizou formalmente a Igreja em 6 de abril de 1830. Nos anos subsequentes, foram organizados a Primeira Presidência e o Quórum dos Doze Apóstolos. Sob a direção do presidente da Igreja, são delegadas chaves do sacerdócio a líderes locais, no mundo inteiro, permitindo que o evangelho “[role] (...) até os confins da Terra” (Doutrina e Convênios 65:2).

A restauração do sacerdócio foi um ponto central do chamado divino de Joseph Smith como o primeiro profeta desta dispensação. No prefácio de Doutrina e Convênios, o Senhor explicou: “Portanto, eu, o Senhor, conhecendo as calamidades que adviriam aos habitantes da Terra, chamei meu servo Joseph Smith Júnior e falei-lhe do céu e dei-lhe mandamentos” (Doutrina e Convênios 1:17).

Antes da visita de João Batista em maio de 1829, Joseph se concentrou na tradução do Livro de Mórmon. Com a restauração dos Sacerdócios Aarônico e de Melquisedeque, ele se deu conta de que seu chamado incluía muito mais. O recebimento de autoridade do céu preparou ainda mais Joseph para assumir suas responsabilidades como “vidente, tradutor, profeta [e] apóstolo de Jesus Cristo” (Doutrina e Convênios 21:1).

O élder Robert D. Hales (1932–2017), do Quórum dos Doze Apóstolos, descreveu como seria nossa vida sem o sacerdócio: “Caso o poder do sacerdócio não existisse na Terra, o adversário teria liberdade para perambular e reinar sem limites. Não haveria o dom do Espírito Santo para nos dirigir e nos iluminar; nenhum profeta poderia falar em nome do Senhor; nenhum templo onde pudéssemos fazer convênios sagrados e eternos; nenhuma autoridade para abençoar ou batizar, para curar ou consolar. Sem o poder do sacerdócio, ‘toda a Terra seria completamente devastada na sua vinda’ (ver Doutrina e Convênios 2:1–3). Não haveria luz nem esperança — somente trevas”.⁹

O recebimento das ordenanças do sacerdócio é fundamental na obra do Senhor de “levar a efeito a imortalidade e vida eterna do homem” (Moisés 1:39). O batismo e a confirmação, a investidura do templo e o selamento para esta vida e para toda a eternidade são essenciais a nossa salvação. A capacidade de unir e selar famílias no templo para os que estão dos

dois lados do véu somente é possível por meio da autoridade do sacerdócio e das chaves, conforme a direção do presidente da Igreja.

A Restauração em andamento

De que modo a autoridade do sacerdócio inspira sua participação na Restauração em andamento da

Igreja? Talvez não saibamos o que o futuro nos reserva, mas está claro que a Restauração está em curso. O Senhor não revelou todas as doutrinas e ordenanças, nem deu todas as instruções a Joseph no Bosque Sagrado, por meio de Morôni em Cumora, nem na reunião de organização da Igreja. A Restauração não ocorreu em um único evento. Na verdade, o Senhor revelou as coisas “linha sobre linha” (2 Néfi 28:30) para Joseph assim como continua a revelar coisas a Seus profetas hoje em dia, de acordo com Seus propósitos e Seu tempo.

Uma sequência ininterrupta de profetas desde os dias de Joseph Smith falou em nome do Senhor e continua a tornar conhecida Sua vontade. Os profetas têm uma visão mais ampla e recebem orientação específica para os problemas de seus dias. O presidente Russell M. Nelson proclama que todos somos “testemunhas de um processo de restauração. Se você acha que a Igreja já foi completamente restaurada, saiba que você só viu o começo. Há muito mais ainda por vir”.¹⁰

A Restauração e você

Que cada um de nós participe de boa vontade da Restauração em andamento do evangelho, adotando e praticando com entusiasmo o que foi revelado aos profetas modernos. Exemplos incluem o cumprimento da lei maior e mais santa da ministração a nossos irmãos e nossas irmãs.¹¹ E que cada um de nós sinta alegria duradoura no evangelho por meio do plano centralizado no lar e apoiado pela Igreja para proporcionar o aprendizado da doutrina, fortalecer a fé, guardar os mandamentos e promover uma adoração pessoal maior, incluindo noites familiares que atendam às necessidades individuais e familiares.¹²

Podemos nos preparar para a Segunda Vinda do Salvador acelerando a coligação de Israel em ambos os lados do véu.¹³

Podemos melhorar a maneira pela qual fazemos do Dia do Senhor um deleite, tanto em nossos serviços de adoração quanto no lar.¹⁴ Podemos estar mais em sintonia com o Espírito Santo realizando o trabalho espiritual necessário para receber revelação pessoal diária.¹⁵


Testifico que os céus continuam abertos e que há muito mais por vir à medida que o Senhor nos prepara para os dias empolgantes que temos pela frente. A restauração do sacerdócio permite que os filhos de Deus administrem e recebam as ordenanças de salvação e autoriza os profetas, videntes e reveladores modernos a dirigirem o reino do Senhor.

Inúmeras bênçãos advêm diariamente à Igreja e a seus membros por causa da acessibilidade do sacerdócio do Senhor. Expressemos diariamente nossa gratidão pela aparição de João Batista e de Pedro, Tiago e João e pelo retorno do Sacerdócio Aarônico e do Sacerdócio de Melquisedeque nesta última e final dispensação preparatória para a volta de nosso Senhor e Salvador, sim, Jesus Cristo. ■

NOTAS

1. Joseph Smith, *História, 1838–1856*, vol. A-1, criado entre 11 de junho de 1839–24 de agosto de 1843, p. 15, Biblioteca de História da Igreja.
2. Joseph Smith, em *History of the Church*, vol. 1, p. 35.
3. Oliver Cowdery, carta para W. W. Phelps, em *Latter Day Saints' Messenger and Advocate*, outubro de 1835, p. 199.
4. *Ensinamentos dos Presidentes da Igreja: Joseph Smith*, 2007, p. 90. Embora por muito tempo localizado por tradição nas margens do rio Susquehanna, alguns registros da época indicam que eles se retiraram para um bosque de bordos na extremidade norte da propriedade (ver Mark Lyman Staker, “Where Was the Aaronic Priesthood Restored? Identifying the Location of John the Baptist’s Appearance, May 15, 1829”, *Mormon Historical Studies*, vol. 12, n° 2, outono de 2011, pp. 142–159).
5. Ver Mark L. Staker, “Where Was the Aaronic Priesthood Restored?”, p. 153.
6. Joseph Fielding Smith, *Doutrinas de Salvação*, comp. por Bruce R. McConkie, 1955, vol. 1, p. 214.
7. Ver Larry C. Porter, “Dating the Restoration of the Melchizedek Priesthood”, *Ensign*, junho de 1979, pp. 5–9; Larry C. Porter, “The Restoration of the Aaronic and Melchizedek Priesthoods”, *Ensign*, dezembro de 1996, pp. 42–44.
8. David O. McKay, “The Mission of the Church and Its Members”, *Improvement Era*, novembro de 1956, p. 781.
9. Robert D. Hales, “As bênçãos do sacerdócio”, *A Liahona*, janeiro de 1996, p. 34.
10. “Latter-day Saint Prophet, Wife and Apostle Share Insights of Global Ministry”, newsroom.ChurchofJesusChrist.org.
11. Ver Russell M. Nelson, “Ministrar com o poder e a autoridade de Deus”, *Liahona*, maio de 2018, pp. 68, 75; Russell M. Nelson, “Ministrar como o Salvador”, *Liahona*, maio de 2018, p. 100; Henry B. Eyring, “Ministrar com inspiração”, *Liahona*, maio de 2018, p. 61; Jean B. Bingham, “Ministrar tal como o Salvador”, *Liahona*, maio de 2018, p. 104.
12. Ver Russell M. Nelson, “Considerações iniciais”, *Liahona*, novembro de 2018, p. 6; Quentin L. Cook, “Uma conversão profunda e duradoura ao Pai Celestial e ao Senhor Jesus Cristo”, *Liahona*, novembro de 2018, p. 8.
13. Ver Russell M. Nelson, “Juventude da promessa”, devocional mundial para os jovens, 3 de junho de 2018, HopeofIsrael.ChurchofJesusChrist.org; Russell M. Nelson, “A participação das irmãs na coligação de Israel”, *Liahona*, novembro de 2018, p. 68.
14. Ver Russell M. Nelson, “O Dia do Senhor é delicioso”, *A Liahona*, maio de 2015, p. 129.
15. Ver Russell M. Nelson, “Revelação para a Igreja, revelação para nossa vida”, *Liahona*, maio de 2018, p. 93.





Será que meu filho com deficiência está preparado para o batismo?

O aniversário de 8 anos de nosso filho estava se aproximando. Mas como poderíamos ter certeza de que ele estava pronto para ser batizado?

Katie Edna Steed

Nosso filho David faria 8 anos em menos de um ano. Meu marido e eu queríamos que ele estivesse preparado para fazer os sagrados convênios do batismo. Isso significava fazer coisas como ler o Livro de Mórmon, estudar os convênios batismais e analisar as perguntas da entrevista batismal. Tínhamos feito tudo isso antes com a irmã mais velha dele, mas David tinha autismo, por isso a decisão de que ele devia ser batizado não era tão simples.

Sim, sabíamos o que fazer para ajudá-lo a se preparar, mas o que nos preocupava em toda essa preparação eram as perguntas: Será que David *deveria* ser batizado? Será que ele estava pronto? Será que ele precisava ser batizado? Será que ele entendia os compromissos que estava assumindo? Como poderíamos ter certeza de que estávamos fazendo a coisa certa?

Tal como muitos pais que têm filhos com deficiências, essas perguntas nos conduziram a uma jornada em busca de esclarecimentos doutrinários e revelação pessoal.

A idade da responsabilidade versus a responsabilidade

Em Doutrina e Convênios 68:27, lemos: “E seus filhos serão batizados para a remissão de seus pecados quando tiverem oito anos de idade; e receberão a imposição das mãos”.

Com base apenas nessa escritura, concluiríamos que toda criança com 8 anos está pronta para ser batizada. No entanto, as escrituras também ensinam:

“As criancinhas são redimidas (...) por meio de meu Unigênito;

Portanto, não podem pecar (...) até que comecem a se tornar responsáveis perante mim” (Doutrina e Convênios 29:46–47; ver também Morôni 8:7–22).

Como meu marido e eu poderíamos entender se David era responsável? Continuamos a pesquisar.

Ficamos sabendo que, pelas normas da Igreja, a responsabilidade de um indivíduo depende de seus desejos e de seu nível de entendimento. Se David fosse digno, tivesse o desejo de ser batizado e demonstrasse que poderia ser considerado responsável, não devíamos impedi-lo de ser batizado.

Também ficamos sabendo que, se a deficiência de David limitasse sua capacidade intelectual ao nível de uma criancinha, ele não seria considerado responsável e não necessitaria das ordenanças de salvação (ver *Manual 1: Presidentes de Estaca e Bispos*, 2010, 16.1.8; os membros que tiverem dúvidas sobre as normas da Igreja podem consultar seu bispo).

A capacidade intelectual de David era, na verdade, bem típica de sua faixa etária. No entanto, eu ainda me questionava se David tinha atingido um nível adequado de responsabilidade. Continuei orando, procurando e esperando receber orientação que me trouxesse paz.

Deficiências e inocência

Conheço alguns pais que têm um filho com deficiência e que se sentem muito consolados ao lerem que aqueles que passam pela mortalidade sem se tornarem responsáveis conservam seu estado de inocência: “Todas as criancinhas estão vivas em Cristo (...). Porque o poder da redenção atua sobre todos os que

não têm lei; (...) e para tal o batismo de nada serve” (Morôni 8:22).

O profeta Joseph Smith também descreveu a situação das crianças que morrem sem terem se tornado responsáveis: “E vi também que todas as crianças que morrem antes de chegar à idade da responsabilidade são salvas no reino celestial” (Doutrina e Convênios 137:10).

Sei que, para essas pessoas, o batismo não é necessário nesta vida. Também sabia que Deus nos ajudaria a saber o que seria melhor para David.

Buscar orientação divina

Para os que têm deficiências, há um amplo espectro de habilidades. Muitas pessoas com deficiência estão acima do nível mental de 8 anos e podem ser batizadas e confirmadas quando se tornarem responsáveis (ver *Manual 1*, 16.3.5). Outras não se tornarão responsáveis. Eu sabia que meu marido e eu poderíamos conversar com nosso filho, com Deus e com nosso bispo, que é “juiz em Israel”, para tomar a decisão inspirada no tocante a saber se David estava pronto para ser batizado (ver Doutrina e Convênios 107:76).

Estas palavras de Alma me proporcionaram muita paz: “E agora, sendo que desejais entrar no rebanho de Deus e ser chamados seu povo; (...) o que vos impede de serdes batizados em nome do Senhor, como um testemunho, perante ele, de que haveis feito convênio com ele de servi-lo e guardar seus mandamentos, para que ele possa derramar seu Espírito com mais abundância sobre vós?” (Mosias 18:8, 10.)

Depois de toda a nossa preparação, todas as nossas

lições em casa e na Primária, comecei a fazer a David as perguntas que eu sabia que lhe seriam feitas em sua entrevista batismal.

Às vezes suas respostas demonstravam entendimento, mas às vezes ele não sabia como responder. Fiquei me perguntando se estávamos fazendo a coisa certa.

Por fim, o Espírito sussurrou a meu coração: “Por que você não pergunta a David o que ele acha?”

Virei-me para David e perguntei: “David, você quer ser batizado?”

Ele ergueu o rosto para me olhar e disse: “Quero!”

Quando perguntei por que ele queria ser batizado, ele respondeu: “Para ser como Jesus”.

Fui tomada por um sentimento de paz e certeza. Soube naquele momento que, mesmo que David não entendesse perfeitamente todas as perguntas, ele estava pronto para ser batizado e confirmado. Ele sabia o que precisava saber e, o mais importante, tinha o desejo consciente de entrar no reino de Deus por meio do batismo.

O dia em que David foi batizado e confirmado membro de A Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias foi repleto de amor, amizade e paz. A sala estava cheia de familiares, membros da ala, amiguinhos da escola e até professores da escola de David. O exemplo dado por David naquele dia ao decidir seguir Jesus e ser batizado influenciou muitas pessoas para o bem. Nossa família se tornou mais forte porque tivemos a oportunidade de aprender como as obras de Deus seriam manifestadas por meio de nosso filho David (ver João 9:3). ■

A autora mora em Utah, EUA.

COMO PODEMOS AJUDAR OS MEMBROS COM DEFICIÊNCIAS?

Se os líderes seguirem amorosamente o exemplo dado pelo Salvador ao ajudar as pessoas a se sentirem incluídas, os membros com deficiências e seus familiares vão sentir o amor Dele e entender a importância que eles têm no corpo de Cristo (ver 1 Coríntios 12:12, 18). Ao liderar e servir, pense nisto:

1. Não tenha medo de fazer perguntas.

Às vezes temos medo de abordar as diferenças, mas, ao fazer perguntas de modo respeitoso, as pessoas vão valorizar seu desejo sincero de entender a situação delas. Formule as perguntas de modo amoroso, tal como: “De que maneira posso ajudar a tornar sua experiência na Igreja mais significativa?” Os membros com deficiências e seus familiares geralmente são a melhor fonte de consulta sobre sua deficiência e podem lhe dizer que tipo de ajuda será necessária.

2. Promova a compreensão. Depois de consultar os membros com deficiências, converse com eles a respeito das coisas sobre as quais eles não se importariam que fossem compartilhadas com outros. Então, se for o caso, ajude os líderes e outros membros da ala a entender as deficiências e necessidades da pessoa. Isso pode promover mais compaixão e compreensão e também inspirar como prover apoio.

3. Faça ajustes. Há muitos ajustes simples que você pode fazer para promover o aprendizado e o envolvimento para todos, o que inclui reservar um tempo a mais para

responder a perguntas, usar legendas nos vídeos, permitir que as pessoas com audição ou visão limitada possam se sentar num lugar onde possam ouvir ou ver melhor, e usar os mais variados recursos para apresentar a lição. Você também pode consultar um especialista em deficiências da ala ou estaca sobre os ajustes específicos que você pode fazer.

4. Crie oportunidades de serviço. Reúna-se com as pessoas e seus cuidadores para identificar quais são suas habilidades e seus talentos. Depois, identifique em espírito de oração algumas maneiras significativas pelas quais elas possam servir. Todos têm algo com que possam contribuir para a obra.

5. Ajude com amor. Procure imitar a aceitação expressa pelo élder Jeffrey R. Holland: “Como membros da Igreja, estamos todos nessa jornada. (...) Seja qual for sua situação, queremos lhe dar as boas-vindas” (“O que eu gostaria que todo membro novo soubesse — E que todo membro antigo lembrasse”, *A Liahona*, outubro de 2006, p. 10). De todos os recursos da Igreja, um dos mais excelentes sempre será as pessoas que ministram umas às outras com amor e amizade.

Como lidar com **ALERGIAS** **ALIMENTARES** na Igreja

Lisa Ann Thomson

Uma atividade dos jovens numa fria noite de janeiro de 2017 mudou a vida da família Sorenson para sempre. Tanner, o filho de Terry e Jenilyn, tinha 14 anos. A atividade conjunta estava chegando ao fim. Um líder estava oferecendo o último lanche. Tanner, que era alérgico a amendoim, pegou um biscoito e o mordeu. Não deveria ter feito isso. Era um biscoito de manteiga de amendoim.

“Geralmente ele era muito cuidadoso”, conta Terry.

Tanner conseguiu chegar à sua casa, que ficava logo no fim da mesma rua da capela. Mas perdeu a consciência logo em seguida. Parou de respirar. Os paramédicos e a equipe do pronto-socorro se empenharam muito para salvá-lo. Mas infelizmente não tiveram êxito.

Tanner faleceu naquela noite devido à sua alergia alimentar.

Um problema mundial

No mundo inteiro, cerca de 5 por cento das crianças têm alguma alergia alimentar.¹ Nos Estados Unidos, aproximadamente 4 por cento dos adultos e até 8 por cento das crianças têm alguma alergia,² com índices semelhantes relatados em alguns países europeus e asiáticos.³ Em uma ala com 200 adultos, isso representa aproximadamente 8 pessoas, e numa Primária com 50, são 4 crianças.

Mais de 170 alimentos foram identificados como alérgenos em potencial, mas nos Estados Unidos os “Oito maiores” respondem pela maioria das alergias alimentares: leite, ovos, amendoim, nozes, trigo, soja, peixe e crustáceos marinhos.⁴ Regionalmente, outros alimentos estão no topo de lista de alérgenos, como grão de bico na Índia, trigo sarraceno na





Coreia do Sul e no Japão, e ovos de formiga no norte da Tailândia. Leite de vaca e ovos quase sempre estão entre os alérgenos alimentares mais comuns no mundo inteiro.⁵

Ocorre uma reação alérgica quando o sistema imune do organismo reage exageradamente a uma substância que é percebida como ameaça. A mais severa dessas reações é a anafilaxia, que é uma resposta rápida e sistêmica que pode causar a morte.⁶ Os sintomas incluem formigamento ou coceira na boca, inchaço dos lábios, do rosto, da língua ou de outras partes do corpo, náusea e vômitos, constrição das vias aéreas, pulso rápido, tonturas e queda brusca de pressão.⁷

“Isso é tão grave, ou mais, quanto alguém ter um derrame ou ataque cardíaco na Igreja”, salienta o Dr. Jonathan Olson, alergista e membro da Igreja. “Uma pessoa que está tendo uma reação alérgica pode morrer mais depressa do que alguém que esteja tendo um ataque cardíaco.”

Embora os tratamentos em potencial sejam promissores, atualmente não há cura para as alergias alimentares. Os cuidados-padrão continuam a ser “não ingerir alérgenos e reconhecer e tratar a anafilaxia”, explica o Dr. Olson.



Alimento é amor

A comida geralmente é o ponto alto das reuniões. Ela representa culturas, tradições e dias festivos. O alimento é usado para nutrir o corpo, mas também para nutrir a alma, expressar amor e preocupação, e estimular as pessoas a se reunirem e a interagirem umas com as outras.

Em nenhum lugar isso é mais verdadeiro do que na Igreja. São servidos lanches em nossas salas de aula para incentivar a frequência ou para enfatizar um ponto da lição. Os janta-

“Uma pessoa que está tendo uma reação alérgica pode morrer mais rapidamente do que alguém que esteja tendo um ataque cardíaco.”

res de ala, os concursos de bolos e outras atividades dão aos santos motivo para se reunirem e desfrutarem do convívio social. Preparamos refeições para mães que acabaram de ganhar um bebê ou em funerais, como atos genuínos de serviço. Deixamos doces e guloseimas diante da porta da casa de amigos para mostrar que nos lembramos deles.

Até o Salvador alimentou 5 mil pessoas que se reuniram para ouvi-Lo ensinar.⁸

Esses exemplos ajudam a ilustrar por que as alergias alimentares podem ser um problema difícil de contornar e

entender, mesmo — e especialmente — na Igreja. Com muita frequência, comida é amor. Mas, se os membros da ala considerarem as alergias alimentares como uma oportunidade de ministração, então fazer adaptações para pessoas com alergia e até a *ausência de comida* também podem ser uma expressão de amor.

Tornar o sacramento sagrado — E seguro

O élder Jeffrey R. Holland, do Quórum dos Doze Apóstolos, ensinou: “O sacramento da ceia do Senhor [é] o ponto central reconhecido e sagrado de nossa experiência semanal de adoração.

(...) Essa hora ordenada por Deus é a hora mais sagrada de nossa semana”.⁹

Contudo, conforme observado nas diretrizes

instruções sobre como servir o pão do sacramento de modo seguro e também como impedir o contato cruzado na mesa do sacramento. (Informações detalhadas podem ser encontradas em disability.ChurchofJesusChrist.org.) O cumprimento dessas diretrizes pode garantir a segurança no sacramento para a maioria dos membros.

Os membros com alergias podem conversar com o bispo sobre as adaptações necessárias para o pão do sacramento.



recentemente publicadas pela Igreja sobre alergias alimentares e treinamento sobre contaminação cruzada: “As alergias alimentares e as reações a alimentos podem ter consequências significativas (...) na saúde emocional de uma pessoa e em sua capacidade de participar das reuniões e atividades da Igreja”.¹⁰

As diretrizes da Igreja sobre alergias alimentares incluem

Os membros com alergias podem conversar com o bispo sobre as adaptações necessárias para o sacramento. Os membros podem fornecer seu próprio pão livre de alérgenos em um saco plástico vedado.

Além disso, as famílias com alergias alimentares podem enfrentar dificuldades quando outras pessoas levarem alimentos ou doces para a reunião sacramental. Como algumas reações alérgicas podem ocorrer simplesmente ao se inalar ou tocar um alérgeno, as famílias com alergias alimentares passam a reunião sacramental trocando de lugar ou indo para o corredor quando esses alimentos estão presentes.

Em uma reunião de treinamento realizada em abril de 2015, o presidente M. Russell Ballard, presidente em exercício do Quórum dos Doze Apóstolos, sugeriu: “Nossa meta principal é que todos tenham uma experiência espiritual e sejam fortalecidos na fé em nosso Pai Celestial e no Senhor Jesus Cristo ao santificarem o Dia do Senhor”. Ele acrescentou: “Sem dúvida podemos esperar que os celulares e iPads, jogos

e alimentos sejam deixados de lado por uma hora preciosa dentre as 168 horas da semana para a reunião sacramental, que é dedicada ao Pai Celestial e a Seu Filho amado, o Senhor Jesus Cristo”.¹¹

Por vários motivos, nem todos conseguem deixar os alimentos de lado durante as reuniões da Igreja. Mas, com a redução do horário, talvez possamos levar em consideração a sugestão do presidente Ballard e avaliar se precisamos levar alimentos para a reunião sacramental.

Carregar os fardos uns dos outros

Por mais graves que sejam as consequências físicas das alergias alimentares, as consequências espirituais podem ser igualmente profundas — tanto para o bem quanto para o mal.

A filha de Francesca tem forte alergia a leite. Enquanto sua filha estava na Primária, uma das professoras adorava levar bolinhos caseiros para a sala de aula nos aniversários. Francesca se ofereceu para levar bolinhos seguros sempre que houvesse um aniversário. Mas a professora rejeitou a oferta e, em vez disso, mandou a menina de 6 anos ir se sentar no corredor enquanto eram servidos os doces de aniversário.

“Isso foi muito doloroso em muitos aspectos”, lembra Francesca. “Em vez de ensinar as outras crianças a ‘ser como Jesus’, preocupando-se a ponto de incluir todas as pessoas, ela as ensinou a excluir.”

A inclusão e a exclusão são temas comuns quando falamos com famílias com alergias alimentares. O filho de Cynthia, de 9 anos, que é alérgico a amendoim e nozes, aguardava ansioso por um dia de acampamento. No entanto, na manhã do acampamento, um líder telefonou pedindo que ele não fosse. Eles não conseguiriam tomar as providências necessárias para lidar com suas alergias alimentares.

“Desliguei o telefone e chorei”, lembra Cynthia, “com lágrimas de profunda tristeza por meu filhinho que fora novamente excluído”.

Katie Edna Steed, gerente especialista em deficiências para a Igreja, observa: “O Salvador deixaria as 99 e buscaria a que faltava. Precisamos nos lembrar desse exemplo — ver a que está faltando e estar ciente dela”.

Podemos ajudar

Há muito que os membros com alergias alimentares e as famílias de sua ala podem fazer para demonstrar amor e tornar a participação na Igreja segura e inclusiva.

O que as famílias com alergias alimentares podem fazer?

Perguntas a fazer ao planejar uma atividade ou aula

1. Vou incluir alimentos na lição ou atividade para apoiar minha mensagem, ou isso poderia distrair a atenção dos alunos da aula? Posso eliminar a comida de minha aula ou atividade?
2. Se a comida for uma parte importante da atividade, como posso ministrar aos que têm alergias alimentares? Há opções de alimentos que sirvam a meu propósito e que ao mesmo tempo sejam seguros para todos os envolvidos? Posso pedir às pessoas ou aos pais que forneçam um alimento seguro ou me ajudem a identificar opções seguras?
3. Se não houver nenhum meio de oferecer algo que todos possam receber, posso fornecer um alimento alternativo para os que têm alergias? Posso conversar diretamente com os que têm alergias para criar um plano que atenda às suas expectativas?





As famílias com alergias podem explicar suas necessidades aos líderes e professores — e voltar a falar com eles quando os líderes e professores mudarem. Podem fornecer um supri-

sacerdotes tinham notado que o pão dela tivera contaminação cruzada com o outro pão que estava na mesa.

“Eles me procuraram depois da reunião sacramental, explicaram o ocorrido e informaram que tinham recebido permissão especial do bispo para me administrar o sacramento numa sala de aula”, conta Suzanne. “Chorei quando eles abençoaram e distribuíram o sacramento naquela salinha. Pude sentir muito forte o amor do Salvador e saber que Ele tinha conhecimento de como eu estava tendo dificuldades com aquele problema.

O fato de demonstrarem a disposição de criar um ambiente seguro na Igreja

“O Salvador deixaria as 99 e buscaria a que faltava. Lembrem-se de ver a que está faltando e estar cientes dela.”

mento de alimentos seguros e ajudar a planejar os cardápios e as atividades. Podem oferecer treinamento simples para salvar vidas e um plano de tratamento de emergência. Devem ser compreensivos quando os membros expressarem temor ou hesitação, mas instruir pacientemente os membros e trabalhar com eles para encontrar opções seguras e inclusivas. Devem pedir ajustes razoáveis que a ala possa fazer e apoiar.

O que os membros da ala podem fazer?

Os membros da ala podem procurar entender a situação das pessoas. Podem acatar as instruções dos pais sobre os alimentos a serem oferecidos a uma criança. Se for necessário o uso de alimentos em uma atividade ou lição, os professores e líderes podem perguntar às pessoas e aos pais se os alimentos serão seguros. Os membros da ala podem convidar as pessoas e os pais a participar e resolver problemas quando a situação assim o exigir.

Suzanne tem muitas alergias alimentares. Ela ficou particularmente tocada pela sensibilidade dos sacerdotes da ala ao prepararem o sacramento. “Sinto-me muito grata e honrada ao ver que os rapazes tomaram as providências necessárias para eu tomar o sacramento em segurança”, diz ela.

Num domingo, o sacramento não foi levado para ela. Os



para as pessoas com graves alergias também reflete a disposição de carregar os fardos uns dos outros”, afirma Suzanne.

A filha de Francesca agora está nas Moças. Sua presidente das Moças se sentiu inspirada a ajudar aquela família com seu fardo. “Senti que precisava fazer o que fosse necessário para garantir que ela não fosse obrigada a escolher entre a segurança dela e sua adoração”, relata ela. “Orei para saber como encarar aquela situação e senti firmemente que precisávamos envolver aquela família e garantir sua inclusão.”

Os líderes dos jovens aceitaram o desafio de planejar uma conferência de jovens com pernoite da qual a filha de Francesca pudesse participar com segurança. Francesca ajudou a planejar o cardápio e comprar a comida. Os rapazes lavaram as grelhas com mangueiras de alta pressão antes de preparar alimentos nelas.

“Foi maravilhoso!”, lembra Francesca. “Chorei e senti o amor de Deus por intermédio dos atos bondosos e inclusivos deles. E minha filha também.”

A manifestação das obras de Deus

A família de Tanner sentiu muitos milagres, grandes e pequenos, desde a perda de seu filho. Eles esperam que uma maior conscientização das pessoas sobre as alergias alimentares seja um deles.

“Não é que os jovens com alergias sejam irresponsáveis. Não é que não estejam prestando atenção. Mas são crianças”, ressalta o pai de Tanner, Terry. “Basta um segundo ou um pequeno deslize.”

Mas a ministração pode ajudá-los a se manterem atentos. “A ministração, por definição, significa atender às necessidades dos outros”, destaca o Dr. Olson. “Tudo na Igreja se baseia nas necessidades do indivíduo e em garantir que suas necessidades espirituais e físicas sejam supridas.”

Sharon Eubank, primeira conselheira na presidência geral da Sociedade de Socorro, ensinou: “Cristo disse ternamente aos nefitas: ‘E vistes que eu mandei que *nenhum de vós* se afastasse’. (...) É um requisito inalterável para os discípulos de Cristo e os membros da Igreja demonstrarem verdadeiro amor uns pelos outros”.¹²

Francesca, após uma luta pessoal para entender por que sua filha enfrentava o desafio de uma alergia alimentar, deu-se conta de que, “às vezes, Deus cura alguém com deficiência para manifestar Suas obras gloriosas, mas às vezes Ele

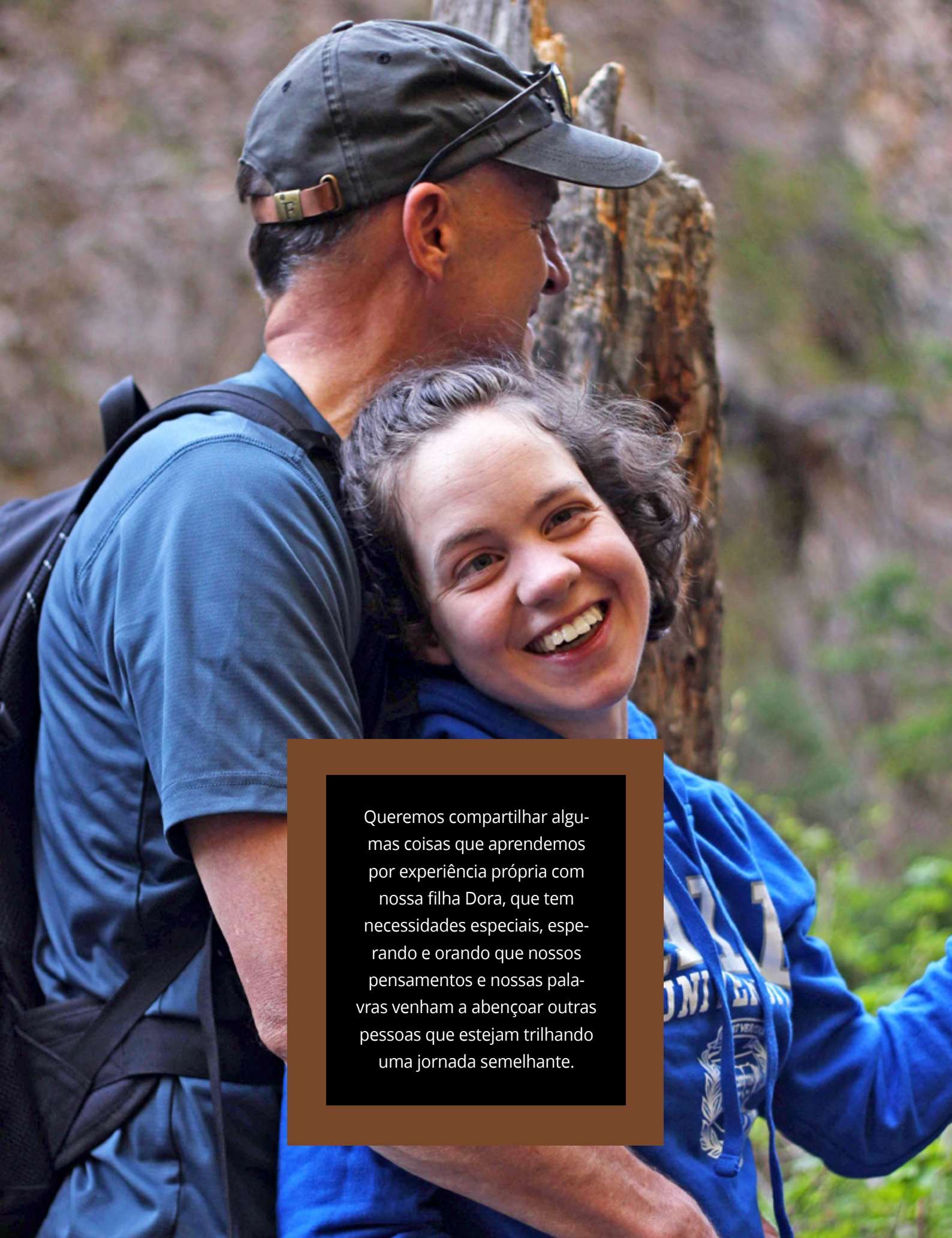


As famílias, os professores e os líderes podem trabalhar juntos para tornar a Igreja um lugar seguro para todos aprenderem e crescerem.

permite que outra pessoa mantenha sua deficiência porque deseja que Suas obras se manifestem no modo como os outros a tratam. Deus dá a todos nós a oportunidade de aprender a ser bondosos e a ser como Ele, permitindo que sejamos um milagre para alguém em seus sofrimentos”. ■

NOTAS

1. Ver “Food Allergies: Global Burden, Causes, Treatment, Prevention and Public Policy”, estudo de consenso realizado pelo Instituto de Medicina dos EUA, 2017, National Academies of Science.
2. Ver Wenyin Loh e Mimi L. K. Tang, “The Epidemiology of Food Allergy in the Global Context”, *International Journal of Environmental Research and Public Health*, vol. 15, nº 9, 18 de setembro de 2018, p. 2043, ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6163515.
3. Ver Alison Joanne Lee, Meera Thalayasingam e Bee Wah Lee, “Food Allergy in Asia: How Does It Compare?”, *Asia Pacific Allergy*, vol. 3, nº 1, janeiro de 2013, pp. 3–14, ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3563019; FARE: Food Allergy Research & Education. “Food Allergy Facts and Statistics for the U.S.”, foodallergy.org/sites/default/files/migrated-files/file/Final-FARE-Food-Allergy-Facts-Statistics.pdf. Algumas alergias alimentares são superadas, o que explica sua maior porcentagem na infância em relação à vida adulta.
4. Ver FARE, “Food Allergy Facts and Statistics for the U.S.”
5. Ver Loh e Tang, “The Epidemiology of Food Allergy in the Global Context”.
6. Ver “Signs and Symptoms”, anaphylaxis.org.uk/hcp/what-is-anaphylaxis/signs-and-symptoms.
7. Ver Mayo Clinic, “Food allergy”, mayoclinic.org.
8. Ver Marcos 6:37–44; Lucas 9:10–17.
9. Jeffrey R. Holland, “Eis aqui o Cordeiro de Deus”, *Liahona*, maio de 2019, pp. 45, 46.
10. “Food Allergies”, na seção de normas e diretrizes de disability.ChurchofJesusChrist.org.
11. M. Russell Ballard, em “April 2015: Sabbath Day Observance” (vídeo), ChurchofJesusChrist.org/media-library.
12. Sharon Eubank, “Cristo: A luz que brilha na escuridão”, *Liahona*, maio de 2019, p. 74; grifo da autora.



Queremos compartilhar algumas coisas que aprendemos por experiência própria com nossa filha Dora, que tem necessidades especiais, esperando e orando que nossos pensamentos e nossas palavras venham a abençoar outras pessoas que estejam trilhando uma jornada semelhante.



Élder Paul B. Pieper
Dos setenta
E Melissa T. Pieper

Necessidades especiais, lições especiais

Nos dias que se seguiram ao nascimento programado de nossa filha Dora por cesariana, soubemos que havia algo diferente nela. Mas foi só quando ela foi levada às pressas para o hospital após um exame feito por um médico três semanas depois que começamos a entender que o nascimento dela mudaria toda a nossa vida.

Nas semanas e nos meses que se seguiram, vimo-nos envoltos num turbilhão de esperanças e temores, enquanto profissionais dedicados tentavam diagnosticar o problema de Dora. Cada nova teoria trazia consigo toda uma série de ansiedades.

“Por favor, que não seja *isso*. Não suportaríamos perdê-la”, foi nossa reação a determinado diagnóstico. “Se for *isso*, não temos certeza se saberemos lidar com esse problema”, foi nossa reação a outro.



Um diagnóstico é uma faca de dois gumes. Pode encerrar uma busca e nos ajudar a entender como pode vir a ser o futuro, mas também pode criar expectativas ou definir limitações que talvez nem sejam reais. Em nosso caso, somos

gratos pelo fato de que, após todas as teorias e exames, os médicos não conseguiram chegar a um diagnóstico específico para Dora.

“Ela é fisiologicamente normal em todos os aspectos”, informaram-nos, “mas apresenta hipotonia muscular e convulsões”.

Vivemos os últimos 28 anos com essa declaração: suas incertezas, seus altos e baixos, seus desafios e suas alegrias e

Adoramos definir Dora por suas habilidades e não por suas limitações.

possibilidades. Não sabíamos como seria o caminho a tri-
lhar, mas nunca nos sentimos limitados por um diagnóstico
médico específico.

Definir uma pessoa com necessidades especiais

Algumas das perguntas mais frequentes que ouvimos ao
longo dos anos sobre Dora foram: “O que ela tem?” e “Qual
é a deficiência dela?” Geralmente respondemos dizendo algo
do tipo: “Bem, ela não fala, não consegue andar sem apoio
nem se alimentar e se vestir sozinha, mas ela é muito mais
que isso”.

Aprendemos a não definir nossa filha por suas incapacida-
des ou limitações. Em vez disso, adoramos defini-la por suas
habilidades.

Dora, por exemplo, consegue sorrir. Seu sorriso faz com
que as pessoas a seu redor também sorriam. Já fomos parados
por pessoas totalmente desconhecidas no aeroporto, pedindo
para tirar uma fotografia com Dora, simplesmente por terem
ficado tocadas com o sorriso radiante dela.

Ela consegue abraçar. Se você tiver o privilégio de rece-
ber um abraço de Dora, isso vai mudar sua vida. Certa
vez, quando estávamos saindo de um evento esportivo,
Dora passou por um morador de rua na calçada e esponta-
neamente estendeu os braços e o abraçou. Era óbvio pela
expressão dele que aquele abraço foi uma das coisas mais



CORPO FRÁGIL, DESTINO DIVINO

“Não se exige um corpo perfeito para
alcançarmos um destino divino. Na
verdade, alguns dos espíritos mais
especiais habitam em um corpo frágil.
Em geral, as pessoas com deficiências
físicas desenvolvem grande força

espiritual, justamente por terem esses desafios. Essas
pessoas têm direito a todas as bênçãos que Deus reservou
para Seus filhos fiéis e obedientes.”

Presidente Russell M. Nelson, “Seu corpo: Uma dádiva magnífica a ser
valorizada”, *Liahona*, agosto de 2019, p. 53.

extraordinárias que ele havia vivenciado naquele dia.

Dora ajuda você a se sentir amado. Se Dora olhar para
você, nem que seja só por um segundo, você vai sentir um
amor e uma ternura que vão encher seus olhos de lágrimas. Já
que ela tem esses impressionantes dons, por que haveríamos
de defini-la como “deficiente” ou “incapaz”? Ela influenciou
centenas de vidas para o bem simplesmente sendo quem é e
fazendo o que faz.

Um dia de cada vez

É fácil para os pais se sentirem sobrecarregados quando
se dão conta de que seu filho
dependerá deles por toda
a vida. Esse sentimento é
ainda mais forte quando esse
filho exige constante apoio
físico, emocional e talvez até
médico. A ideia de alimen-
tar, vestir, banhar, apoiar
um filho e cuidar dele todos
os dias parece uma monta-
nha demasiadamente alta e
íngreme a escalar.

Nesses momentos, é impor-
tante dar um passo atrás e
dizer: “Só preciso fazer isto
hoje”. Descobrimos que,
quando nos concentramos
apenas nas necessidades e
oportunidades de cada dia,
parece que se torna mais

fácil lidar com a tarefa. Podemos viver apenas um dia de cada vez, procurando a alegria e o crescimento que o acompanham.

Capaz de progredir

Todo espírito enviado à Terra é capaz de “progredir”.¹ Espera-se que todos exerçamos o arbítrio na medida de nossa capacidade. Nós, cuidadores, temos a responsabilidade de ajudar as pessoas sob nossos cuidados a crescer e progredir física, emocional e espiritualmente até onde elas forem capazes. Isso pode significar ajudá-las a ter oportunidades de servir — tal como Dora, ao dar abraços ou sorrisos. Também pode significar ajudá-las a usar e, se possível, ampliar suas capacidades físicas e mentais por meio de terapia e atividades.

Ao fazer isso, precisamos ser realistas. Se ficarmos constantemente frustrados, podemos exigir demais. O Senhor pode nos ajudar e nos guiar por meio de Seu Espírito a fazer as coisas que são possíveis e adequadas. Em alguns casos, Ele nos proporcionará milagres, por menores que pareçam.

Sempre nos lembraremos de que nos foi dito por um renomado ortopedista que Dora nunca chegaria a andar. Mas, após vários anos de muitas orações e dedicação, Dora agora consegue caminhar com apoio. Sua condição geral não mudou, mas o Senhor nos proporcionou um pequeno milagre para ajudá-la a crescer e a desfrutar melhor da vida.

Fé para não ser curado

É muito natural nos perguntar *por quê?* quando um precioso filho de Deus com desafios é enviado a nosso lar. Nossa fé naturalmente nos leva a perguntar a Deus se seria possível curar ou eliminar o problema da criança. Temos uma fé segura de que Deus pode curar nossa filha, mas Ele também deixou claro que não é da Sua vontade que isso aconteça agora.

O Pai Celestial tem Seus próprios propósitos para enviar Dora para nós, e Ele

vai curá-la — se e quando for Sua vontade. Pode ser que esse dia não chegue até a cura final: a ressurreição. É preciso tanta fé para aceitar a vontade de Deus de não curar esses seres preciosos agora quanto para acreditar que Ele pode curá-los neste exato momento. Dora nos foi enviada por um propósito, e nos sentimos instados a não procurar saber *por que*, mas, sim, a perguntar ao Pai Celestial *o que* Ele deseja que aprendamos.

“Fazer perguntas como: ‘Por que isto tinha de acontecer comigo?’ ‘Por que tenho que passar por isto agora?’ ou ‘O que fiz para causar isto?’ não nos levará a lugar algum”, salientou o élder Richard G. Scott (1928–2015), do Quórum dos Doze Apóstolos. Ele nos orientou: “Em vez disso, pergunte: ‘O que devo fazer?’ ‘O que devo aprender com essa experiência?’ (...) Quando suplicamos com real convicção: ‘Mostra-me a Tua vontade’ e ‘Seja feita a Tua vontade’, estamos em posição favorável para receber a maior ajuda possível de nosso Pai amoroso”.²

Às vezes pensamos nos pais das crianças que o Salvador curou durante Seu ministério mortal. Talvez, como nós, aqueles pais tenham se perguntado por qual propósito seus filhos foram enviados a eles. Depois que o Salvador os curou, os pais puderam entender que teria sido impossível para Ele demonstrar Seu poder de cura e Sua divindade se não houvesse ninguém para curar. Temos a fé que um momento de cura virá para todos os filhos de Deus.³

Aguardamos ansiosamente esse dia. ■

Nós, cuidadores,
temos a responsabilidade
de ajudar as pessoas
sob nossos cuidados a
crescer e progredir
física, emocional e
espiritualmente
até onde elas forem
capazes.

NOTAS

1. O profeta Joseph Smith ensinou: “Todas as mentes e espíritos que Deus enviou ao mundo são capazes de progredir” (*Ensinamentos dos Presidentes da Igreja: Joseph Smith*, 2007, p. 219).
2. Richard G. Scott, “Confie no Senhor”, *A Liahona*, janeiro de 1996, p. 18.
3. Para entender o que significa ter “fé para não ser curado”, ver David A. Bednar, “Aceitar a vontade e o tempo do Senhor”, *A Liahona*, agosto de 2016, p. 16.

As palavras dos profetas para todos

Eu não esperava ver uma citação de um profeta de Deus nas paredes da escola.

Acordei cedo uma manhã para me apressar para o trabalho. Embora eu geralmente ame meu trabalho como professora, estava mal-humorada e só queria voltar para debaixo dos cobertores e fingir que era hora de dormir novamente.

Quando cheguei ao colégio, tentei preparar minha mente para o trabalho. Sabia que precisaria dar uma aula de matemática logo, mas me sentia aborrecida e deprimida. Minhas emoções eram todas negativas.

Decidi ir ao banheiro antes da aula. De vez em quando, alguém colocava cartazes nos banheiros com

informações para os alunos e funcionários. Pelo canto do olho, um cartaz me chamou a atenção. Ele tinha uma bela citação que dizia: “Se quisermos transmitir luz às pessoas, precisamos brilhar”.¹ Fiquei surpresa de ver que essa citação vinha do presidente Thomas S. Monson (1927–2018).

Eu não esperava ver uma citação de um profeta de Deus nas paredes da escola. Moro numa cidadezinha da Pensilvânia, EUA, e tenho certeza de que estou entre os poucos membros — talvez o único — de A Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias na escola. Sabia que era uma das poucas

pessoas que entenderia a importância das palavras do presidente Monson — um homem que eu havia apoiado por muitos anos como profeta. Senti que essa mensagem era para mim. Ela abrandou meu coração e levantou o meu humor. A gratidão pelo meu testemunho encheu meu coração e o amor do Pai Celestial me envolveu.

Querida tirar o cartaz da parede e guardá-lo no bolso o dia todo para me edificar, mas cheguei a uma rápida constatação. O presidente Monson não era o profeta só para mim e os demais membros da Igreja, mas o profeta para o mundo. Suas palavras, como as palavras do presidente Russell M. Nelson hoje, são para todos. As palavras de um profeta ajudam e elevam *todos* os que as ouvirem. Tirei uma fotografia da citação com meu telefone e deixei o cartaz para qualquer outra pessoa que possa precisar dela.

Sou grata ao Pai Celestial por ter colocado essa mensagem em meu caminho. Quero transmitir luz às pessoas. Por meio da obediência e da proximidade com o Salvador, posso brilhar mesmo nos dias em que a escuridão me faria perder o rumo. ■

Katherine Furgeson, Pensilvânia, EUA

NOTA

1. Thomas S. Monson, “Havendo eu sido cego, agora vejo”, *A Liahona*, julho de 1999, p. 69.



“Não rejeitarei minha fé”

Tornei-me alvo de zombaria e desprezo no trabalho. Por que eu continuava num emprego que tinha se tornado um perigo para meu bem-estar espiritual?

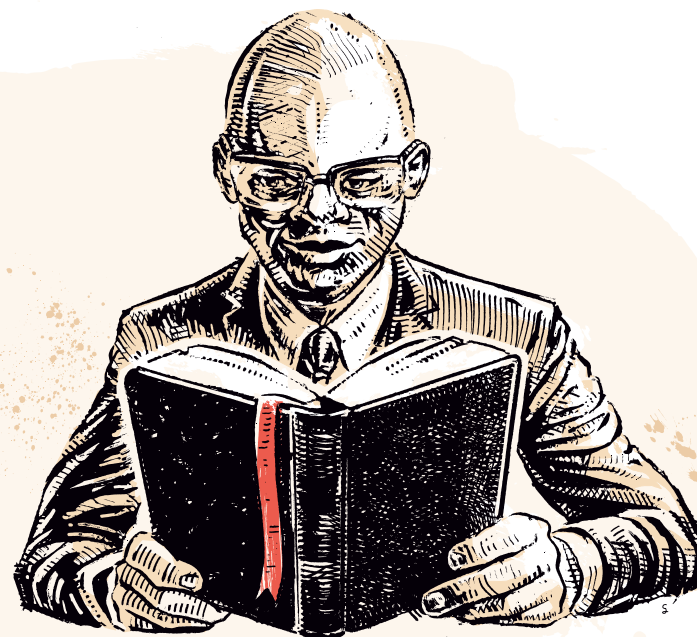
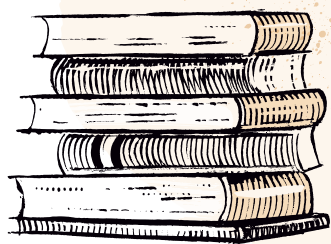
Logo depois de ser contratado como diretor-assistente de uma grande biblioteca, minha equipe e eu começamos um projeto ambicioso de digitalização de 37 mil livros. Um dia meu supervisor me convocou ao seu escritório.

“Edouard”, anunciou ele, “fui convidado para apresentar nosso projeto de digitalização de livros nos Estados Unidos e para solicitar novas aquisições. Pediram-me que levasse comigo um colega de trabalho de confiança. Confio em você, mas não em sua Igreja. Se renunciar à sua fé, pode ir comigo”.

Antes que eu pudesse dizer alguma coisa, mandou-me pensar no assunto e me dispensou.

Naquela noite, contei para minha esposa o que tinha acontecido. Ela me incentivou a ter fé. No dia seguinte, informei ao meu supervisor que ia manter minha fé. Ele ficou zangado e disse que viajaria sozinho.

Um ano depois, tive uma oportunidade para viajar à França para receber treinamento em financiamento, aquisições e administração de bibliotecas. Precisava apenas da aprovação de meu supervisor. Ele disse que só aprovaria se eu renunciasse à minha fé. Novamente recusei. Então, ele rasgou o documento e o atirou no meu rosto.



Algum tempo depois, meu supervisor tornou a falar comigo.

“Vou fazer outra viagem”, anunciou. “Você pode me acompanhar, mas a condição continua a mesma. Nunca viajarei com um membro de sua Igreja.”

“Não rejeitarei minha fé”, respondi-lhe. Ele saiu sem dizer uma palavra. Logo começou a falar sobre mim para meus colegas.

Ele dizia: “Ofereci-lhe oportunidades, mas ele recusou todas por causa de sua fé cega. É um tolo”.

Daquele dia em diante, tornei-me alvo de zombaria e desprezo no trabalho. Senti-me desanimado. Uma noite, preocupado com esse problema, abri a Bíblia e li: “Portanto, se o teu olho direito te escandalizar, arranca-o e atira-o para longe de ti, pois te é melhor que se perca um dos teus membros, do que todo o teu

corpo seja lançado no inferno” (Mateus 5:29).

Se o Senhor diz que devemos nos livrar de algo para nos salvar, por que eu continuava num emprego que tinha se tornado um perigo para meu bem-estar espiritual? No dia seguinte, entreguei meu pedido de demissão.

Hoje, estou feliz com minha escolha. Com coragem e fé em Jesus Cristo, enfrentei a humilhação no trabalho e o desemprego temporário. Meu novo emprego agora oferece oportunidades que eu não tinha antes. O Senhor me abençoou e agradeço a Ele por Sua bondade e Seu amor por mim. ■

Edouard Ngindu, Katoka, República Democrática do Congo

Precisávamos de um segundo milagre

Já havíamos recebido um milagre com a gravidez de minha esposa. Agora precisávamos de outro.

Minha esposa, Sarah, estava grávida de 24 semanas quando começou a sentir muita dor. Dei-lhe uma bênção e depois saí para o trabalho. Ainda estava lá quando ela me chamou para levá-la ao hospital.

“Seu bebê está vindo”, disseram a nós quando chegamos. Como Sarah estava apenas de 24 semanas, a melhor chance de sobrevivência para o bebê era uma cesariana de emergência.

“Sua esposa não precisa passar por mais nenhum estresse”, o médico me disse. “Ela vai perder o bebê de qualquer maneira.”

Sarah e eu conversamos e oramos sobre as palavras do médico. Sentimos que, se havia qualquer chance de nosso bebê sobreviver, deveríamos nos apegar a ela. Havíamos enfrentado dificuldades para ter filhos. Nosso filho mais velho, Taylor, é adotivo. Quando Sarah ficou grávida dois anos após a adoção de Taylor, sentimos que foi um milagre. Agora precisávamos de um segundo milagre.

Um pouco depois, um especialista veio até nós e disse: “Acho que ainda temos tempo para levar sua esposa a um hospital infantil em El Paso, Texas, que é equipado para cuidar de recém-nascidos prematuros e em estado crítico. Lá o bebê vai ter uma chance!”

Uma ambulância saiu do hospital com Sarah e acelerou em direção ao hospital infantil que ficava a 45 minutos de distância. Segui logo atrás, implorando ao Senhor em oração que nos concedesse um milagre. Prometi a Ele que permaneceria no caminho do evangelho e tentaria ser melhor.

No hospital, comentei com o médico da UTI neonatal: “Sabemos que já recebemos um milagre com a gravidez de minha esposa. Agora esperamos outro”.

Correu tudo bem no nascimento e nosso bebê sobreviveu. Depois de passar quatro meses e meio na UTI neonatal, trouxemos Shanna para casa. *Tínhamos* recebido o segundo milagre. Não muitos anos depois, ainda alcançamos outro milagre — o Senhor nos abençoou com gêmeos.

Shanna tem um QI ligeiramente baixo e usa cadeira de rodas, mas é cheia de alegria, sempre positiva e amiga de todos. Adora falar sobre seu dia e é entusiasmada com a vida. Ela nos faz sorrir e nos ensina a ser felizes. Nós a amamos e somos gratos por ela. Shanna é verdadeiramente uma bênção. ■

Daniel Payne, Novo México, EUA





Uma visitação pública ao templo abriu meu coração

Com o anúncio da visitação pública do templo, senti como se o próprio Senhor estivesse me convidando a entrar em Sua casa.

Fui batizado aos 15 anos de idade. Muitas pessoas não entendiam minha nova religião. Alguns, inclusive meus amigos, até zombaram da decisão de me filiar à Igreja. Meus pais não eram membros da Igreja, então não contei com o apoio deles.

Consequentemente, encontrei dificuldade para continuar a frequentar a igreja e viver o evangelho. Quando eu tinha 19 anos, parei de ir à igreja.

Dez anos depois, ouvi dizer que um templo seria construído em El Salvador. Fiquei surpreso em saber que um templo do Senhor seria construído em meu país! Quatro anos depois, as obras do Templo de San Salvador El Salvador estavam concluídas e a visitação pública foi divulgada. Quando descobri que a visitação me daria a oportunidade de entrar no templo, senti como se o próprio Senhor estivesse me convidando para entrar em Sua casa.

O dia em que entrei no templo foi um dos mais felizes de minha vida.

Durante a visitação, aprendi mais sobre o que acontece dentro dos templos dedicados. Também aprendi sobre os convênios sagrados do templo que as pessoas fazem com Deus.

Enquanto caminhava pelas salas do templo, senti a presença de Deus. Senti-me em paz. A visita ao templo despertou em mim a vontade de voltar para a Igreja e viver o evangelho novamente. Quando percebi que poderia fazer parte da grandiosa obra de Deus, desejei fazer o trabalho do templo para meus antepassados e exercer o sacerdócio.

A experiência no templo naquele dia me transformou. Agora ajudo os membros de minha ala a se prepararem para ir ao templo e os auxilio com a história da família para poderem realizar as ordenanças do templo para seus antepassados.

Nunca é tarde para retornar à Igreja. Nunca é tarde para fazer o bem. O Senhor, com Seu infinito amor, está sempre conosco. O templo é um lugar que nos une a Ele e permite que um dia voltemos a viver em Sua presença. ■

Ricardo Matamoras, Ahuachapán, El Salvador

Uma dádiva de amor

Faith S. Watson

Quando meu marido abençoou nossa filhinha, comecei a vislumbrar a profundidade e amplitude da dádiva de amor do Pai Celestial — o sacerdócio.

Eu era recém-conversa à Igreja, recém-casada e agora mãe recente. Era domingo de jejum e nossa filhinha estava para receber um nome e uma bênção. Eu nunca tinha assistido a uma bênção de recém-nascido antes porque morávamos em uma ala com poucas famílias jovens. Não sabia o que esperar. No entanto senti pelo Espírito que era algo muito especial e importante.

Meu marido, com outros portadores do sacerdócio reverentes, cuidadosamente embalou nossa preciosa filhinha. A ternura do Espírito me encheu de alegria. Lágrimas rolaram pelo meu rosto e uma infinidade de sentimentos invadiram minha mente. Sabia que estava apenas começando a vislumbrar a profundidade e amplitude da maravilhosa dádiva de amor do Pai Celestial para nós — o sacerdócio.

Quando os missionários me ensinaram as mensagens, percebi que se sentiam muito honrados em portar o sacerdócio. Pude ouvir isso em suas palavras e orações, inclusive quando me abençoaram para superar uma dificuldade com a Palavra de Sabedoria. Senti as mãos deles, gentilmente colocadas sobre minha cabeça, começarem a tremer enquanto falavam palavras

que eu sabia que vinham do Senhor — palavras de amor e cura.

Fui batizada pouco tempo depois e as mãos dos portadores do sacerdócio estavam novamente sobre minha cabeça. Fui confirmada membro da Igreja do Senhor e foi-me conferido o dom do Espírito Santo. Estava purificada e nascera de novo. Senti o poder do sacerdócio por todo o meu corpo e, pela primeira vez na vida, conheci a felicidade.

Logo depois do meu batismo, meu marido e eu nos casamos. Os pais dele eram membros da Igreja e seu lar era centralizado no evangelho, mas eu sabia que o testemunho dele não era muito forte. No entanto, eu não estava preocupada. Minha nova religião me enchia de otimismo. Simplesmente o amaria sendo paciente e orando.

Durante os meses de gravidez de nossa primogênita, senti-me como todas as mães — muito perto da minha pequena, completamente maravilhada com essa nova vida dentro de mim. Quando nossa filha nasceu, meu vínculo com ela tinha se tornado um laço de amor, forte e doce.

Mas estava preocupada com meu marido. Ele não tinha vivenciado a mesma bênção dessa intensa

proximidade com nossa filha como eu. Claro que ele a amava, mas eu me preocupava e me perguntava se um forte vínculo se desenvolveria entre os dois. Preocupava-me o fato de eu passar tanto tempo cuidando dela, dando banho e segurando-a, enquanto meu marido estava quase sempre ocupado com o trabalho para sustentar nossa família.

Agora, algumas semanas após o seu nascimento, ali estávamos em nossa capela. Um milagre foi acontecendo diante dos meus olhos e em meu coração. Meu hesitante marido humildemente sorriu para os irmãos no círculo, com os olhos cheios de luz e um brilho de lágrimas. Daqueles irmãos, por sua vez, fluíram amor e apoio para ele ao colocarem as mãos nos ombros uns dos outros e ajudarem a embalar nossa bebê, formando um pequeno círculo cheio de amor puro e sagrado. Quando meu marido começou a bênção, ouvi sua voz tremer e sabia que ele estava sentindo o poder do Senhor e a honra de portar Seu sacerdócio.

Senti um grande amor brotando nele por nossa filhinha e sabia que ele havia se esforçado a fim de se preparar para lhe dar a bênção que o Pai Celestial reservara para ela. Minha



alegria ficou completa quando percebi que ele agora se sentia fortemente ligado à nossa filha. Era um vínculo que nunca enfraqueceria.

Anos se passaram desde aquela experiência. Inúmeras vezes testemunhei e senti o poder e a beleza do sacerdócio exercido de muitas maneiras, em muitos lugares e em favor de muitos filhos do Pai Celestial. Vi belas ordenanças de salvação concedidas e corações

preenchidos. Observei purificação, cura, consolo e ensinamento. Presenciei e senti fardos serem aliviados.

Sei que ainda não entendo a completa grandiosidade do sacerdócio, mas todas as bênçãos de crianças a que assisti me arrebataram da mesma forma que a bênção da minha filha mais velha. Fico impressionada com o amor que o Pai Celestial demonstrou ao compartilhar Seu poder conosco e me sinto

grata além do que poderia expressar em palavras por meu testemunho Dele, de Seu Filho Amado e nosso belo evangelho restaurado. ■

A autora mora em Utah, EUA.



Como as perguntas de Alma nos ajudam a crescer espiritualmente?

COMO ESTOU ME SAINDO?

Alma fez 36 perguntas ao povo de Zarahemla para ajudá-los a avaliar o progresso espiritual deles. O presidente M. Russell Ballard, presidente em exercício do Quórum dos Doze Apóstolos, explicou que uma avaliação espiritual é benéfica. Ele disse: “Como um guia para mim durante essa [avaliação] (...), gosto de ler e ponderar as palavras de reflexão encontradas no quinto capítulo de Alma”.¹

O que preciso mudar?

Ao ler Alma 5:7–13, identifique o que Alma ensinou sobre como podemos mudar e nos aproximar de Cristo. Reflita sobre as coisas que você pode mudar e faça um plano de ação.

Como o Senhor me abençoou?

Alma também convidou o povo a se lembrar de como o Senhor libertou seus pais e a recordar de sua conversão. Você pode escrever a história de sua conversão para se lembrar de como o Senhor o abençoou. Também pode ler as histórias de conversão de seus antepassados ou dos primeiros membros da Igreja.

“Seria maravilhoso se todo santo dos últimos dias conhecesse a história da conversão de seus antepassados. (...) Cada um de nós será imensamente abençoado por conhecer as histórias de fé e sacrifício que levaram nossos antepassados a se filiarem à Igreja do Senhor.”²

NOTAS

1. M. Russell Ballard, “Retornar e receber”, *A Liahona*, maio de 2017, p. 64.
2. William R. Walker, “Viver sempre fiéis”, *A Liahona*, maio de 2014, pp. 97, 99.



Alma 8–12

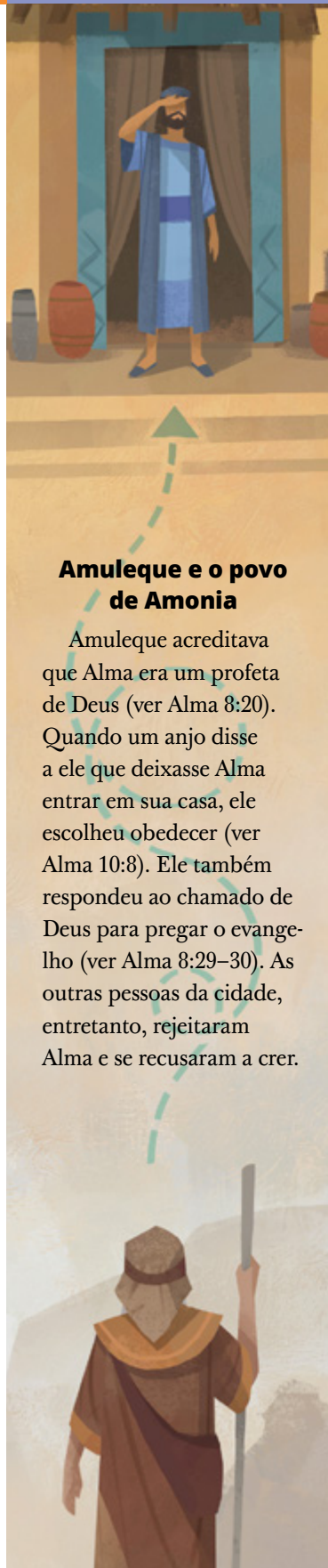
8 A 14 DE JUNHO

De que maneira desenvolver um coração brando nos ajuda a adquirir conhecimento espiritual?

Quando Alma pregou o evangelho em Amonia, a maioria das pessoas o rejeitou, mas Amuleque ouviu e acreditou. A diferença entre Amuleque e o restante do povo de Amonia nos mostra as consequências de se ter um coração brando ou um coração endurecido para as coisas de Deus (ver Alma 12:10). Você pode escolher ter um coração brando.

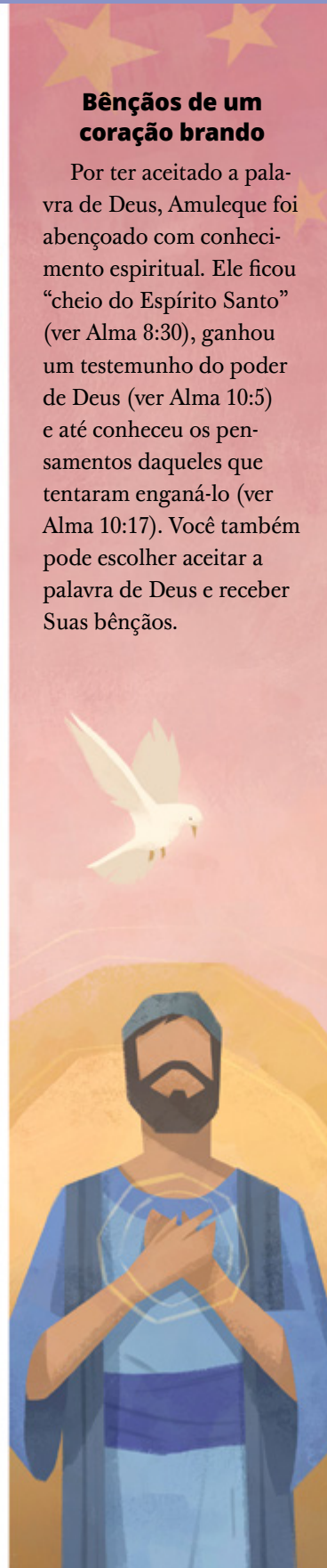
DEBATE

- Que qualidades Amuleque possuía? Como você pode desenvolver as qualidades dele?
- Se estiver buscando respostas a uma pergunta específica, o que você pode fazer para ser mais receptivo às revelações do Pai Celestial?
- Ao optar por ter um coração brando e obediente, que bênçãos o Senhor pode ter reservadas para você e sua família?



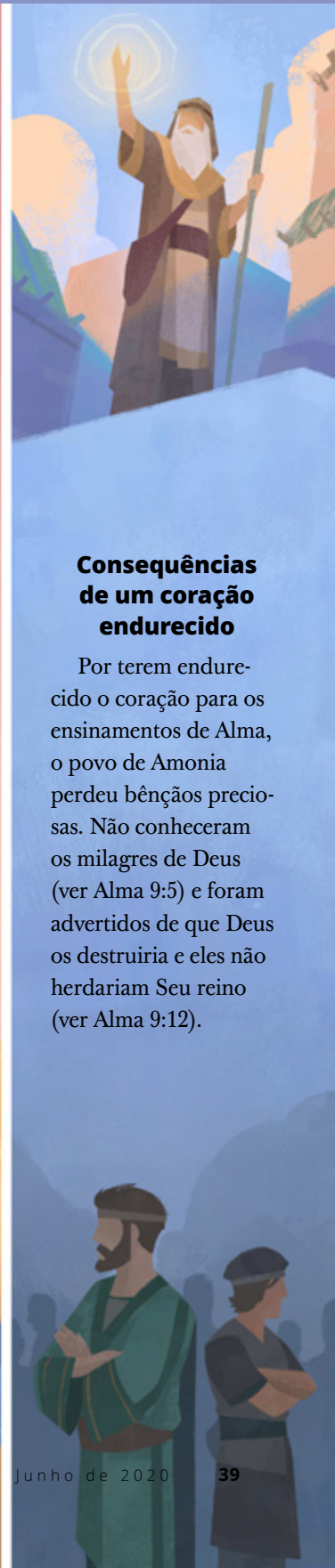
Amuleque e o povo de Amonia

Amuleque acreditava que Alma era um profeta de Deus (ver Alma 8:20). Quando um anjo disse a ele que deixasse Alma entrar em sua casa, ele escolheu obedecer (ver Alma 10:8). Ele também respondeu ao chamado de Deus para pregar o evangelho (ver Alma 8:29–30). As outras pessoas da cidade, entretanto, rejeitaram Alma e se recusaram a crer.



Bênçãos de um coração brando

Por ter aceitado a palavra de Deus, Amuleque foi abençoado com conhecimento espiritual. Ele ficou “cheio do Espírito Santo” (ver Alma 8:30), ganhou um testemunho do poder de Deus (ver Alma 10:5) e até conheceu os pensamentos daqueles que tentaram enganá-lo (ver Alma 10:17). Você também pode escolher aceitar a palavra de Deus e receber Suas bênçãos.



Consequências de um coração endurecido

Por terem endurecido o coração para os ensinamentos de Alma, o povo de Amonia perdeu bênçãos preciosas. Não conheceram os milagres de Deus (ver Alma 9:5) e foram advertidos de que Deus os destruiria e eles não herdariam Seu reino (ver Alma 9:12).



Alma 13–16

15 A 21 DE JUNHO

Como as ordenanças de salvação me direcionam a Cristo?

“A boa conduta sem as ordenanças do evangelho não redimirá nem exaltará a humanidade.”¹

PREPARAR-SE

Alma e Amuleque foram chamados e preparados pelo Senhor para ensinar Seus mandamentos (ver Alma 13:3). Também foram “ordenados com uma santa ordenança” (Alma 13:8). Essa e outras ordenanças são dadas para que saibamos onde procurar a remissão de nossos pecados (ver Alma 13:16). Todas as ordenanças nos direcionam a Jesus Cristo.

Como você pode se preparar para receber as ordenanças de salvação do evangelho?

ARREPENDER-SE

O arrependimento faz com que voltemos o coração ao Salvador. As ordenanças de salvação concentram nossa mente em Cristo e Sua graça a fim de podermos retornar a Ele (ver Alma 13:16).

RECEBER

O Senhor concede as ordenanças de salvação para podermos vivenciar o “poder de Cristo para a salvação” (Alma 15:6).

Que ordenanças de salvação você recebeu e como elas o aproximaram do Salvador?



NOTA

1. Boyd K. Packer, “A única Igreja verdadeira”, *A Liahona*, janeiro de 1986, p. 74.



Alma 17–22

22 A 28 DE JUNHO

Como posso agir imediatamente com fé?

As ações fiéis e imediatas de Abis no Livro de Mórmon demonstram como a fé pode trazer as pessoas a Cristo. Reflita sobre como ela “se convertera ao Senhor” completamente (Alma 19:16).

DEBATE

Como você pode fortalecer sua fé no Senhor para que você, e talvez outras pessoas, sintam-se com poder para agir imediata e plenamente segundo a vontade de Deus?

Ela sabia

A fé de Abis era tão forte que, quando ela viu que os servos de Lamôni haviam caído por terra, ela “soube que era o poder de Deus” (Alma 19:17). Como você pode edificar sua fé para conhecer, como Abis, o poder de Deus?



Ela correu

Quando reconheceu o poder de Deus, Abis “correu (...) de casa em casa” e disse ao povo que viesse ver o milagre (Alma 19:17). Sua fé lhe deu poder para agir imediatamente. Existem áreas do evangelho em que você está andando em vez de correr para agir de acordo com a vontade de Deus com fé?

Ela tomou as pessoas pela mão

Abis “tomou a mão da rainha” com fé de que faria com que a monarca se levantasse (Alma 19:29). Ela fez o que parecia impossível devido a sua fé em Deus. De que maneira você pode fortalecer sua fé em Deus e realizar o impossível em sua vida?



Nesta seção

44 Eliminar a pressão de encontrar um companheiro eterno
Dominika Stoica

48 Aprender a ser feliz enquanto estou solteiro
Landon Hawes

Apenas online

Dez coisas para perguntar a seu futuro cônjuge

Confiar na segunda impressão e na orientação do Espírito
Marie Netzler

O fato de ser solteira me lembra de confiar no plano *inteiro* de Deus para mim
Christina Cotterall

Sete dicas para manter a proximidade num relacionamento à distância

Compartilhe sua história

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

Procurar um cônjuge — E a graça do Salvador

O Senhor promete que “[Sua] graça basta aos mansos” (Éter 12:26). Essas palavras devem dar a todos nós jovens adultos solteiros esperança e consolo, principalmente quando se trata de encontrar um companheiro eterno. Os discípulos confiantes de Cristo sempre buscam o amor com o coração aberto, mas às vezes se decepcionam com as expectativas não satisfeitas ou se aborrecem com o mau comportamento de quem eles namoram. Essa busca pode causar medo, amargura e estresse, sobretudo se continuar por anos além da data prevista para o casamento!

Mas, como se pode imaginar, essas emoções não são o que Deus deseja que sintamos constantemente ao seguirmos Seu mandamento de casar e constituir uma família justa e feliz. Na realidade, **Deus quer que nos sintamos felizes** durante essa busca!

Com isso em mente, os artigos desta seção têm o objetivo de ajudar você a **eliminar o estresse de encontrar um companheiro eterno**. Você vai encontrar histórias sobre **como progredir na vida** independentemente de seu estado civil e **conselhos que podem ajudar a prepará-lo** para um casamento cheio de amor, carinho e estabilidade no futuro.

Enquanto procura a pessoa que lhe dará todo o seu coração, assim como você lhe dará o seu, reserve um tempo para ler esses artigos. Prometo que um deles vai aliviar seu coração e ajudá-lo a confiar que **a graça do Salvador realmente basta para você**.

Atenciosamente,
Landon Hawes

Qual tem sido a melhor maneira para você resolver as dúvidas relacionadas à Igreja? Envie sua resposta para liahona.ChurchofJesusChrist.org até 30 de junho de 2020.



FOTOGRAFIA: GETTY IMAGES



Eliminar a

PRESSÃO

de encontrar um companheiro eterno

Dominika Stoica

A Igreja é muito pequena na Polônia. Na verdade, é pequena na Europa Oriental inteira. Muitas vezes não temos muitos membros da Igreja de nossa idade no país todo, quanto mais em nossa ala ou estaca. Felizmente, são realizadas conferências para jovens adultos solteiros todos os anos em muitos países europeus.

Essas conferências são organizadas não necessariamente para ajudá-lo a encontrar seu “par perfeito”, mas principalmente para ajudar os jovens adultos a fazer novos amigos que compartilhem seus valores e os fortaleçam em sua fé conversando com outras pessoas sobre suas experiências espirituais.

Concentrar-se nas amizades

Durante uma conferência na Polônia em 2010, conheci Radu. Ele era da Romênia. Conversamos brevemente, mas logo ele foi para a missão e nossos caminhos só se cruzaram novamente em outra conferência do JAS, três anos depois. Tivemos tempo ali de realmente nos conhecer um pouco, mas eu estava saindo em minha própria missão um mês depois. Radu me desejou tudo de bom e disse: “Vamos manter contato”. No fundo eu não achava que ele faria isso, mas fez. Ele me escreveu cartas durante toda a missão. Não havia nada romântico nelas, mas ele se tornou um dos meus melhores amigos. E eu amava o respeito que ele tinha por mim e por meu trabalho missionário em geral.

Quando voltei para casa, Radu e eu ficamos ansiosos para nos conhecermos verdadeiramente — enfim poderíamos fazer isso acontecer depois de tantos anos! Escolhemos um lugar acessível para nós dois nos encontrarmos (que era a Bélgica na época) a fim de passarmos algum tempo juntos.

Conversamos, conversamos e tornamos a conversar.

Não colocamos nenhuma pressão em nosso

O objetivo da vida não é apenas nos casarmos, mas, sim, tornarmo-nos a melhor versão de nós mesmos e deixarmos Deus descortinar Seus desígnios em nossa vida.

relacionamento. Concentramo-nos em construir uma amizade e simplesmente conhecer um ao outro. Sempre nos divertimos muito juntos, mas também tivemos muitas conversas profundas e significativas sobre as coisas mais importantes. Com o passar do tempo, nossa amizade ficou mais forte. Conversávamos pelo Skype quase todos os dias e com o tempo começamos a orar juntos todas as noites. Finalmente começamos a visitar o país um do outro com poucos meses de intervalo.

“Vamos orar a respeito”

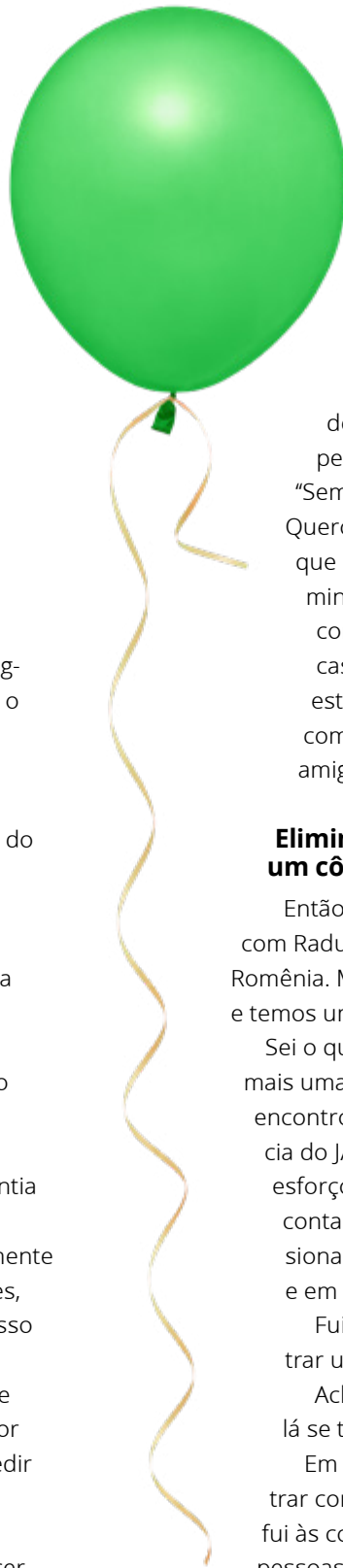
Depois de algum tempo, comecei a ficar ansiosa porque senti que nossa amizade estava se transformando em algo mais. Mas ele era da Romênia! Eu não queria me envolver em um relacionamento à distância porque um relacionamento pode levar ao casamento, o que significava que um de nós teria que se mudar para outro país. Eu não me sentia preparada para isso.

Um dia em que estava me sentindo particularmente ansiosa, Radu me lembrou de um princípio simples, porém marcante. Ele disse: “Vamos orar sobre nosso relacionamento e ver como nos sentimos”.

Não sei como não havia pensado em orar sobre nosso relacionamento antes. Mas esse foi o melhor conselho que recebi na época. Então, orei para pedir orientação.

Não esperava nenhuma resposta específica naquele momento, mas decidi continuar a conhecer Radu. Esperava que o Pai Celestial me avisasse se nosso relacionamento não era algo que eu devesse continuar. Mas, com o tempo, a resposta que eu tinha pedido *sem dúvida* veio. Conversei com minha família e amigos sobre Radu e em todas as conversas me confirmaram que eu estava indo no caminho certo.

Logo cheguei a uma conclusão engraçada. Uma noite,



depois de ter mais uma grande conversa pelo Skype com Radu, disse a mim mesma: “Sem dúvidas é o melhor amigo que já tive. Quero ser sua amiga para sempre!” Foi então que percebi. Imediatamente uma voz em minha mente respondeu ao meu próprio comentário: “Bem, então você precisa se casar com ele!” Sabia que o Pai Celestial estava aprovando meu relacionamento com Radu. Pude ver que ele era meu melhor amigo e que poderíamos ser felizes juntos.

Eliminar a pressão de encontrar um cônjuge

Então me mudei para a Romênia e me casei com Radu. Nunca imaginei que ia acabar na Romênia. Mas estamos casados há quatro anos e temos uma linda filha, Amélia.

Sei o que você está pensando — sou apenas mais uma daquelas jovens adultas solteiras que encontrou sua “alma gêmea” em uma conferência do JAS e as coisas deram certo sem nenhum esforço. Mas não é verdade. O motivo de lhe contar essa história é para que pare de se pressionar para encontrar um companheiro eterno e em vez disso deixe Deus guiar você.

Fui àquelas conferências do JAS para encontrar um marido? Não.

Achei que um daqueles rapazes que conheci lá se tornaria meu marido? Não mesmo.

Em vez disso, não me pressionei para encontrar com quem queria me casar e simplesmente fui às conferências para me encontrar com as pessoas e fazer amigos — e foi exatamente o que Radu e eu fizemos no começo.

A pressão para encontrar nosso companheiro eterno o mais breve possível pode ser bem real às vezes. Mas não há limite de tempo para os relacionamentos eternos. Não há necessidade de se estressar por isso. O objetivo da vida não é apenas nos casarmos, mas, sim, tornarmo-nos a melhor

versão de nós mesmos e deixarmos Deus descortinar Seus desígnios em nossa vida. Sim, todos nós devemos sair, participar de atividades, conhecer pessoas, fazer novos amigos e sair de nossa zona de conforto. Mas devemos fazê-lo com o pensamento: “Vou me divertir e encontrar alguns grandes amigos”, em vez de: “Tenho que manter os olhos abertos para encontrar ‘o escolhido’ ou vou estragar todo o meu plano de vida!”

Uma coisa que Radu me disse quando estávamos noivos foi que, embora ele geralmente ficasse um pouco estressado perto das garotas de que ele gostava, não se sentia assim comigo. Ele disse que, por causa da nossa amizade, sempre se sentia descontraído e sempre podia ser ele mesmo.

Portanto, procure ficar perto de pessoas boas e desfrute sua condição atual. Porque, honestamente, é quando você para de se estressar e só escolhe fazer amizades e aprender a amar quem você é e onde está que a vida se torna muito mais agradável.

Confiar no plano de Deus para nosso futuro

Radu e eu não somos perfeitos. Não estamos em busca da pessoa “perfeita” — estamos apenas sendo nós mesmos. O que observei é que quem você é realmente e como você vive é o que mais atrai as pessoas. Quando se esforça para seguir a Jesus Cristo, você vai atrair as pessoas que estão fazendo o melhor para segui-Lo também.

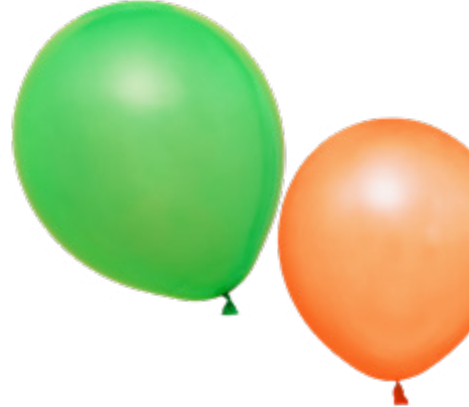
Também aprendi que, ao nos tornarmos melhores e termos fé plena de que Deus está no comando, vamos convidar Sua influência para nossa vida — e quando reconhecermos Sua influência, não vamos precisar temer o futuro. Lembre-se do que o Senhor ensinou a Néfi: “E serei também vossa luz no deserto;

e prepararei o caminho a vossa frente, se guardardes meus mandamentos; portanto, se guardardes meus mandamentos, sereis conduzidos à terra da promessa; e sabereis que sois conduzidos por mim” (1 Néfi 17:13).

Não fomos feitos para nos estressarmos constantemente por não atendermos a certas expectativas ou objetivos de nosso próprio calendário. Na verdade, o tempo do Pai Celestial é diferente do nosso — é eterno. Ele tem um plano para cumprirmos todas as bênçãos que buscamos. E quando fizermos tudo a nosso alcance para confiar em Seu plano e encontrar satisfação em quaisquer circunstâncias em que nos encontrarmos, *é aí* que encontraremos a verdadeira felicidade. Seu plano sempre vai ser melhor do que aquele que temos para nós mesmos. ■



Dominika Stoica é uma mãe com espírito empreendedor. Gosta de cozinhar, dançar e fazer as pessoas rirem. Ela tem um blog de estilo de vida e adora editar fotografias, andar de bicicleta e passear nas montanhas.



Landon Hawes

APRENDER A SER FELIZ ENQUANTO ESTOU SOLTEIRO



Percebi que eu tinha uma perspectiva errada sobre o namoro.

Por que todo mundo está namorando e se divertindo?"
"Por que não estou casado?"
"O que há de errado comigo?"

A maioria dos jovens adultos solteiros já deve ter se feito essas perguntas pelo menos uma vez! O desafio de buscar uma pessoa para se casar para a eternidade pode afetar a fé e a esperança até dos mais dedicados membros da Igreja. E sim, também no meu caso, namorar tem sido particularmente difícil.

O casamento sempre me pareceu uma grande aventura e anseio por ele desde muito jovem. Mas fiquei desanimado quando parecia que estava fracassando em meus namoros nos anos de faculdade. Embora tenha saído com muitas moças, tido vários relacionamentos sérios e conhecido mulheres talentosas e interessantes, não me casei. E para mim, aqueles relacionamentos fracassados pareciam um sinal de que eu era inferior e sem atrativos.

Meus sentimentos com relação à minha solteirice só pioraram depois de mais algumas rupturas quando comecei minha carreira. Foi fácil para mim perguntar o que estava errado comigo e o que estava certo com todo mundo que estava se casando. Minha bênção patriarcal, com várias bênçãos do sacerdócio, indicou expressamente e com veemência que eu seria selado na mortalidade com uma mulher virtuosa. Então, por que não estava acontecendo?

Comecei a questionar: “Será que fiz alguma coisa para atrapalhar o plano de Deus para mim?”

Por fim, depois de “lutar” diante de Deus durante anos por meio de oração, estudo das escrituras e frequência ao templo, recebi uma revelação a respeito de minha situação por meio de um terapeuta e amigo, Brad (o nome foi alterado). Durante uma de nossas sessões de aconselhamento, ele disse: “Sua felicidade depende de você e de mais ninguém. Quando você é feliz quando está solteiro, pode ser feliz em qualquer circunstância”. Da mesma forma, o presidente Russell M. Nelson ensinou: “A alegria que sentimos tem pouco a ver com as circunstâncias de nossa vida e tem tudo a ver com o enfoque de nossa vida” (“Alegria e sobrevivência espiritual”, *A Liahona*, novembro de 2016, p. 82).

Toda a minha perspectiva mudou quando o Espírito gravou essas palavras profundamente em minha alma. E percebi que eu sempre tinha namorado para preencher uma necessidade — no meu caso, a necessidade de estar casado simplesmente para não ficar sozinho.

Com certeza, essa não era uma maneira de pensar que levaria a uma amada companheira

eterna! Por meio de Brad, o Senhor gentilmente me ensinou que Seu plano para Seus filhos e Suas filhas não é se casarem com base em necessidade, pressão cultural ou medo. O casamento tem como base o amor cristão. Então, Ele me ensinou que minha condição de solteiro poderia continuar a me ensinar a viver a vida e buscar um casamento com base no amor puro e não na conveniência. Buscar um casamento pelos motivos certos.


Por meio dessa experiência, aprendi três verdades que pondero sempre que estou me sentindo desanimado sobre o namoro:

- 1. Seu valor não depende do seu estado civil.** Isaías ensinou que os “pensamentos [de Deus] não são os [nossos] pensamentos” (Isaías 55:8). Pensei que ser solteiro era um reflexo da minha falta de valor. No entanto, Deus me ajudou a ver que ser solteiro está me preparando para um casamento melhor do que poderia ter se tivesse me casado no tempo que estipulei. Nada tinha a ver com meu valor.
- 2. A preparação afugenta a ansiedade e a preocupação.** O Senhor nos garante que, “se [estivermos] preparados, não [temeremos]” (Doutrina e Convênios 38:30). Buscar e depois seguir a vontade de Deus me ajudou a superar os medos e as frustrações anteriores sobre meu estado civil. Também me ajudou a me concentrar em me preparar para o que cruzar meu caminho no futuro.
- 3. Existe alegria em ser solteiro.** Ser solteiro me abençoou com oportunidades de viagens emocionantes, desenvolvimento profissional e maneiras de servir na Igreja. Embora eu ainda deseje profundamente um casamento e filhos, Deus me ajudou a apreciar o quanto há para fazer em Seu reino agora, quer tenha uma companheira ao meu lado ou não.

Ainda não estou casado! Minha esposa não apareceu num passe de mágica após minha mudança de paradigma sobre o namoro e casamento, e sei que ainda ficarei frustrado às vezes com o namoro no futuro. Mas o medo e a ansiedade sobre meu estado civil se dissiparam. E agora sei que não há problema em estar solteiro enquanto eu e o Senhor unimos forças para alcançar as promessas e bênçãos eternas que Ele reservou para mim — tanto na mortalidade quanto na eternidade. ■



Landon Hawes é urbanista que viaja muito e que adora escrever, ler ótimos livros e conhecer o mundo. Você pode encontrá-lo em sua biblioteca local, apoiando seu time de beisebol no campo ou em uma trilha procurando lugares bonitos que ninguém pensou em contemplar antes.



Fofoa V., (à esquerda) 18 anos
Etuale V., (à direita) 16 anos, Savali, Samoa

Em nossa família, todos ajudam.

Fofoa: Nossa família acredita em trabalhar em conjunto. Meu irmão Etuale e eu recolhemos lenha para cozinhar. Também ajudamos a fazer comida para vender. Lembro-me de uma vez em que nossa família estava sem dinheiro para pagar uma conta de água cara, então todos nós fizemos nossa parte para ajudar. Minha irmã vendeu churrasco. Etuale e eu pegamos cocos e outros alimentos e depois ajudamos a vendê-los para arrecadar dinheiro. Ao fazermos um grande esforço familiar e confiarmos em Deus, conseguimos ter a água de volta.

Etuale: Deus me ajuda com tudo na vida. Ele me dá forças e me abençoa todos os dias. Adoro morar em Samoa. É muito tranquilo aqui. Meu maior sonho é servir missão de tempo integral! Quero oferecer meus dois anos a Deus.

JOVENS

NESTA SEÇÃO



52 Adquirir um testemunho mundo afora

Wilmer Amaya Munoz

54 Aniversário de 150 anos da organização das Moças

Irmã Bonnie H. Cordon

58 Moças: Comemorando 150 anos

Amanda Dunn

62 Perguntas e respostas: Depressão, racismo

64 A última palavra: Servir juntos com o poder do sacerdócio

Presidente M. Russell Ballard

FOTOGRAFIA: LESLIE NILSSON

Adquirir um testemunho mundo afora

Wilmer Amaya Munoz

Nasci na Espanha e morei lá por oito anos. Não íamos muito à igreja, por isso não fui batizado quando fiz 8 anos, mas era algo que queria muito. Um dia, perguntei aos meus pais por que não estávamos indo mais à igreja e por que não fui batizado.

Quando expliquei a eles meu desejo de ser batizado, o coração deles foi tocado e começamos a frequentar a igreja novamente. Foi ótimo. Minha mãe era um bom exemplo e uma inspiração para mim. Ela tinha um forte testemunho e lia as escrituras com frequência.

Tempos depois, mudamo-nos para a Venezuela, onde meu pai nasceu. Moramos lá por dois anos e, devido às dificuldades na economia, passamos por muitas provações. Mas havia coisas boas também. Adorava a comida e tinha familiares lá que estavam ansiosos para me conhecer. Eles eram pessoas muito humildes e todos nós fomos à igreja juntos e sentimos o Espírito.

Embora estivéssemos indo à igreja e eu sentisse o Espírito, sabia que faltava algo para mim e minha família. Eu sinceramente sentia que precisávamos ser selados como família eterna. Num domingo de manhã, o bispo convidou todos da congregação a ler o Livro de Mórmon antes do fim do ano. Sabia que isso ajudaria meus pais e a mim a viver o evangelho do Senhor mais plenamente. Pouco a pouco, ao



ILUSTRAÇÃO: PAULINE GRAYSON

Esta é a história de como me filiei à Igreja e minha família ficou ativa no evangelho.



lernos o Livro de Mórmon, o Salvador começou a nos dar mais conhecimento e bênçãos, e continuamos a ler as escrituras regularmente.

Em pouco tempo, fui batizado. Pude realmente sentir o Espírito em minha vida e meus pais também. Meu testemunho começou a aumentar mais. Mudamo-nos para a Flórida, EUA, e tivemos que fazer muitas mudanças e sacrifícios novamente, como quando deixamos a Espanha. Mas nosso testemunho estava ficando mais forte. Fomos à igreja todas as semanas e continuamos a ler as escrituras.

Depois de nos esforçar bastante e de ler muito as escrituras, orar e escolher o certo, desejamos ser selados como família eterna. Conversamos com nosso bispo e, embora tenha demorado um pouco, o dia finalmente chegou. Estávamos muito ansiosos para entrar no templo.

Tive a oportunidade de fazer batismos enquanto esperava meus pais terminarem as ordenanças do templo para si mesmos. Senti como se estivesse sendo batizado de novo. Estava muito feliz por poder ajudar as pessoas além do véu. Agora minha família e eu vamos ao templo todas as semanas. Faço batismos regularmente porque amo ajudar ali. Sou muito grato por ter conseguido ser selado aos meus pais no templo para a eternidade e ter a oportunidade de viver para sempre com eles. ■

O autor mora em Utah, EUA





O Pai Celestial tem um grande trabalho para vocês realizarem em preparação para a Segunda Vinda do Salvador.

ANIVERSÁRIO DE 150 ANOS

da

organização das Moças

Irmã Bonnie H. Cordon

Presidente geral das Moças

Quando penso em todas as coisas maravilhosas que o Pai Celestial fez para Seus filhos, meu coração se enche de total admiração e gratidão pelo quanto o Senhor ama Suas filhas. Ele ama VOCÊS!

E porque as ama, há 150 anos Ele inspirou os líderes da Igreja a criar a organização das Moças para ajudá-las a se tornarem as pessoas que Deus quer que se tornem. O profeta Brigham Young (1801–1877) incentivou-nos a fortalecer nosso testemunho vivendo o evangelho: “É necessário que as jovens filhas de Israel obtenham um testemunho vivo da verdade. (...) Desejo que nossas filhas adquiram conhecimento do evangelho por si mesmas”.¹ Ele também disse: “Mais testemunhos são obtidos de pé [prestando-os] do que de joelhos [orando]”.²

A organização das Moças foi adaptada através dos anos para atender às necessidades específicas de cada época. Mas, mesmo com o programa adaptado, o objetivo para as moças não mudou: ajudá-las a ganhar um testemunho vivo e, com fé, seguir adiante no caminho do

convênio. Quando souberem quem vocês são e agirem com fé, receberão as bênçãos que o Pai Celestial tem reservadas para vocês.

Classes das Moças ao longo dos anos

Quando a organização das Moças começou, chamava-se “Associação de Economia e Recato” com o objetivo de “progredir em tudo o que é bom e belo”. No início do século 20, passou a se chamar Associação de Melhoramentos Mútuos das Moças e as classes incluíam as moças de 12 a 24 anos. O nome das classes mudou com os anos e incluía meninas de acampamento, abelhinhas, guardiãs e ceifadoras. À medida que a Igreja crescia e as moças se reuniam em outros países e idiomas, houve todo um esforço de adaptação, com nomes como menina-moça se tornando “Rosenmädchen” (menina-rosa) em alemão, por exemplo.

Hoje, com moças em quase todos os países, as classes são organizadas de acordo com as necessidades de cada ala ou ramo, e todas são conhecidas pelo nome único de Moças.

Os requisitos para os programas das Moças também mudaram ao longo dos anos. À direita estão alguns deles.

Programa Crianças e Jovens

Ao analisar esses requisitos com olhos espirituais, vocês vão perceber que eles têm algo em comum. O passado e o presente se unem para ajudar as moças a se aproximarem de Jesus Cristo e se desenvolverem espiritual, intelectual, social e fisicamente.

Em 2019 um novo programa de desenvolvimento pessoal foi incluído, que as convida a serem autossuficientes e dependentes do Salvador. Vocês estão convidadas a buscar o Espírito Santo e estabelecer suas próprias metas ao se esforçarem para se tornarem mais semelhantes ao Salvador, Jesus Cristo! Amo a confiança que isso reflete em vocês, as extraordinárias moças de A Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias.

Com o apoio do seu bispado e das presidências das Moças, vocês também são lideradas por presidências de classes — suas colegas que são chamadas e designadas para planejar e implementar o programa das Moças. Existem mais de meio milhão de moças em todo o mundo hoje sendo lideradas por outras moças.

Todas as moças estão unidas por um tema, que inclui estes princípios fundamentais: você é uma filha amada de Pais Celestiais; é uma discípula de Jesus Cristo por convênio; busca e põe em prática revelação pessoal que recebe por meio do Espírito Santo e é



uma brilhante testemunha de Deus ao se esforçar para se tornar semelhante ao Salvador, Jesus Cristo, e ministrar a outras pessoas em Seu santo nome.

Vocês são amadas e necessárias!

Como filhas amadas de um Pai Celestial vivo e amoroso, vocês foram preparadas de maneira única para serem “[salvadoras] no Monte Sião”.³ Como disse o presidente Russell M. Nelson: “E todos [os profetas] falaram sobre os *nossos* dias, quando Israel seria reunida e o mundo preparado para a Segunda Vinda do Salvador. Pensem nisso! Considerando todas as pessoas que já viveram no planeta Terra, *nós* somos os que farão parte deste último grande evento de coligação”.⁴

Este é um convite sagrado para participarem do trabalho de templo e história da família, servirem em posições de liderança, ministrarem a suas queridas irmãs e compartilharem seu testemunho com familiares e amigos. Vocês são amadas e necessárias!

Queridas amigas, o Pai Celestial tem um grande trabalho para vocês realizarem em preparação para a Segunda Vinda do Salvador Jesus Cristo! Vocês são uma parte essencial dessa obra. Ele as ama; Ele quer que vocês façam parte de Seu trabalho; Ele confia em vocês!

Adiciono minha fé e confiança em vocês à do nosso querido profeta, presidente Nelson, que declarou: “Vocês estão entre os melhores que o Senhor *já* enviou a este mundo. Vocês têm a capacidade de ser mais inteligentes e sábios e exercer uma influência maior no mundo

do que qualquer geração anterior!”⁵

Oro para que vocês deixem que as palavras do tema das Moças penetrem profundamente em seu coração e que mergulhem de cabeça no novo programa, aproveitando todas as oportunidades de se aproximarem mais do Salvador e aprenderem mais sobre Ele. Tornem-se as pessoas que Ele quer que vocês sejam. Sei que, ao fazerem isso, sua vida será repleta de oportunidades de compartilhar Sua luz e Seu amor com familiares, amigos e todas as pessoas ao seu redor. Ao se esforçarem para

seguir-Lo, seu testemunho se tornará firme e inabalável. ■

NOTAS

1. Brigham Young, em *A Century of Sisterhood: Chronological Collage, 1869–1969*, 1969, p. 8.
2. Brigham Young, em Susa Young Gates, *History of the Young Ladies' Mutual Improvement Association of the Church of Jesus Christ of Latter-day Saints from November 1869 to June 1910*, 1911, p. 9.
3. Quentin L. Cook, Conferência Geral de Abril de 2014, *A Liahona*, maio de 2014, p. 48.
4. Russell M. Nelson, “Juventude da promessa”, devocional mundial para os jovens, 3 de junho de 2018, p. 8, HopeofIsrael.ChurchofJesusChrist.org.
5. Russell M. Nelson, “Juventude da promessa”, p. 17.



Moças

CELEBRANDO 150 ANOS

Amanda Dunn

Revistas da Igreja

A organização das Moças está fazendo 150 anos este ano e é hora de comemorar! Confira estes fatos sobre como a organização evoluiu de 1870 até hoje, o que jovens como você estão fazendo para participar das Moças agora e como você pode ser inspirada por mulheres da história que demonstraram coragem e fé.

1870–1920



Nome: O Departamento das Moças da Associação Cooperativa de Economia e Recato é oficialmente organizado em 27 de maio de 1870, sob a direção de Brigham Young.¹ O nome muda para Young Ladies' Mutual Improvement Association [Associação de Melhoramentos Mútuos das Moças] em 1877.²

Organização e classes: O programa das abelhinhas é criado como um programa de verão para meninas a partir de 14 anos.



Aperfeiçoamento e reconhecimento: O manual das abelhinhas é publicado em 1915, indicando sete “campos” de aperfeiçoamento pessoal: religião, lar, saúde, artes domésticas, atividades ao ar livre, negócios e serviço público.³

Revistas e periódicos: A primeira edição do *Young Woman's Journal* é publicada em 1889.⁴ Muitas Associações de Melhoramentos Mútuos (ou AMM) produzem seus próprios jornais locais manuscritos com apenas um ou dois exemplares para as moças distribuírem.

1920–1970



Nome: O nome The Young Ladies' Mutual Improvement Association muda para Young Women's Mutual Improvement Association [Associação de Melhoramentos Mútuos das Moças] em 1934.⁵

Organização e classes: Há duas classes, abelhinhas para moças mais jovens e ceifadoras para moças mais velhas. A idade para entrar no programa passa de 14 para 12 anos. Em 1950 é instituída a classe das meninas-moças.



Aperfeiçoamento e reconhecimento: O broche Golden Gleaner marca o maior reconhecimento que as moças podem receber no programa.

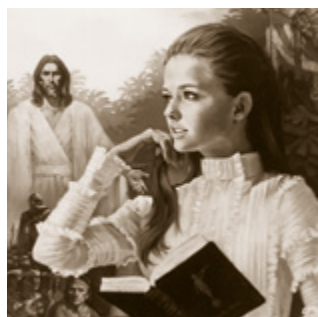




1970–2019



Revistas e periódicos:
O *Young Woman's Journal* se incorpora à revista *Improvement Era* para todos os jovens em 1929.⁶



Nome: A Associação de Melhoramentos Mútuos das Moças muda para organização das Moças em 1974.⁷



Organização e classes:
Em 1972, a organização das Moças possui três classes: abelhinhas (12 e 13 anos), meninas-moças (14 e 15 anos) e lauréis (16 e 17 anos). No início de 2019, as moças entram para as abelhinhas em janeiro do ano em que completam 12 anos.

Aperfeiçoamento e reconhecimento: O programa e o medalhão Progresso Pessoal são apresentados em 1977. Os valores da Moças de fé, natureza divina, valor individual, conhecimento, escolhas e responsabilidades, boas obras e integridade foram acrescentados em 1987.⁸ O valor virtude foi acrescentado em 2008.⁹

Revistas e periódicos:
A revista *New Era* para os jovens inicia sua publicação em inglês em 1971 e a *Liahona* traz artigos para os jovens em muitos idiomas.¹⁰





Curiosidades

1. O manual das abelhinhas de 1915 dava às moças mais de 300 opções diferentes de atividades. Alguns desses projetos incluíam cuidar de uma colmeia por toda uma estação, manter a casa sem moscas por duas semanas ou arrancar artemísias de pelo menos meio acre de um terreno.¹²



2020



Nome: O nome continua organização das Moças.

Organização e classes: As classes são organizadas em cada ala ou ramo de acordo com suas necessidades e são identificadas pelo nome único de “Moças” (por exemplo, “Moças 12”, “Moças 12 a 15” ou apenas “Moças” caso todas se reúnam em uma só classe).



Aperfeiçoamento e reconhecimento: O programa Crianças e Jovens substitui o Progresso Pessoal. O novo programa incentiva oportunidades personalizadas de crescimento nas áreas de desenvolvimento pessoal, aprendizado do evangelho, serviço e atividades.¹¹



Revistas e periódicos:

A revista *New Era* para jovens se aproxima de seu 50º aniversário. ■

NOTAS

1. Ver “Cronologia da história das Moças”, history.ChurchofJesusChrist.org/landing/a-brief-timeline-of-young-women-history
2. Ver “Young Women’s Timeline”, *Recursos de estudo para mulheres mórmons*, Biblioteca Harold B. Lee, Universidade Brigham Young, Provo, Utah, mormonwomen.lib.byu.edu/young-womens-portal/young-women-timeline.
3. Ver “História do reconhecimento das Moças”, history.ChurchofJesusChrist.org.
4. Ver “Young Women’s Timeline”.
5. Ver “Young Women’s Timeline”.
6. Ver “Young Women’s Timeline”.
7. Ver “Young Women’s Timeline”.
8. Ver “Young Women’s Timeline”.
9. Ver “New Young Women Value: Virtue”, 9 de dezembro de 2008, thechurchnews.com.
10. Ver “Young Women’s Timeline”.
11. Ver ChildrenandYouth.ChurchofJesusChrist.org.
12. Ver “História do reconhecimento das Moças”.
13. Ver “História do reconhecimento das Moças”.
14. Ver “Moças: Classes e símbolos”, ChurchofJesusChrist.org/young-women/personal-progress.
15. Ver “História do reconhecimento das Moças”.
16. Ver “The Annual Report of the Church”, *Ensign*, julho de 1972, pp. 131–133.
17. Ver “Worldwide Statistics”, newsroom.ChurchofJesusChrist.org/facts-and-statistics.



2. As primeiras abelhinhas usavam uniformes desenhados pela associação local e em 1922 as cores oficiais da Associação de Melhoramentos Mútuos mudaram para dourado e verde.¹³



3. O nome abelhinha veio dos pioneiros, que viam as abelhas como um símbolo de trabalho e harmonia. Menina-moça (em inglês Mia Maid) veio da sigla em inglês da Associação de Melhoramentos Mútuos, MIA. O nome laurel se refere à coroa feita de folhas de louro, que significa honra e vitória.¹⁴



4. Da década de 1940 à de 1960, as moças podiam ganhar emblemas que costuravam em uma faixa de feltro chamada "bandelo", que usavam no peito. Um requisito para ganhar um emblema era "[esforçar-se] para conseguir seu sono completo de beleza de nove horas todas as noites durante este mês".¹⁵



5. O número total de membros da Igreja aumentou de 110 mil em 1870¹⁶ para mais de 16 milhões em 2020¹⁷ — imagine quantas moças existem em todo o mundo agora!

A mão amiga de Haven

Haven, uma jovem de 14 anos de Utah, EUA, resolveu comemorar o fato de ser uma moça da Igreja servindo ao próximo.

"Começou como uma pequena ideia", explica ela. "Meu tio foi para Bangladesh em uma viagem humanitária e tomou conhecimento das dificuldades que as pessoas dali estavam enfrentando. Eu queria ajudá-los, então olhei no aplicativo JustServe e tive a ideia de fazer kits caseiros para os refugiados de lá."

Haven coletou doações na escola, criou uma página no site GoFundMe e até tirou o lixo dos vizinhos para ajudar a arrecadar dinheiro para os kits. "Tiro cerca de 22 latas de lixo e 11 de recicláveis todas as segundas e terças-feiras", comenta ela. "Geralmente o dinheiro que ganho vai para o meu programa de coro e as economias para a missão, mas naquele mês decidi usar minha verba para ajudar a comprar materiais."

Em seguida, Haven saiu para comprar todos os materiais necessários para os kits, inclusive meias, luvas, cachecóis e chapéus. Montou cada kit e também entrou em contato com o diretor do Lifting Hands International para coordenar a entrega dos kits em Bangladesh.

"A montagem dos kits foi a parte mais demorada do meu projeto. Mas, toda vez que eu colocava uma peça dentro do kit, sabia que iria para alguém necessitado e que essa pessoa seria abençoada por muito tempo por ela."



No final do projeto, Haven sentiu sua confiança aumentar em sua capacidade de servir. "Aprendi com isso o quanto posso ajudar se me esforçar ao máximo. Também senti compaixão pelas pessoas que eu estava auxiliando, o que aumentou minha proximidade do Salvador e me ajudou a sentir um pouco do que Ele sente por nós."

Ao comemorarmos o aniversário da organização das Moças, cada uma de nós pode se lembrar de que somos exemplos de Cristo. Assim como Haven, podemos ser uma grande ajuda para o próximo quando fazemos nossos melhores esforços para servir como Ele serviria. ■

Como posso ajudar meus amigos que parecem deprimidos?



“Então, qual é a melhor maneira de reagir quando nós ou nossos entes queridos enfrentamos problemas mentais ou emocionais? Acima de tudo, nunca perca a fé no Pai Celestial, que nos ama mais do que podemos compreender. (...)

Além do que vocês forem ou não capazes de prover, ofereçam suas orações e seu ‘amor não fingido.’”

Élder Jeffrey R. Holland, do Quórum dos Doze Apóstolos, “Como um vaso quebrado”, *A Liahona*, novembro de 2013, p. 41.



Convide-os a estar com você

Chame-os para fazer coisas divertidas com você. Não desanime se eles não reagirem da maneira que

você deseja. Às vezes o simples convite para alguma coisa ou até mesmo o fato de saber que você quer estar com eles vai animá-los.

Alyssa F., 16 anos, Washington, EUA



Tranquilize-os

Quando estou com amigos deprimidos, não faço pouco caso de seus problemas, mas ajudo a aliviar suas dificuldades. Tento

tranquilizá-los e ser amável com eles. Dou-lhes oportunidades de desabafar e expressar suas frustrações.

Angbo K., 18 anos, Costa do Marfim

Não se deixe envolver

A melhor maneira de ajudá-los, e a si mesmo, é sendo sincero. Diga coisas que lhe dão alegria. Se você mesmo estiver com dificuldade para ficar feliz, diga-lhes que está disposto a ajudá-los, mas cuide de si mesmo. É melhor para você ficar bem do que cair em depressão também.

Kira W., 16 anos, Kansas, EUA



Pense positivo

Você pode ser otimista perto de amigos que parecem deprimidos pensando em coisas positivas que tenha vivenciado ou vai vivenciar em breve em sua vida. Simplesmente pense nas coisas de que você gosta, como experiências engraçadas.

Luke P., 14 anos, Novo México, EUA

Lembre-os das coisas boas

Quando tenho um amigo que está deprimido, tento conversar com ele sobre coisas pelas quais se interessa, assim ele pode se lembrar de algumas coisas boas sobre o dia ou a vida dele. Às vezes tento fazê-lo rir ou elogiá-lo para que se sintam bem e às vezes lhe peço que faça algo importante para que saiba que tem um propósito.

Carson D., 15 anos, Texas, EUA

Nota do editor: As sugestões oferecidas aqui são úteis, mas talvez não ajudem imediatamente nem curem alguém com depressão. A ajuda profissional pode ser necessária em casos mais graves.

As respostas podem ser editadas por motivo de espaço ou clareza. As respostas publicadas visam a ser auxílios e pontos de vista, não pronunciamentos doutrinários oficiais da Igreja.

O que você acha?

“Como faço para tirar da mente a linguagem impura que escuto?”

Envie por e-mail sua resposta e, se desejar, uma fotografia de alta resolução até 15 de julho de 2020, para liahona@ChurchofJesusChrist.org.



Qual é a posição da Igreja sobre o racismo?

Acreditamos que Deus é o Pai de toda a humanidade e que Ele “não repudia quem quer que o procure, negro e branco (...); e todos são iguais perante Deus” (2 Néfi 26:33). Como todos são iguais perante Deus, cremos que nenhuma pessoa tem o direito de afirmar ser superior a outra devido a sua origem racial ou étnica. Além disso, acreditamos ser pecado menosprezar, denegrir ou discriminar os outros por causa de sua raça.

Os profetas e apóstolos atuais têm condenado o racismo com a maior veemência possível. Por exemplo:

- Presidente Gordon B. Hinckley (1910–2008): “Nenhuma pessoa que faça comentários depreciativos a respeito de outras raças pode se considerar um verdadeiro discípulo de Cristo; nem tampouco pode achar que está agindo de acordo com os ensinamentos da Igreja de Cristo”.¹
- Presidente M. Russell Ballard, presidente em exercício do Quórum dos Doze Apóstolos: “Precisamos ter compaixão pelos filhos de Deus e eliminar qualquer preconceito, seja de raça, gênero ou nacionalidade”.²
- Presidente Dallin H. Oaks, primeiro conselheiro na Primeira Presidência: “O racismo provavelmente é a fonte mais conhecida de preconceito hoje em dia, e somos convidados a nos arrepender”.³

NOTAS

1. Gordon B. Hinckley, “A necessidade de mais bondade”, *A Liahona*, maio de 2006, p. 58.
2. M. Russell Ballard, “A jornada continua!”, *A Liahona*, novembro de 2017, p. 106.
3. Dallin H. Oaks, “Motivo de celebração”, *Liahona*, dezembro de 2018, p. 49.

Servir juntos com o poder do sacerdócio

Presidente M. Russell Ballard
Presidente em exercício do Quórum dos Doze Apóstolos

Há alguns anos, minha mulher, Barbara, e eu olhamos com assombro para o céu certa noite. Milhões de estrelas pareciam excepcionalmente brilhantes e belas. Abri então a Pérola de Grande Valor e li o que o Senhor Deus disse a Moisés: “E mundos incontáveis criei; e também os criei para meu próprio intento; e criei-os por meio do Filho, o qual é meu Unigênito” (Moisés 1:33).

O poder que criou os céus e a Terra é o sacerdócio. A fonte desse poder do sacerdócio é o Deus Todo-Poderoso e Seu Filho, Jesus Cristo. É o poder que o Salvador usou para realizar milagres, oferecer uma Expição infinita e vencer a morte física por meio da Ressurreição.

No plano do Pai Celestial, os homens têm a responsabilidade especial de administrar o sacerdócio, mas não são o sacerdócio. É essencial que compreendamos que o Pai Celestial proveu um meio para que todos os Seus filhos e Suas filhas tenham acesso às bênçãos do poder do sacerdócio e sejam fortalecidos por ele.

O mesmo poder do sacerdócio que criou mundos, galáxias e o universo pode e deve ser parte de nossa vida para consolar, fortalecer e abençoar nossos familiares, amigos e vizinhos — em outras palavras, para fazer as coisas que o Salvador faria se estivesse ministrando entre nós hoje (ver Doutrina e Convênios 81:5).

O principal propósito desse poder do sacerdócio é o de nosabençoar, santificar e purificar para assim podermos viver com nossa família na presença de nossos pais celestiais para sempre. Dessa maneira, todos os homens, mulheres e crianças — sejam quais forem nossas circunstâncias — podem participar da obra maravilhosa de Deus e Jesus Cristo (ver Moisés 1:39) e desfrutar das bênçãos do sacerdócio.

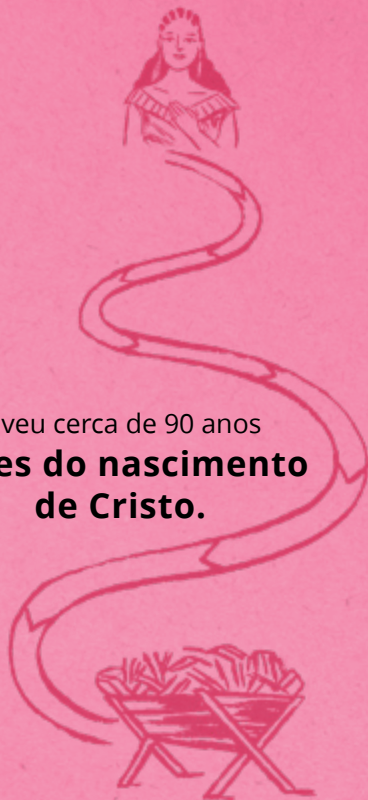
Sejamos sábios e busquemos força em nossa própria vida, na vida de nossos familiares e em A Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias por meio do poder do sacerdócio de Deus. ■

Extraído de um discurso da Conferência Geral de Abril de 2013.

Abis

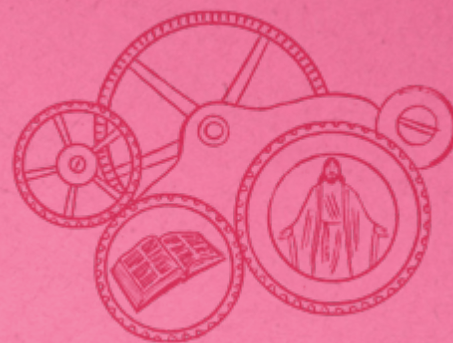


Viveu cerca de 90 anos
**antes do nascimento
de Cristo.**



Foi **convertida ao
evangelho** graças a
“uma notável visão de seu pai”
(Alma 19:16).

Suas ações ajudaram a
**converter muitos
lamanitas.**



**Manteve
sua fé em segredo**
até chegar o momento certo.



Era uma
mulher
lamanita que
**servia à
rainha.**



**ESTRESSADO POR
ESTAR SOLTEIRO?**

*Leia experiências de outros
jovens adultos sobre como
eliminaram o estresse na busca
de um companheiro eterno.*

42



MOÇAS

**CELEBRAÇÃO
DOS 150 ANOS**

54, 58

JOVENS

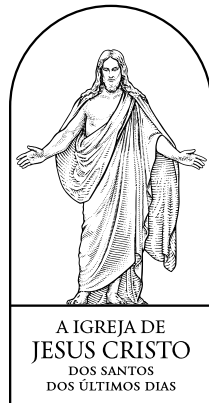
**AJUDAR OS
AMIGOS QUE ESTÃO
DEPRIMIDOS**

62

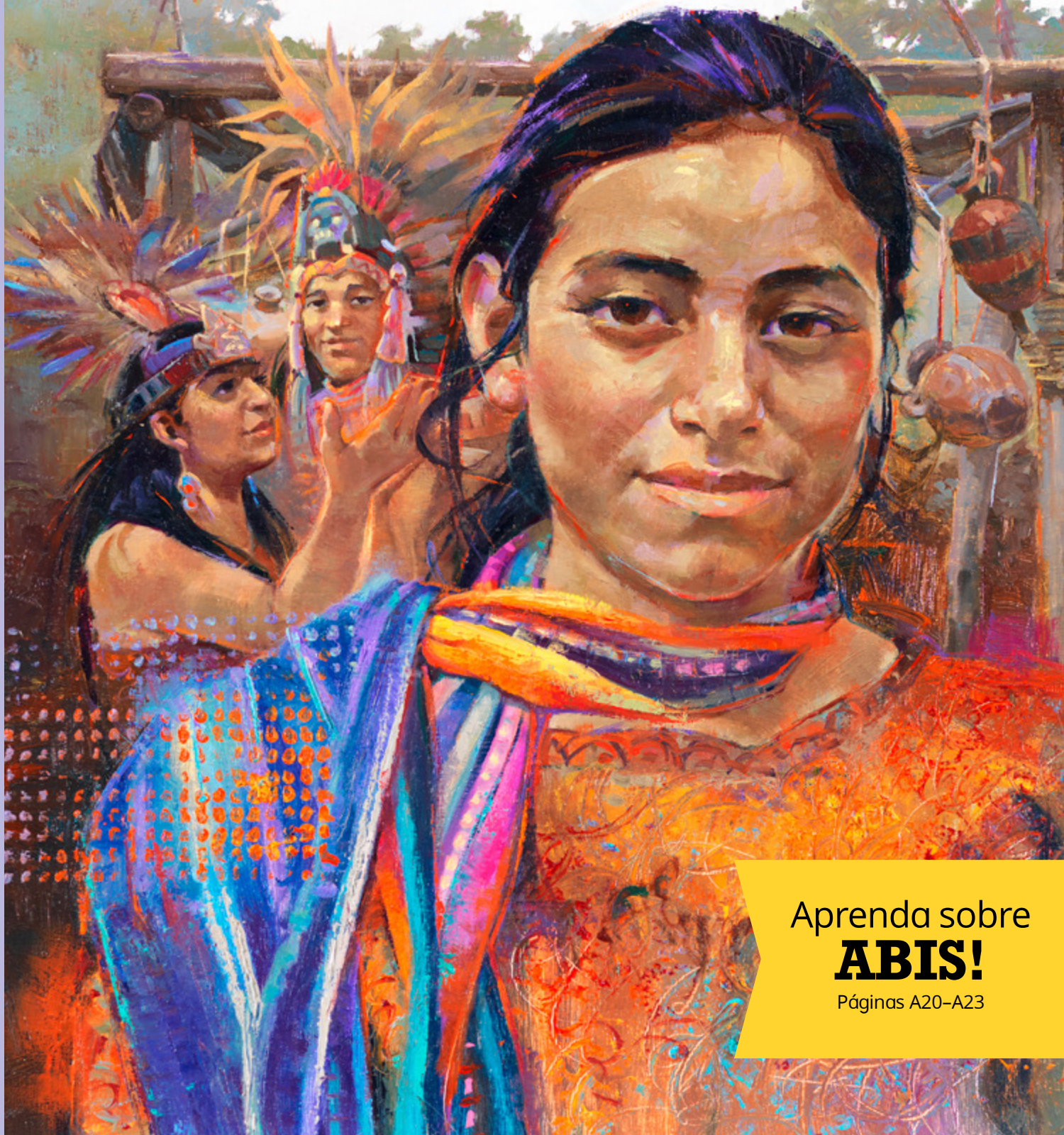
CRIANÇAS

**BRINQUE COM ESSE
JOGO DE FORMAR
PARES DO LIVRO
DE MÓRMON**

A12



Meu Amigo



Aprenda sobre

ABIS!

Páginas A20–A23



**Presidente
Henry B. Eyring**
Segundo conse-
lheiro na Primeira
Presidência

O testemunho e o Livro de Mórmon

Cada vez que leio algumas linhas
que sejam do Livro de Mórmon,
meu testemunho se fortalece e
sinto que o livro é verdadeiro,
que Jesus é o Cristo e
que podemos segui-Lo de volta ao lar.
Para mim ele tem sido o livro dos livros.
É a palavra de Deus.



*Adaptado de "The Book of Mormon as a Personal
Guide", Ensign, setembro de 2010, pp. 4–6.*



Seu próprio testemunho

Um testemunho é um bom sentimento vindo do Espírito Santo e que nos diz que algo é verdadeiro. Você não é jovem demais para ter um testemunho. Recorte as tiras e as coloque em um pote ou recipiente para escolher uma por dia. Quando sentir um testemunho no coração, fale com alguém a respeito dele!

Cante "O amor do Salvador"
(*Músicas para Crianças*, pp. 42–43).

Cante "Getsêmani"
(*Liahona*, março de 2018, pp. 74–75).

Olhe a gravura do templo.

Ouçá um discurso do
presidente Russell M. Nelson.

Olhe a gravura de Jesus ou assista
a um vídeo da Bíblia sobre Ele.

Ore ao Pai Celestial e ouça os
sentimentos vindos do Espírito Santo.

"Banqueteai-vos com as palavras de Cristo; (...) as palavras de Cristo
vos dirão todas as coisas que deveis fazer" (2 Néfi 32:3).

Sinto o Espírito Santo quando...

Oro ao Pai Celestial.



Penso no templo.



Ajudo as pessoas.



Quando você sentiu
um testemunho do
Espírito Santo?

A oração de Kelly

Lori Fuller Sosa

Revistas da Igreja
(Inspirado numa
história verdadeira)

Kelly e sua mãe andaram até a capela e olharam em volta. O prédio era bonito, com palmeiras balançando ao vento do lado de fora. Na placa da frente, estava escrito: “A Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias”. Em três idiomas diferentes: malaio, chinês e inglês!

Kelly não sabia muita coisa sobre Jesus Cristo. E nunca tido ido à igreja antes. A amiga de sua mãe, Li Leen, frequentava a igreja ali. Ela convidou Kelly e sua mãe para irem com ela.

Quando entraram, as pessoas sorriram e as cumprimentaram. Todos foram muito simpáticos. Kelly e a mãe seguiram Li Leen escada acima até um grande salão. Li Leen disse que o chamavam de capela.

Kelly se sentou ao lado da mãe e de Li Leen em uma fileira de cadeiras e logo a reunião começou. Ela ouviu a música. Gostou do sentimento que teve mesmo sem conhecer a letra.

Ao final da reunião, uma mulher se levantou e fez uma oração. Kelly olhou ao redor e viu todos cruzarem os braços e fecharem os olhos. Ela ainda sentia algo muito bom no coração. O que *era*? Era diferente de tudo que já tinha sentido antes.

Mais tarde, quando saíram da igreja, Kelly contou à mãe o sentimento que teve durante a oração.



“Bem”, disse a mãe, “não senti nada de especial”.

Mas Kelly continuou pensando sobre como se sentiu na igreja. Ela gostou da oração. E gostou de ouvir sobre Jesus.

“Os missionários podem me ensinar?”, Kelly perguntou à mãe. “Quero aprender mais.”

“Se é o que você quer fazer, por mim, tudo bem”, a mãe respondeu.

Os missionários ensinaram Kelly a orar e a ler as escrituras. Eles a ensinaram sobre Jesus e como Ele nos ama. Kelly gostava do que aprendia.

Um dia os missionários fizeram a ela um desafio especial.

“Você pode tentar orar durante a semana?”, pediu o élder Parker.

Até aquele momento, Kelly só tinha orado com os missionários. Mas ela queria tentar orar sozinha. Ela sabia que o Pai Celestial estava sempre ouvindo e que Ele queria ouvir a oração dela.

“Farei isso”, ela prometeu.

No dia seguinte na escola, aconteceria algo especial. Kelly ia cantar em uma competição! Ela havia aprendido uma nova canção chinesa que era muito linda. Aprender as notas e os tons foi bem difícil. Ela ensaiou muito.

Agora era a hora de se apresentar e Kelly estava nervosa. Ela tirou a gravura de Jesus que havia colocado no bolso do uniforme escolar naquela manhã. E decidiu orar, como os missionários lhe mostraram. “Pai Celestial, por favor, ajuda-me a não ficar nervosa”, ela orou. “Em nome de Jesus Cristo. Amém.”

Depois Kelly pisou no palco. Ficou parada em frente ao público e aos jurados. Pensou na gravura de Jesus em seu bolso e se sentiu um pouco melhor. Respirou fundo e começou a cantar.

Cantou toda a música como tinha ensaiado. Quando cantou a última nota e se curvou para agradecer, sabia que o Pai Celestial tinha ouvido sua oração e a havia ajudado.

Com um sorriso, Kelly saiu do palco. Mal podia esperar para contar aos missionários o que tinha acontecido. Ela sabia que queria continuar orando todos os dias. ●





Saudações da Alemanha!

**Olá!
Somos Margo
e Paolo.
Venha conosco
visitar a Alemanha!**



A Alemanha (*Deutschland*, em alemão) é um país da Europa central. Ela tem florestas e rios, montanhas e praias, vilarejos e grandes cidades. Aproximadamente 13 milhões de crianças moram na Alemanha.

O país tem cerca de 20 mil castelos. Muitos têm centenas de anos. Este é um castelo famoso e se chama Neuschwanstein.



Chucrute (repolho fermentado), linguiças e *Spätzle* (um tipo de macarrão) são comidas populares da Alemanha.



Há dois templos no país. Um fica em Freiberg e o outro, em Frankfurt, onde este menino está. Na placa está escrito: "*Tempel der Kirche Jesu Christi der Heiligen der Letzten Tage*" (Templo de A Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias).



As meninas e os meninos gostam muito de participar da Primária.



A Alemanha é famosa por seus mercados natalinos. As famílias gostam de olhar as lindas luzes de Natal e comer doces gostosos!



Este é o *Guia das Crianças* em alemão. As crianças da Alemanha usam o guia para aprender e se desenvolver. Como você está usando seu guia onde mora?

Conheça alguns de nossos amigos da Alemanha!



Obrigado por conhecer um pouco da Alemanha conosco. Até a próxima!

No primeiro dia de aula da escola fundamental, cada criança recebe uma mochila (Satchel, em alemão), um estojo e um "cone escolar" (Schultüte ou Zuckertüte) cheio de doces e presentinhos.



Minha história favorita do Livro de Mórmon é quando Cristo visita e ensina as pessoas. Quero seguir o mandamento de Cristo de não julgar. Quanto mais leio sobre os ensinamentos do Salvador, mais sinto Seu amor e Sua paz.

Lelia A., 10 anos, Francônia, Alemanha



Sei que, ao guardar os mandamentos, tenho a certeza e a segurança de permanecer no caminho que leva a Deus. Posso sempre saber que agi certo quando sinto o Espírito Santo.

Kaleb A., 12 anos, Francônia, Alemanha

**Você é da Alemanha?
Escreva para nós! Gostaríamos muito de receber notícias suas.**

Nadar como um cavalo-marinho

David Dickson

Revistas da Igreja
(Inspirado numa história verídica)

“O Espírito Santo (...) vos mostrará todas as coisas que deveis fazer” (2 Néfi 32:5).

Robin olhava fixamente para a piscina. Ele tentava não pensar no quanto teria que nadar. Tudo o que importava era ganhar o emblema. O distintivo *Seepferdchen* (cavalo-marinho) mostraria a todos na Alemanha que ele sabia nadar sozinho.

Vou dar conta!, pensou Robin. Ele respirou fundo e saltou.

TCHIBUM!

A água fria estava ótima naquele dia tão quente.

Nade um metro de cada vez, o pai lhe dissera. Não pense em todos os 25 metros no início.

Robin manteve a cabeça abaixada. Ele movia os braços e as pernas da maneira que havia treinado por meses. Com alguns segundos de intervalo, ele levantava a cabeça para respirar.

Mover os pés. Mover os braços. Mover os pés. Mover os braços.

De repente, a professora de natação apitou. Robin ergueu o olhar, surpreso.

“Terminou”, anunciou a professora. Ele conseguiu!

Robin riu e deu cambalhotas dentro da água para comemorar. Ele era um cavalo-marinho!

Quando chegou à casa, correu para encontrar o pai.

“Pai, olhe!”

O pai de Robin colocou o martelo de lado. Assim que o pai viu o emblema *Seepferdchen*, abriu um largo sorriso.

“Na primeira tentativa?” O pai deu um grande abraço em Robin. “O que você quer fazer para comemorar?”



Robin pensou um pouco. “O que mais quero é ir à piscina com você. Quero lhe mostrar o que sei fazer.”

O pai sorriu ainda mais. “Ótimo, seria uma comemoração e *tanto* para nós dois. Assim que tiver um tempo livre, iremos.”

Robin pulou de alegria. Mal podia esperar para ver o emblema costurado em sua sunga e nadar com o pai.

Alguns dias se passaram. Robin continuava a perguntar sobre a piscina, mas algo sempre impedia que fossem. O pai parecia muito ocupado.

Certa manhã, Robin se ajoelhou perto da cama para orar. No final da oração, pediu mais uma coisa.

“Por favor, dê a meu pai tempo livre para podermos ir à piscina. Em nome de Jesus Cristo. Amém.”

Assim que Robin abriu os olhos, ouviu o pai bater à porta.

“Vamos para a piscina. Quero ver você em ação!”

Robin ficou surpreso. “Pai! Você não vai acreditar. *Acabei de orar* para você conseguir tempo livre para irmos nadar.”

O pai cruzou os braços e se encostou no batente da porta. “Não é interessante? Sabe, *eu* acabei de ouvir uma mensagem clara e mansa do Espírito Santo de que precisava levar você à piscina. Parece que é melhor irmos agora!”

Fizeram um ótimo passeio. Robin mostrou ao pai que conseguia nadar 25 metros sem parar. O pai ficou impressionado. E Robin mais ainda com as cambalhotas do pai debaixo da água. O pai conseguia fazer cinco seguidas!

“Estou feliz porque o Pai Celestial lhe deu tempo de sobra hoje”, disse Robin.

“Na verdade”, comentou o pai, “acho que eu estava pegando trabalho de mais. Acredito que o Espírito Santo me lembrou de que temos que *reservar* tempo um para o outro, não acha? Prometo fazer minha parte”.

Robin sorriu. “Eu também!”

O pai sorriu. “Mais uma coisa. Já lhe contei que nunca perdi uma luta na água?”

Robin deu uma risada. “O dia ainda não acabou!” ●

Esta história se passa na Alemanha. Leia mais sobre a Alemanha nas páginas A6-A7.



Complete o padrão

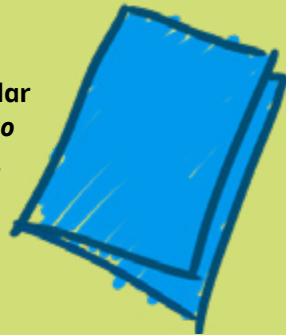
Aqui estão quatro maneiras de convidar as pessoas a aprender sobre o evangelho.
Faça desenhos nos espaços em branco para completar o padrão de cada fileira.

Convide um amigo para ouvir você dar um discurso na Primária.

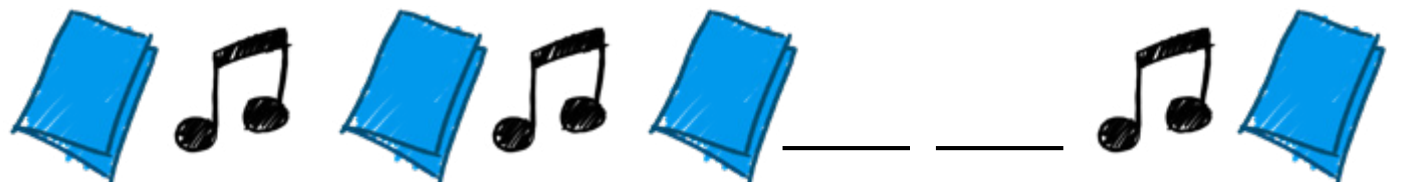


Ensine a um amigo sua música favorita da Primária e depois cantem juntos.

Dê um exemplar da revista *Meu Amigo* de presente.



Diga a uma pessoa o quanto Deus e Jesus a amam.



Mostrar e contar



Quando era mais nova, tive uma doença de pele. Todo dia eu orava ao Pai Celestial para me curar. Aprendi a ser

paciente e, cinco anos depois, estava curada. Sei que o Pai Celestial ouviu nossas orações.

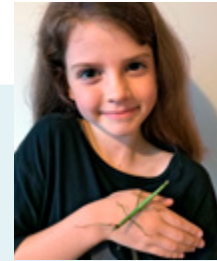
**Juyoung K., 12 anos,
Gyeonggi, Coreia do Sul**



Airmãzinha de minha amiga tem medo de cães. Quando alguns cachorros se aproximaram de nós, eu os

espantei para que ela não ficasse assustada.

**Hyrum F., 7 anos,
Maputo, Moçambique**



Gosto de ter os insetos chamados bichos-pau como animais de estimação. Um deles ficou muito doente. Fiz uma

oração para que se recuperasse. Na manhã seguinte, olhei sua gaiola e ele estava muito bem. Sei que o Pai Celestial ouviu minha oração.

**Tahnee C., 8 anos,
Wellington, Nova Zelândia**



Meu pai teve um derrame cerebral e foi hospitalizado quando eu tinha 7 anos. Ele ainda estava internado quando fiz 8 anos. Decidi esperar meu pai receber alta para ser batizado e confirmado. Foi um dos dias mais felizes de minha vida.

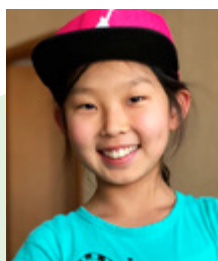
**William M., 9 anos,
Queensland, Austrália**



Miguel T., 7 anos, Nuevo León, México



**"Crianças em todo o mundo",
Alexia W., 10 anos,
Heredia, Costa Rica**



Quando comecei a frequentar a escola, alguns alunos gostavam de histórias assustadoras. Eles me contaram uma história que me deixava morrendo de medo na hora de dormir. Certa noite, decidi orar ao Pai Celestial para tirar aquilo de minha mente e Ele me ajudou a dormir bem todas as noites. Foi quando percebi que posso orar a Ele em qualquer lugar e a qualquer momento.

Enerel T., 11 anos, Ulan Bator, Mongólia

**Não
sou eu!**

**Não
sou eu!**

**Não
sou eu!**

**Não
sou eu!**

**Não
sou eu!**

**Não
sou eu!**

**Não
sou eu!**

**Não
sou eu!**

**Não
sou eu!**

**Não
sou eu!**

**Não
sou eu!**

**Não
sou eu!**

Quem sou eu?

Este é um jogo para brincar com a família ou os amigos. Quantas pessoas do livro de Alma você consegue identificar?

1. Recorte os botões “Não sou eu!” do lado esquerdo e os cartões da página A15. Não recorte as figuras à direita.
2. Para começar a jogar, pegue um dos cartões da página A15. Não mostre a ninguém o cartão que pegou! O resto do grupo vai tentar descobrir.
3. Para descobrir o cartão misterioso, o grupo olha as figuras da página A13. Depois eles se revezam para fazer perguntas de resposta sim ou não sobre como é a pessoa no cartão ou o que ela fez.
4. Quando os participantes do grupo descobrirem algo que restrinja quem é a pessoa misteriosa, podem usar os botões “Não sou eu!” para cobrir as figuras eliminadas. Por exemplo, se eles perguntarem: “A pessoa tem cabelo castanho?” e o participante com o cartão disser não, os outros participantes colocam os botões “Não sou eu!” em todos que tiverem cabelos castanhos.
5. Depois que descobrirem quem é a pessoa misteriosa, leia a história no cartão em voz alta para o grupo. Depois, joguem de novo, recolhendo os botões e com outro participante tirando um novo cartão.

Dica: antes de começarem, vocês podem ler todas as histórias da página A15 em voz alta para que todos se lembrem delas!



Alma, o Filho



Amon



Ânti-néfi-leítas



Rainha



Rei Lamôni



Abis



Aarão



Corior



Amaliquias



Capitão Morôni



Serva



Jovens guerreiros



Élder
Gary B. Sabin
Dos setenta

Ninguém foi deixado de fora

“Sede todos de um mesmo sentimento, compassivos [uns com os outros]” (1 Pedro 3:8).

Nosso filho Justin cresceu com uma doença difícil. Às vezes ficava muito fraco. Nem sempre conseguia fazer as coisas como todo mundo mesmo que tentasse. Ele sabia como era se sentir diferente.

Certo dia Justin e os amigos se reuniram para jogar. Eles tinham que acertar a bola com os braços para mantê-la no ar. Uma das meninas que veio brincar estava com o braço quebrado.

Teria sido fácil dizer: “Bem, nós vamos jogar e ela pode ficar olhando”.

Mas, em vez disso, Justin sugeriu: “Tenho uma ótima ideia. Todos vamos brincar só com um braço”. Todos jogaram usando apenas um braço, inclusive a menina que estava com o braço engessado. Ninguém foi deixado de fora.

Justin é o meu herói. Ele sempre olha para as pessoas e pensa: *Como elas se sentem?* Justin passou a maior parte de sua vida doente, mas era feliz porque ajudava o próximo e seguia o exemplo de Jesus Cristo.

Todos nós temos desafios, mas não nos faltam motivos para ser felizes. Faça o que conseguir. Confie em Deus. A maior felicidade vem não de pensarmos em nós mesmos, mas de nos concentrarmos no bem-estar das outras pessoas. ●





Abis

Eu me converti a Deus há alguns anos, quando meu pai teve uma visão. Enquanto trabalhava para o rei Lamôni, ajudei muitas pessoas a conhecer o poder de Deus.



Rei Lamôni

Quando aprendi sobre o evangelho, tive uma visão. Eu vi Jesus! Compartilhei meu testemunho com meu pai e ajudei a tirar missionários da prisão.



Corior

Tentei convencer o povo de que Jesus não era real e pedi uma prova de que Deus existia. De repente, não conseguia falar ou ouvir!



Amon

Sou um dos filhos de Mosias. Durante minha missão, protegi os rebanhos do rei Lamôni. Ensinei o evangelho ao rei Lamôni e à rainha.



Ânti-néfi-leítas

Éramos lamanitas e guerreávamos muito, mas decidimos seguir a Deus. Então, enterramos nossas armas de guerra e prometemos nunca mais lutar.



Alma, o Filho

Recebi o nome de meu pai, o profeta. Meus amigos e eu fizemos más escolhas. Mas nos arrependemos e nos tornamos missionários.

Quem sou eu? — Escolha um cartão

Use estes cartões para jogar o jogo das páginas A12–A13.



Rainha

Protegi meu marido quando as pessoas pensaram que ele estava morto. Depois que aprendi sobre Deus, minha serva Abis me ajudou a levantar e ensinar as pessoas.



Capitão Morôni

Eu era capitão do exército nefita, mas não gostava de ferir ninguém. Fiz o estandarte da liberdade para lembrar às pessoas o que era importante proteger.



Jovens guerreiros

Aprendemos sobre a fé com nossas mães. Quando precisamos proteger nossa família, confiamos que Deus nos ajudaria. E Ele ajudou!



Aarão

Sou um dos filhos de Mosias. Na missão, ensinei o pai e a mãe do rei Lamôni. Depois eles criaram leis que protegiam os missionários em suas terras.



Amaliquias

Eu queria muito ser rei! Dei veneno ao chefe lamanita e tomei seu exército. Tentei convencer o povo a lutar e ferir uns aos outros.



Serva

Quando um homem me machucou, fui valente o suficiente para contar a alguém e pedir ajuda. Trabalhei com o capitão Morôni para proteger seu povo.

As mãos QUE AJUDAM de Eli

Rebecca Rice Birkin

(Inspirado numa história verídica)

“Estas mãos pequeninas vão sempre ajudar” (Músicas para Crianças, p. 126).

Era sábado de manhã e Eli estava agachado na área do gol, pronto para pegar a bola. Ele pulava e se abaixava, dando o melhor de si para manter a bola fora da rede. Mas era difícil! Então, um pouco antes do fim do jogo, a bola escorregou de suas mãos. O outro time marcou um gol! A equipe de Eli perdeu. Ele ficou muito triste.

No dia seguinte, na igreja, Eli caminhou lentamente para sua classe da Primária, ainda chateado.

Eli viu sua amiga Kate fora da sala. A mãe de Kate empurrava a cadeira de rodas rosa de Kate para dentro. Ela abraçou Kate antes de seguir para sua própria sala.

“Oi, Kate”, disse Eli.

Kate não conseguia responder ou acenar, mas sempre olhava bem nos olhos de Eli para lhe mostrar que o ouvia.

Geralmente Kate sorria quando Eli a cumprimentava, mas não hoje. *Ela está triste?* Eli se perguntou. *Sei como é se sentir assim.* Ele ainda estava triste porque não conseguiu impedir o outro time de marcar o gol da vitória.

Eli se sentou perto de Juan e Makell e a irmã Young começou a aula. Então Kate choramingou. Às vezes era difícil para Kate ficar parada porque seu corpo doía.

“Kate, está dolorida hoje?”, perguntou a irmã Young.



Kate começou a chorar.

“Talvez uma canção da Primária ajude”, sugeriu a irmã Young.

A turma começou a cantar. Kate adorava música. Ela costumava cantar junto fazendo sons que mostravam que estava feliz. Mas hoje Kate chorou.

Como posso ajudar Kate a se sentir melhor? Eli se perguntou.

De repente, teve uma ideia. “Já sei!”, anunciou Eli à irmã Young. “Vou empurrar um pouco a cadeira de rodas de Kate.”

Eli tinha reparado que a mãe de Kate empurrava a cadeira de rodas quando a filha precisava se sentir melhor. Ele correu até Kate e começou a mover a cadeira de rodas lentamente para frente e para trás.

Kate parou de chorar.

“Posso fazer isso agora?”, Juan perguntou.

“Eu também!”, disse Makell.

Conforme a irmã Young dava a aula, Eli e seus amigos se revezaram para empurrar a cadeira de rodas de Kate. Kate sorria. A sala inteira parecia brilhar.

Ao final da aula, todos estavam sorrindo.

“Ajudar Kate me deixa feliz”, comentou Eli.

“Fico contente”, disse a irmã Young. “O Pai Celestial está feliz também. Ele ama Kate e



quer que ela se sinta bem. Às vezes, somos os ajudantes Dele.”

Eli olhou para Kate. “Você me ajuda também”, disse a ela. “Toda vez que você sorri.”

Kate deu um largo sorriso.

Ao voltar para casa após a igreja, ele se sentiu aquecido como um campo de futebol em um belo dia de sol.

Talvez não consiga pegar todas as bolas, pensou. Mas ainda posso usar minhas mãos para ajudar as pessoas. ●

A autora mora em Utah, EUA.



“Por meio de nossa bondade e nosso serviço sincero, podemos fazer amizade com aqueles a quem servimos.”

Presidente M. Russell Ballard, presidente em exercício do Quórum dos Doze Apóstolos, “Encontrar alegria no serviço amoroso”, *A Liahona*, maio de 2011, p. 48.

Jesus ama todas as pessoas!



Minha meta de cozinhar

**Fernanda G., 10 anos,
Paraná, Brasil**

Quería aprender a cozinhar melhor. Assim, quando peguei meu *Guia para Crianças*, fiz a meta de cozinhar com meu pai. Sempre que meu pai cozinhou, eu prestava atenção nele e achava muito divertido. Eu queria aprender a cozinhar como ele.

Meu pai e eu fomos ao mercado para comprar os ingredientes. Depois ele me ensinou passo a passo como transformar farinha em um lindo bolo. Mais tarde, também me ensinou a fazer outras coisas.

Com essa meta me aproximei do meu pai. Adoro a companhia dele! Ele é um ótimo professor. Uma coisa que ele me ensinou é que, quando estamos cozinhando, não posso me distrair com o telefone celular.

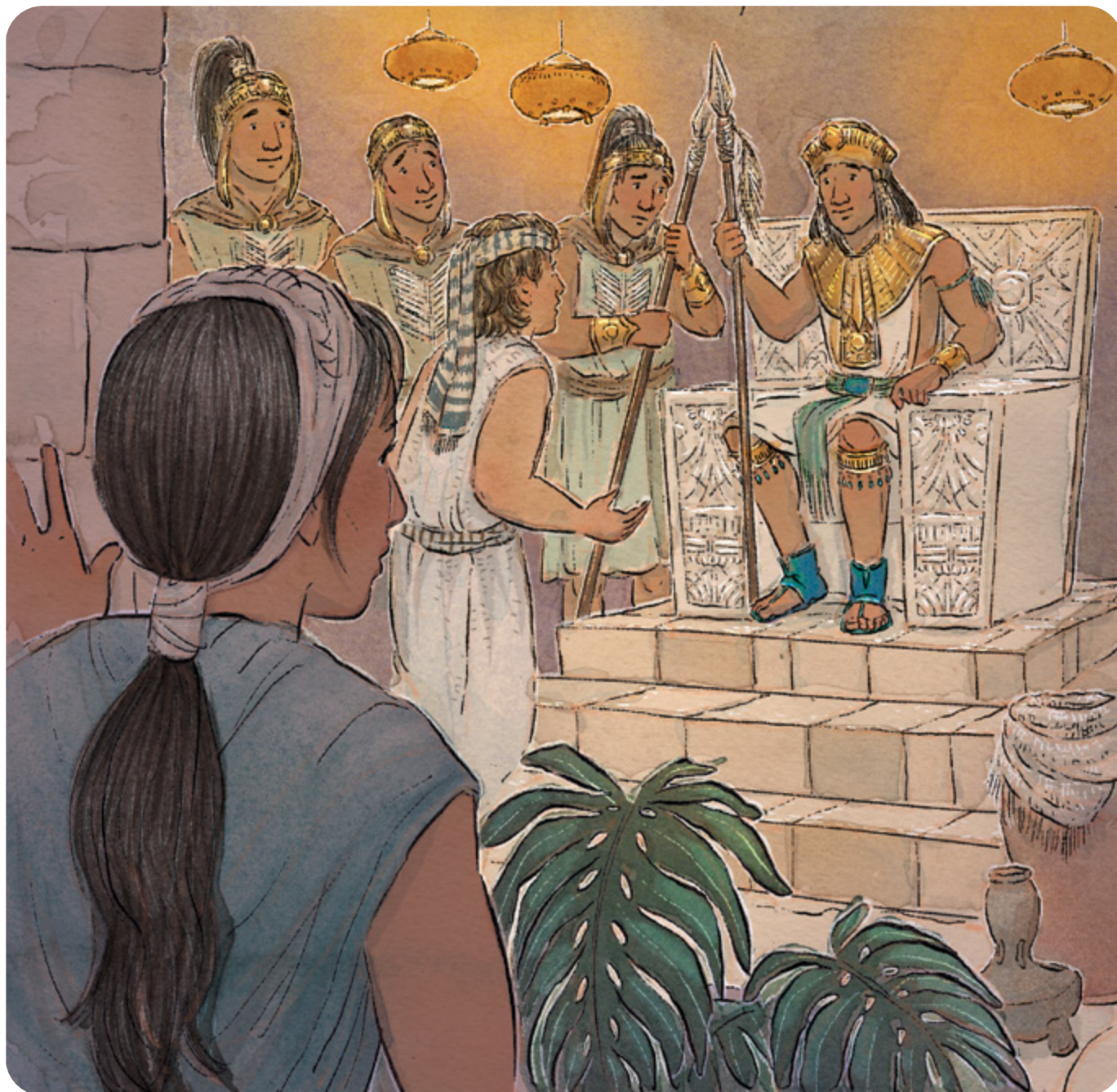
Agora, quando penso em cozinhar, sinto uma alegria enorme porque adoro culinária! Essa meta não só me ajudou a fazer algo de que gosto, mas também a crescer espiritualmente. Gosto de poder escolher minhas próprias metas. O Pai Celestial quer me ajudar com essa meta porque deseja que eu desenvolva meus talentos. Ele deseja me auxiliar porque sabe que isso me faz feliz. ●



**Seu Guia para
Crianças pode
ajudar você a
fazer metas
para se
aproximar
de Jesus.**

Peça a seu pai, sua mãe ou outra pessoa a quem você admira que lhe ensine algo novo!

Abis compartilhou o evangelho



Uma mulher chamada Abis trabalhava para o rei. Ela acreditava em Deus. A maioria das pessoas ao seu redor não acreditava. Certo dia ela viu um missionário chamado Amon ensinando o rei e a rainha sobre Deus e Jesus Cristo.



Quando o rei e a rainha aprenderam sobre o evangelho, ficaram muito felizes! Eles caíram e não conseguiam se mexer. Abis sabia que eles estavam sentindo o poder de Deus.



Ela queria que todas as pessoas conhecessem a Deus. Então ela correu de casa em casa e chamou as pessoas para ir ver o que havia acontecido.

Depois que a multidão se reuniu, Abis ajudou a rainha a se levantar. Em seguida, a rainha ajudou o rei a se levantar. Eles começaram a ensinar o evangelho ao povo.





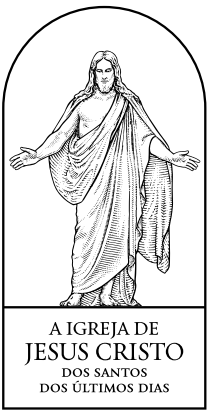
Posso ser como Abis. Posso ajudar outras pessoas a aprender sobre o Pai Celestial e Jesus Cristo. ●

Leia esta história em Alma 18–19.

Abis tinha fé em Deus



Como você pode ajudar as pessoas a aprenderem sobre Deus?



Queridos pais,

Neste mês vamos ler sobre missionários como Alma, o Filho, Abis e os filhos de Mosias. Vocês podem usar o jogo nas páginas A12–A13 ou a história na página A20 para conversar sobre esses homens e essas mulheres do Livro de Mórmon. Cada um compartilhou o evangelho de maneira diferente. Como sua família pode compartilhar o evangelho? Escrevam uma meta missionária para realizar neste mês — podem copiar sua sugestão favorita da página A10.

Continuem compartilhando!

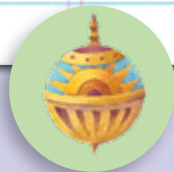
Meu *Amigo*

COMO ENVIAR UM DESENHO OU UMA EXPERIÊNCIA DE SEU FILHO PARA A LIAHONA

Acesse liahona.ChurchofJesusChrist.org e clique em “Enviar um artigo ou comentário”. Ou envie um e-mail para liahona@ChurchofJesusChrist.org com o nome de seu filho, sua idade, cidade em que reside e esta permissão: “Eu, [insira seu nome], dou permissão para A Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias usar o desenho/experiência de meu filho nas revistas e nos sites da Igreja, bem como em plataformas de mídia social e possivelmente em outros materiais da Igreja”. Aguardamos sua contribuição!

SUMÁRIO

- A2** Da Primeira Presidência: O testemunho e o Livro de Mórmon
- A4** A oração de Kelly
- A6** Saudações da Alemanha!
- A8** Nadar como um cavalo-marinho
- A10** Para brincar: Complete o padrão
- A11** Mostrar e contar
- A12** Quem sou eu?
- A14** De um amigo para outro: Ninguém foi deixado de fora
- A15** Quem sou eu? — Escolha um cartão
- A16** As mãos que ajudam de Eli
- A18** Ideia brilhante
- A19** Minha meta de cozinhar
- A20** Histórias das escrituras: Abis compartilhou o evangelho
- A23** Página para colorir: Abis tinha fé em Deus



**Encontre a Liahona
escondida aqui dentro!**

NA CAPA DE MEU AMIGO
Ilustração: Dilleen Marsh