

## **REAVALIAR PARA CRESCER\_ Sergio e Magali Leoto**

Disponibilizo meu resumo, mas **NADA COMO LER O LIVRO!**

Sumário

<b>NOTA INTRODUTÓRIA</b> .....	<b>1</b>
<b>PARTE 01</b> <b>INGREDIENTES DO AMOR SAUDÁVEL</b> .....	<b>1</b>
<b>AMAR É</b> .....	<b>Erro! Indicador não definido.</b>
1- desenvolver epithumia : satisfação sexual.....	5
2- desenvolver eros ; gestos de carinho .....	5
3- desenvolver storge :companheirismo com o cônjuge.....	5
4- desenvolver phileo : amizade .....	5
5- desenvolver àgape : qualidade do amor de Deus.....	5
<b>PARTE 02</b> <b>ATRIBUIÇÕES DE CADA UM</b> .....	<b>6</b>
1- atribuições da esposa .....	6
2-atribuições do marido .....	7
<b>PARTE 03</b> <b>relacionamento interpessoal: -COMUNICAÇÃO</b> .....	<b>9</b>
1- ingredientes de relacionamento saudável .....	9
2. dificuldades na boa comunicação .....	9
3. o que Deus revela em sua palavra.....	9
>>>como ter bom relacionamento interpessoal.....	9
>>>compreendendo os diferentes temperamentos .....	10
<b>PARTE 04</b> <b>FALHAS NA COMUNICAÇÃO</b> .....	<b>13</b>
>>> sobre CONFLITOS .....	14
<b>PARTE 05</b> <b>SEXO e ESPIRITUALIDADE</b> .....	<b>16</b>
>>>Deus quer que seus filhos curtam a vida.....	17
>>> <b>Onde</b> ser esclarecido sobre sexo cf a vontade de Deus? .....	17
>>>FIDELIDADE : .....	19
<b>PARTE 06</b> <b>UMA SÓ CARNE</b> .....	<b>20</b>
>>> ser autêntico .....	21
<b>Parte 07</b> <b>LISTA DAS 'MÁSCARAS' MAIS COMUNS</b> .....	<b>21</b>
<b>CONCLUSÃO</b> .....	<b>34 fim</b>

## **NOTA INTRODUTÓRIA**

& **AMOR NÃO É SENTIMENTO** mas **SIM UMA SÉRIE DE ATITUDES**

Como um prato de comida saudável, necessário à saúde física, assim o amor é composto de vários elementos que precisam estar presentes para haver AMOR SAUDÁVEL no casamento.

## **Parte 01** **AMOR SAUDÁVEL**

No grego várias palavras são traduzidas por amor

Essas várias palavras dão os vários aspectos do AMOR SAUDÁVEL:

1- **EPITHUMIA** : DESEJO SEXUAL & **PENSAM** ser amor ...

Avalie-se \_ como sou AMANTE de meu cônjuge ?

2- **EROS**: aspecto AFETIVO ( hoje confunde-se com desejo sexual)

Tem a ver com ROMANCE: mãos dadas, olhares, gestos,etc

> Precisa ser CULTIVADO intencionalmente

> Avalie-se : como sou NAMORADO /A de meu cônjuge ?

3- **STORGE** : ASSOCIAÇÃO LEAL

& nem se fala disso como amor

Tem a ver com o senso de PERTENCER

' eu sou do meu amado, e meu amado é meu...' Ct 6.3

&a mulher foi tirada da costela do homem para ter o instinto de

- voltar às suas origens para 'debaixo da asa' de um homem

& o homem só está completo quando acolhe, abraça a esposa

Ler Ec 4.9-12- é ser um pelo outro, e não um contra o outro !

Avalie-se: sou o melhor sócio/ a de meu cônjuge ?

4—**PHILEO**:AMIZADE

& significa amor fraternal no Novo Testamento

Tem a ver com **companheirismo**, gostar de um amigo

Avalie-se: sou o MELHOR AMIGO /A de meu cônjuge?

5- **ÁGAPE** : AMOR COM A QUALIDADE DO AMOR DE DEUS

- incondicional, supre a necessidade do outro, serve !

& só Deus pode concedê-lo pelo atuar do Espírito Santo

' o amor de Deus é derramado em nossos corações

>pelo Espírito' Rm 5.5

- o amor descrito em 1 Co 13.4-7 ( ver que é série de atitudes)

Avalie-se :

AMAR meu cônjuge depende ... do quê ?

conheço as necessidades de meu cônjuge?

Estou suprindo-as ?

SIRVO ao meu cônjuge de boa vontade ?

& Nessas alturas. **TODOS** temos de REAVALIAR nossas atitudes diante de Deus e confessar: - Não é como EU pensei ...

> Não tenho vivido em amor com ninguém

> Não sou capaz de AMAR como convém

Senhor, opera em mim o que perante Ti é agradável Hb 13.21

“ “ o querer e o realizar a Tua vontade' Fp 2.13 #

**Amar é...**

Há lugar para todos no reino de Deus: você com o seu jeito, eu com o meu .

**O que não pode haver entre cristãos é a falta de amor.**

O amor é definido na Bíblia como uma série de atitudes,sendo que as **versões corrigida e Atualizada** se explicam e complementam 1 Coríntios 13:4-7

<sup>4</sup> O amor é sofredor, é benigno; o amor não é invejoso; não trata com leviandade, não se ensoberbece, <sup>5</sup> não se porta com indecência, não busca os seus interesses, não se irrita, não suspeita mal; <sup>6</sup> não folga com a injustiça, mas folga com a verdade; <sup>7</sup> tudo sofre, tudo crê, tudo espera, tudo suporta.>jamais acaba. **ARC corr**

\*O amor é paciente, é benigno; o amor não arde em ciúmes, não se ufana, não se ensoberbece, 5 não se conduz inconvenientemente, não procura os seus interesses, não se exaspera, não se ressentido do mal; 6 não se alegra com a injustiça, mas regozija-se com a verdade; 7 tudo sofre, tudo crê, tudo espera, tudo suporta. 8 O amor jamais acaba; **ARA atualizada**

## **Deus é amor no sentido de que Suas atitudes expressam Seu caráter, 1Jo 4.8**

O amor é...

\***Sofredor** \_ Deus sofre com o pecado das pessoas. Sabe que irão se dar mal e quer atraí-las de volta para Si mesmo a risco de ser incompreendido, - taxado de chato, déspota, bitolado, intolerante, etc **Ler Is 1.14**

- **Quem ama sofre com os desvios e pecados das pessoas**

& **Paciente** \_ por saber esperar o tempo de Deus,  
não age por impulso. Não responde “na lata”  
Faz oração, pondera, medita buscando o melhor jeito, vai com calma.

➤ **O Impaciente** = é o que quer tudo “pra ontem”; diz\_  
“Deus já devia ter me respondido ...  
“ Até quando vou ter que suportar isso?  
**Intolerância** é um passo além \_ Não admito .... Não tolero... **ISSO!** Porém,  
os Princípios da Palavra são inquestionáveis e irrevogáveis: mesmo amando o pecador, não se pode tolerar nem fazer vistas grossas para o pecado.

➤ A quem O busca, com firmeza e com misericórdia.  
o o Senhor ensina como agir , Sl 25.8, Sl 32.8

\*& **Ser benigno** é não ser maldoso seja em palavras e atitudes,  
- até mesmo no olhar. **Ob 1.13**

& **Não pode haver ciúmes** que gera competição,  
que quer atrair para si toda a tenção

\***Nem inveja** , desejando para si o que é do outro.  
Inveja leva a querer diminuir, denegrir, destruir, “acabar” com o outro

& **Não se ufana: não se vangloria, não se gaba... como aquela pessoa** que o dela é sempre o melhor, o maior, o mais isso e aquilo... nem que seja o tumor, a doença, a desgraça. > **Indiretamente** está menosprezando, diminuído o outro.

\***Não trata com leviandade** \_ para aos dos outros, tudo é nada.  
- Seja trabalho, cansaço, dificuldade.  
- Mas o dela, até a desgraça, a doença, o problema é mais, **é pior**

\*& **Não se ensoberbece** \_ ufanismo envolve **coisas**.  
- Soberba envolve a pessoa.  
Soberbo é quem SE ACHA o melhor, o bom, o ótimo e maravilhoso , por isso **se julga no direito de criticar todo mundo e até Deus tem que ...**isso e *mais aquilo...*

& **Não se conduz inconvenientemente**  
[penso ser o ponto mais difícil: agir como convém aos olhos de Deus  
- *Todas as coisas me são lícitas, mas nem todas convém*  
Ser conveniente é complicado pois envolve o outro.  
(um pode achar conveniente o que para o outro não é)  
Fácil é ser inconveniente sem intenção **ou, até**, com a melhor das intenções.

\***Não se porta com indecência** \_ Não precisa explicar.  
> Só queria entender ... como pode um cristão agir com indecência!  
> Creio ser falta de discipulado, de saber **quem é em Cristo**, etc.

**\*& Não busca seus próprios interesses \_**

- i) não é interesseiro = Eu só faço isso se o outro...
- ii) Não quer, **só ele**, levar vantagem = O que eu ganho com isso?
- iii) Não agrada com segundas intenções= Posso precisar dele...

**& Não se exaspera** [\* não se irrita ] Fica irritado

quando o outro não faz o que eu quero, na hora que eu quero,  
do jeito que eu acho que deva ser feito.

“Não suporto nada que não seja absolutamente do meu jeito... pois o meu jeito é o único absolutamente certo / óbvio em todo e qualquer caso. E a pessoa berra na cara do outro para que isso fique bem claro.- Entendeu ? [ “seu” burro! ]

**& Não se ressentido do mal \_**

Há os que pensam que o mundo gira em torno deles. Por tudo e por nada ficam ressentidos, ofendidos, magoados, sentem-se injustiçados, mal compreendidos, ignorados, desprezados, etc Costumam dizer \_ “Imagine... Fazer isso COMIGO !  
o com os outros pode? Com os outros tudo bem?

**\* Não suspeita mal \_** Há os que vivem presumindo que o outro...

> “fez isso porque...”e lá vem maldade, lá vem “veneno”

A partir desse ponto, as duas versões seguem iguais

**\*& Não se alegra, não folga, com a injustiça \_ 1 Co 13. 6**

Ex:- “Que bom, homossexual pode casar. –Ah! que qui tem...pecar”

Não aconteça ‘ sermos condenados por aquilo que aprovamos’ Rm 14.22

**\*& Regozija-se , folga, com a verdade \_**

- o Ex\_ esclarecer situação escusa, resolver situação encoberta

**Tudo sofre, tudo crê, tudo espera, tudo suporta, jamais caba!**

( Também, isso já é demais : só Deus mesmo pode amar assim )

➤ Esse é o padrão de Deus para o amor ágape: a qualidade do amor de Deus

\* Por sermos superficiais,

também somos muito levianos ao pensar, \*achar e dizer que amamos.

> Esse tipo de amor expressa Deus na vida de quem o tem.

➤ **É fruto do Espírito:**

➤ **É impossível existir no ser humano não regenerado.**

\*Aliás,só é possível existir no cristão que se rendeu totalmente ao Senhor,

i) que toma sua cruz cada dia, minuto a minuto, **Lc 9.23 e 14.33**

ii) que renunciou a tudo quanto tem: desapego material,

Renunciou herança / tradição negativa dos pais **1Pe1.18-19**

iii) espera inteiramente em Deus, mesmo.

iv) Cuida para ‘andar na luz’

v) sem entristecer o Espírito Santo, **Ef 4.30-32 e 1 João 1.7**

**\*‘O ótimo é inimigo do bom’, então, > vamos ao Senhor como somos**

i) **confessando a impossibilidade** de expressar tal nível de amor

ii) **consagrando todo o nosso ser** para que Ele opere em nós,  
‘um novo coração...’. Ler **Ez 36.26 >>>>**

iii) **o melhor que pudermos:**

**‘se pensa( considera) de outro modo, Deus vo-lo revelará,**

**- mas a que chegamos, andemos...’ Fp 4.15-16**

Ao crescer no andar com Deus, mais e mais o Senhor poderá expressar tal tipo de amor através de nós a qualquer um que nos cerca, **até ao cônjuge** !

**Agora, esclarecidos pela Palavra sobre o que é amor, podemos nos empenhar em desenvolver os diversos tipos de amor.**

## > DESENVOLVER OS DIVERSOS INGREDIENTES DO AMOR

\*Que o padrão de Deus não nos faça desistir

- > não seja considerado inatingível e utópico, mas
  - > que o padrão de Deus norteie nossas atitudes para que:
  - > o propósito de Deus se cumpra **em nós** e **através de nós**.
- ~~~~~

### **1- DESENVOLVER EPITHUMIA : satisfação sexual**

- buscar conhecer a fisiologia sexual do cônjuge :
  - Ler '**o ato conjugal**' Tim e Beverly LaHaye
- tratar dos traumas e idéias errôneas sobre o sexo
- prender a criar condições para relação sexual satisfatória a ambos:
  - a) problemas se resolvem FORA do quarto
  - b) crianças ficam FORA da cama e do quarto do casal
  - c) PREPARA-SE A NOITE NO CAFÉ DA MANHÃ...( tudo o que acontece durante o dia influi na qualidade do sexo)

### **2- DESENVOLVER EROS ; gestos de carinho**

Cultivar jeito só de vocês, formas de expressar carinho: mãos dadas, abraço, beijinho durante o dia, afagos, carinho, olhares, palavras que aquecem o coração : agradecer, reconhecer, elogiar, anima ' levanta' !

### **3- DESENVOLVER STORGE:companheirismo com o cônjuge**

**Momentos a sós** : Até mesmo fazer a compra do mês pode ser uma oportunidade de companheirismo, conversa, risadas, etc...

\*Precisa programar momentos de companheirismo com a família

### **4- DESENVOLVER PHILEO : amizade**

- a) Pergunte-se:
  - Eu faria isso a um amigo de quem prezo a amizade?
- b) Estou sendo ' do contra'?  
Só quero o que SEI desagradar o outro?
- c) Demonstro consideração, respeito, faço por agradar ?  
( ou por irritar?)

### **5- DESENVOLVER ÂGAPE : qualidade do amor de Deus**

- a) zelo pela minha vida espiritual, comunhão com Deus, andar na luz?
  - > Faço devocional e oro diariamente !
- b) cuido para não entristecer o Espírito Santo : a pessoa mais importante de minha vida, com o qual fomos selados para o dia da redenção ?- decorar [Ef 4 .30-32](#)
  - confesso imediatamente qualquer item da lista, [1 João 1.7](#)

**c) MEU andar com Deus a prioridade mais importante da minha vida:**

> **'TUDO QUANTO FIZERDES, POR PALAVRAS OU POR OBRAS,**  
**- fazei tudo em nome do Senhor Jesus - dando por ele graças a Deus Pai**

> **'tudo quanto fizerdes fazei-o de todo o coração**  
**- como ao Senhor, não aos homens ' Col 3.17 e 23**

## **PARTE 02 ATRIBUIÇÕES DE CADA UM**

### **1- ATRIBUIÇÕES DA ESPOSA**

**SER SUBMISSA ... é escolha e decisão da mulher !**

obs: **aí, gera a encrenca: a mulher não quer ser submissa**  
**- Entendo perfeitamente esse sentimento: também sou mulher !**

**O que precisa se ter em mente ao se considerar a submissão**

**1.1 é a vontade de Deus para a mulher após à queda, Gn 3. 16**

**-Toda vez que fala em submissão,**  
**Deus diz PARA a mulher SE submeter**

>Submissão **é decisão pessoal, voluntária da esposa**  
**- em obediência a Deus / e não ao marido!**

**1.2- é o melhor para a mulher : após à Queda:**

>Deus sabia o que aconteceria ao temperamento masculino  
> **Deus quis proteger a mulher ao dizer para respeitar a liderança do marido,**  
**- pois se opor ao marido só seria pior para ela :**  
> **O homem é mais forte: se a mulher não se cala por si mesma,**  
**- ele a faz calar > ferindo-a,** física ou emocionalmente .

**1.3 - é função da esposa dar apoio à liderança do marido :**

**& Quando a mulher se submete à Palavra de Deus, honrando a Deus com sua obediência, sendo submissa ao marido, Deus cuida do marido:**  
**como no caso de Abigail: ler 1 Samuel 25. 18-38**

**1.4 MEIO de DEUS TRABALHAR NO TEMPERAMENTO DA ESPOSA:**

**como ferro com ferro se afia, assim o homem ao rosto do seu amigo'**  
**Pv 27.17 \* é no atrito que a navalha fica boa para ser útil**

**1.5 UNE O CASAL PARA NÃO DAR BRECHA AO DIABO . Jesus... disse-lhes:**  
**'Todo reino dividido contra si mesmo é devastado; e toda cidade, ou casa, dividida contra si mesma - não subsistirá'** Mt 12.25

**1.6 PREDISPÕE à SATISFAÇÃO SEXUAL,**

**Ler 1Co 7**

**1.7 GLORIFICA O NOME DO SENHOR PELO BOM TESTEMUNHO**

**>> > OUTRAS ATRIBUIÇÕES da ESPOSA**

**1- ADJUTORA IDONEA, Gn 2.2.18 \_ como sócia adjunta, dá suas idéias mas apóia e respeita as decisões do líder: o marido**

**2- MULHER VIRTUOSA, TEME AO Senhor ler Pv 31.11-30**

*Enganosa é a graça, e vã é a formosura;  
- mas a mulher que teme ao Senhor, essa será louvada.*

**3- SÁBIA: pessoa construtiva: ' a mulher sábia edifica a sua casa' Pv 14.1  
PRUDENTE, Pv 19.14**

*Casa e riquezas são herdadas dos pais;  
\_ mas a **mulher prudente** vem do Senhor.*

**4- HONRADA: a mulher aprazível busca ( zela) a honra**  
*-como os violentos buscam riquezas' Pv 11.16*

**5- GANHA O MARIDO SEM PALAVRAS, PELO PORTE, 1Pe 3.1**

**6- é ENSINÁVEL: aprende com as mais velhas ! Tito 2.3-5**

**7-ESPÍRITO MANSO E TRANQUÍLO: agradável ao Senhor , 1 Pedro 3.4**

Antigamente, se dizia:

O marido é cabeça da mulher, mas a mulher é o pescoço  
( vira a cabeça do marido para onde quer, com jeitinho feminino!)

Perfil da mulher a ser evitada:

A que procede vergonhosamente

Adúltera

Estranha

Iracunda

Rixosa

## **2-ATRIBUIÇÕES DO MARIDO**

**1-DEIXA: decisão pessoal de abrir mão de si, como Jesus**

**Deixa o pai:** independência financeira, Gn 2.24  
-capaz de sustentar a família com dignidade.

**Deixa a mãe:** maturidade psicológica, indispensável ao bom líder .

**Não é 'filhinho da mamãe' : cuida de si e da família.**

**Não é apegado aos seus maus costumes familiares.**

Não é egoísta como criança mimada.

\* Junto com a esposa mesclam e definem metas próprias à sua família

**2-UNA-SE :** é decisão pessoal de acolher a esposa; inclui

**Companheirismo : gosta de fazer coisas juntos**

**Compromisso : ser por ela, não contra ela**

**Cerimônia: ato público em que deixa e se une**

**3-UMA SÓ CARNE:** sexo **só depois** do casamento !

- não defrauda, agrada, **1 Coríntios 7**

- cuida da esposa **como** de si mesmo, **Ef 5.28-29**

**4- AMA COMO CRISTO AMOU À IGREJA, Efésios 5.25 - 33**

**4.1- deixa seu trono de machista: Fp 2.5-10**

-como Jesus deixou Seu trono de glória

\*Deus honra o marido como honrou a Jesus: Mt 28.18-19

- sua autoridade advém de estar sujeito a Cristo, Mt 8.8-9

- Observa a hierarquia, 1Co 11.3

## Cristo cabeça do homem, homem cabeça da mulher

### 4.2- vem ao encontro da necessidade da esposa :

- > conhece a necessidade dela
- > não recrimina nem acusa as imperfeições dela
- > **faz o que for preciso:** Mt 9.23 e 14.33
  - até morrer ( que é **negar o EU**)
  - **toma a cruz cada dia: nega-se a si mesmo**
  - como Jesus deu Sua vida para remir a Igreja :

### 4.3- **eleva-a em posição de honra ao Seu lado**

- > não joga na cara o que fez / faz por ela
- > não a obriga a servi-IO
- > não a obriga a fazer nada!
- > dedicação da esposa é conseqüência do Seu amor sacrificial:  
**'o amor de Cristo me constrange'** 2Coríntios 5.14

**Obs: Deus diz** para esposa se submeter ao marido: sujeitai-vos

- > A esposa decide ser submissa ao marido em obediência a Deus
- > Se for rebelde, está sendo rebelde a Deus, dará contas a Ele, Rom 14.12

## 5- VIVE A VIDA COMUM DO LAR COM ENTENDIMENTO 1 Pedro 3.7

5.1 dando honra..

5.2 considerando a natureza mais frágil ( não inferior)  
Ex: como porcelana é mais frágil do que o aço

5.3 **lembra que ambos são pecadores**  
(ambos carecem da graça de Deus para serem salvos)

### **MUITO IMPORTANTE:**

- 'para que não sejam impedidas suas orações' 1Pe 3.7

## >>> OUTRAS ATRIBUIÇÕES DOS MARIDOS

1- **FIEL:** *marido de uma só mulher*, 1Tm 3.2 a, Tito 1.6

2-**AMA AO SENHOR, OUVE SUA PALAVRA** Dt 6.5-6

'amarás o Senhor teu Deus - de todo teu coração, alma e força,  
estas palavras... estarão no teu coração' Is 50.4-5  
delas falarás...

3-**DÁ EXEMPLO: temperamento controlado pelo Espírito**

1Tm 3.2-3 e 8 Tito 1.7-9

4- **INSTRUI OS FILHOS NA PALAVRA**, Dt 6.7

5- **DISCIPLINA OS FILHOS DE ACORDO COM A PALAVRA**

Ef 6.4 Cl 3.21 1Tm 3.4b Tito 1.6b

6 - **CUIDA DE SUA CASA : administra, conserta,**

1Timóteo 3.4 a

7- **TEM BOM TESTEMUNHO DOS DE FORA,**

1Timóteo 3.7 -X-

## PARTE 03 RELACIONAMENTO INTERPESSOAL:

### - COMUNICAÇÃO

#### 1- INGREDIENTES DE RELACIONAMENTO SAUDÁVEL

- 1.1 ENVOLVIMENTO** : **participa** de modo positivo :  
interesse, ajuda, incentivo, anima  
- não se omite
- 1.2 ABERTURA**: **expõe** sentimentos, pensamentos idéias  
**capaz de ouvir o outro,**  
**considera as boas idéias dos outros**
- 1.4 TRANSPARÊNCIA**: > não usa máscaras,  
> não se esconde  
> **não omite** fatos, detalhes...
- 1.5 SINCERIDADE** : pode ser **integridade**  
> **vive o que prega**
- ~~~~~

#### 2. DIFICULDADES NA BOA COMUNICAÇÃO

- 2.1 FALTA HABILIDADE de SE EXPRESSAR,**  
- de **dialogar** : falar e ouvir
- 2.2 INCAPAZ DE SE EXPOR, DE SE ABRIR AO OUTRO**
- 2.3 AUTO-REJEIÇÃO** : não se aceita  
E, sim, teme ser rejeitado pelos outros
- 2.4 ATITUDES PESSOAIS NEGATIVAS:**  
- pessimismo, egoísmo  
- cobiça de vanlórias, rancor, ressentimentos,  
- espírito crítico, preconceituoso,  
- dificuldades em aceitar o diferente de si
- 2.5 EVITA SITUAÇÕES DE CONFRONTO ou CONFLITO**
- ~~~~~

#### 3. O QUE DEUS REVELA EM SUA PALAVRA

- 3.1 SER PECADOR é o motivo de todos os conflitos**  
*‘Donde vêm as guerras e contendas entre vós? Porventura não vêm disto,  
- dos vossos deleites, que nos vossos membros guerreiam?’ **Tg 4.1***
- 3.2 Deus não se ilude a respeito da natureza humana**  
- a Bíblia revela muitos conflitos pessoais e familiares
- 3.3 a Bíblia dá critérios de boa e má comunicação**
- 3.4 Jesus disse que os pacificadores são bem aventurados Mt 5.9**
- 3.5 Como resolver divergências de opiniões,**  
*‘se pensais de outro modo, Deus vos esclarecerá’ Fp 3.15-16*  
( precisa buscar esclarecimento em Deus)

#### >>>COMO TER BOM RELACIONAMENTO INTERPESSOAL

## 1- NOVO NASCIMENTO

- resolve a questão do PECADO :
- só Jesus nos livra da condenação do pecado
  - para sermos religados a Deus **João 1.12 e 3.3**
- só Deus pode nos dar um 'coração de carne' **Ez 36.26**
- só o Espírito Santo pode operar a santificação,
  - e produzir o fruto do Espírito, **Gl 5.22-23**

## 2- CULTO RACIONAL, tudo começa na mente:

- transformai-vos pela renovação da vossa mente... pelo culto racional **Rm 12.1-2**

## 3-QUERER \_ Deus dá as diretrizes para se dar bem,

mas nem Deus obriga a agir corretamente:

'se quiserdes e me ouvirdes, comereis o melhor...' **Is 1.19**

'tenho proposto vida e morte ...escolhe a vida' **Dt 30.19**

## >>> COMPREENDENDO OS DIFERENTES TEMPERAMENTOS

\*Cada pessoa tem um temperamento próprio:

-o que a gente pensa de si pode ser muito diferente dos que os outros, com temperamentos diferentes, pensam de nós

## >>> Há quatro tipos básicos de temperamentos

### 1-Analítico: palavra chave, PENSAMENTO

- metódico, sistemático, 'arrumadinho'

> Seu lema é: - 'É só pensar que dá certo...'

### 2- Líder: palavra chave AÇÕES

- Como posso ser mais eficiente?

>Lema: Como posso influenciar o mundo ao meu redor?

### 3- Amigável: palavra chave, RELACIONAMENTO

- apaziguador, cultiva amizades

> Seu lema é: - 'Será que estão me apoiando?'

### 4- Expressivo: palavra chave, INTUITIVO, sonhador

- Precisa de coisas acontecendo ao seu redor

> Seu lema é: - 'O que estão pensando de mim ?'

**ACONTECE QUE... uns temperamentos se ajeitam entre si, e**

**> outros são incompatíveis (não se toleram!)**

## >>> COMO 'FUNCIONAM' ESSES TIPOS

\* Há regrinha simples : **se dão bem** com os 'vizinhos'.

> Os 'opostos' **não se toleram**

Observe o gráfico :

1- ANALÍTICO \_\_\_\_\_ líder  
          !                   X  
Amigável !                   [ expressivo ]

>ANALÍTICO se dá bem com o Líder e com o Amigável

- **não tolera o Expressivo** ( vice versa)

> **AMIGÁVEL** se dá bem com Analítico e Expressivo  
- não tolera o Líder ( e vice versa)

ou **FAÇA UM X** no meio do esquema, e descubra **os antagonicos**:

analítico		líder
	X	
amigável		expressivo

>>> **COMO OS OPOSTOS SE VÊM**

### 1- ANALÍTICO

a) como ele se vê : trabalhador, honesto, persistente, sério, exato, ordeiro,  
- caprichoso, equilibrado, justo

b) como o EXPRESSIVO ( o antagonico) o vê: crítico, chato, moralista,  
preconceituoso, exigente, pessimista, cuidadoso ao extremo, detalhista,  
'abafador': joga água fria nas idéias dos outros

### 2- LÍDER

a) como ele se vê : determinado, independente, prático, decidido  
eficiente, organizado, sabe das coisas, inteligente

b) como o AMIGÁVEL (o antagonico) o vê : mandão, dominador, severo,  
grosseiro, desagradável, orgulhoso, não respeita a opinião alheia, gosta de mandar  
( trabalhar, não) presunçoso

### 3- AMIGÁVEL

a) como ele se vê : colaborador, disposto a cooperar e apoiar, respeitador,  
- pode-se contar com ele, agradável, simpático

b) como o LÍDER ( o antagonico) o vê: paparicando os outros, sempre!  
Se dá demais, não se compromete, inseguro, complicado, dependente,  
'em cima do muro', sem jeito, embaraçado

### 4- EXPRESSIVO

a) como ele se vê : ambicioso( no bom sentido) estimulador, entusiasta,  
- alegre, simpático, amigável, comunicativo, talentoso

b) como o ANALÍTICO (antagonico) o vê : agitado, nervoso, sem auto-  
disciplina, manipulador, reage mais do que age, egoísta, só que aparecer,  
sempre festejando, sonha demais,

>>> **O SEGREDO DA BOA CONVIVÊNCIA: FLEXIBILIDADE !**

\* A Bíblia dá diretrizes

1- **'quanto depender de vós ter paz com todos...'** Rm 12.18

➤ não ser um criador de casos...

2- ***sujeitando- VOS uns aos outros no temor de Cristo'***

(é regra geral!) não significa ser 'capacho' do outro, mas

3.1 aceitar ,sim, as diferenças

3.2 não querer dobrar o outro ao seu jeito **Ef 5.21**

3.3. mas sem ser conivente com o pecado

- 3- ‘uns aos outros: ‘suportando-vos... em amor...’ Ef 4.2  
‘... e perdoados se... tiver motivo contra o outro’ Cl 3.13

## >>> COMO SE CONDUZIR COM CADA TEMPERAMENTO

### 1- ANALÍTICO: como lidar com tal temperamento

**SIM** : agende datas, dê apoio, não dê várias opções,  
- apresente apenas uma opção, com detalhes e seus motivos  
- entenda a dificuldade dele em resolver, por ser muito analítico  
- Fale devagar e explique cada passo e todos os passos.  
- Dê por escrito. Explique prós e contras. Seja exato e correto

**NÃO**: exigir respostas a curto prazo

- precisa de detalhes para resolver
- > Precisa de ajuda para quando parar e resolver .

### 2-LÍDER: como lidar com tal temperamento

**SIM** : dê opções e possibilidades, vá com argumentos bem preparados, com respostas a possíveis perguntas, deixe que ele decida, **fale rápido ( ser objetivo)** , apresente desafios ( respeita quem os faz)  
APOIE conclusões e planos dele, **SEJA DETALHISTAS, MAS...**

**NÃO**: não dê os passos para execução de uma tarefa:

- ele os quer determinar...  
Não estique o assunto ( não é bom ouvinte) > Não espere elogios.  
Faça assinar compromissos, recados ( ele esquece)

### 3- AMIGÁVEL: como lidar com tal temperamento

**SIM**: tente ganhar a confiança dele ( sem confiança, ele não trabalha)  
desenvolva um bom relacionamento, explique os riscos da alguma empreitada, gosta de rotina, fale devagar > dê apoio do tipo  
:- ‘ ESTOU COM VOCÊ!’ Faça-o sentir-se seguro e garantia a seu respeito. Ele é fiel e tem boa memória:  
>lembra de tudo \_ as coisas boas e as ruins...

**NÃO**: quebre a confiança dele ( não o desaponte) não ofenda os amigos dele,  
não ‘invente moda’: rotina lhe dá segurança,  
- **não gosta de se arriscar, prefere não iniciar coisas novas**

### 1- EXPRESSIVO: como lidar com esse temperamento

**SIM**: mostre possibilidade e chances de ganho, seja estimulante, incentivador, dê testemunhos: provas de que dá certo. Não dê projetos a longo prazo: vá apresentando por partes, ‘fique em cima ...’ ( é do tipo que deixa tudo para a última hora) Fale rápido, objetivo: não estique a conversa. Elogie Apóie sonhos e intuições dele. Premie e incentive. Peça para assinar compromissos ( ele esquece)

- é estimulante e motivador, mas não necessariamente bom líder

**NÃO**: exija rapidez do tipo: - ‘Ande logo...’ Precisa urgente... –

- > Não pergunte onde estão as coisas:  
-você deve saber e elas devem estar no devido lugar
- > Não ser detalhista nem tão exigente

## >>> COMO CADA UM ANALISA O ANDAMENTO DE UMA TAREFA

- 1- **ANALÍTICO** \_ avalia as atividades realizadas  
‘ Consegui realizar o que me propus?’

( sempre acha que se tivesse mais tempo, faria melhor )

**2- LÍDER** \_ avalia os resultados

'Todas as etapas do meu plano foram cumpridas e são eficazes?'

**3- AMIGÁVEL** \_ avalia os relacionamentos

- "Estão todos bem? O grupo está unido?'

**4- EXPRESSIVO** \_ avalia os aplausos

- Estou sendo bem aceito pelo grupo? Então, tudo bem...'

>>> O QUE CADA UM TEM DE APRENDER \*

**1- ANALÍTICO:** \*auto-iniciativa

( dificuldade de decidir decorre de ser muito detalhista por excesso de zelo)

' Excessivo senso de responsabilidade

- pode levar à estagnação' Spurgeon

**2- LÍDER:** \*ser humilde, ouvir/ considerar opiniões alheias

' Onde não há conselho, frustram-se os projetos; mas com a multidão de conselheiros se estabelecem' Pv 15.22

**3- AMIGÁVEL** \_ \*auto determinação

( não gostar de mudanças faz com que perca facilmente seus objetivos)

-Aprender a considerar que há boas / necessárias mudanças

**4- EXPRESSIVO** \_ \*auto disciplina

( por ser muito expansivo, deixa-se levar pela emoção

'Não é bom agir sem refletir; e o que se apressa com seus pés erra o caminho' Pv 19.2 ( peca quem é precipitado )

& Bons relacionamentos requerem investimentos : boa vontade, compreensão do diferente, tolerância, expectativas realistas, equilíbrio entre humildade e dignidade .

**PARTE 04 FALHAS NA COMUNICAÇÃO**

> APRENDENDO A BRIGAR pg 31

\* Discussões e desentendimentos são esperados em relacionamentos familiares.

\* Precisa aprender a brigar

**1- BRIGAS OCORREM POR FALHA NA COMUNICAÇÃO:**

> Geralmente, >o que você diz > não é o que o outro entende

**1.1 Há seis princípios básicos de comunicação:**

1- o que você QUER dizer

2- o que você REALMENTE diz

3- o que o outro OUVE

4- o que o outro PENSA que ouve

5- o que o outro JULGA sobre o que você disse

6- o que você PENSA que o outro captou

▪ sobre o que você disse

**1.2 Há diferença na linha de raciocínio entre homens e mulheres**

### 1.3 Tudo o que se ouve é 'coado' pelas experiências anteriores:

Ex: o que para **um** não significa nada, para o outro pode estar associado a lembranças ruins, então vai reagir mal - e quem falou, **fica sem entender nada** - Se reagir mal à reação inexplicada do ouvinte :  
- **PRONTO !** está formada a confusão ...

### CONCLUSÃO:

- > precisa aprender a se expressar corretamente e
  - ter o cuidado de **verificar**
  - se o outro entendeu corretamente o que você quis dizer.

\*Então: **importa aprender a se comunicar eficazmente**

## 2- O QUE EVITAR QUANDO HÁ CONFLITOS

2.1 \_ 'Tratamento do silêncio' não resolve, só complica !

2.2 Irritação contida, **acumulada**, tende a explodir

2.3 '**A resposta branda desvia o furor, mas a palavra dura suscita a ira**' Pv 15.1

> PENSE PARA FALAR

2.4 '**não atire pedras**': não culpar, acusar o outro

Dizer: - **Você...isso e** mais aquilo... aciona mecanismo de defesa. A pessoa não escuta mais nada, só pensa em como retaliar (ofender de volta)

2.5 '**não** renove questões antigas :  
- não tire 'coisas velhas do baú'

2.6 **Não** ficar irado, evite alterar o tom de voz :  
'- **se tem razão, não precisa gritar**  
- **se não tem razão, não adianta gritar!**'

2.7 **Não** para agressões verbais ou físicas:  
- não **arrasar o outro**

## 1 O QUE FAZER PARA RESOLVER CONFLITOS

1º) **LIDAR COM SEUS SENTIMENTOS DIANTE DE DEUS**  
- dar uma volta, tomar água, ir ao banheiro...etc  
Explicar: - Agora, estou com raiva,  
o depois a gente conversa/ resolve !'

**2- Pergunte-se: - POR QUE ISSO ME AFETA TANTO ?**

**3- PREPARAR UM MOMENTO ADEQUADO**

- longe dos outros e até dos filhos
- sem deixar passar muito tempo na expectativa da conversa
- criar um '**código**' de vocês : **combinar** como agir

**4- OLHAREM (ambos) para A SITUAÇÃO :**

- > **TRATAR O CASO DE AGORA**  
- Como vamos resolver juntos **essa** situação?

**2- CONTAR COMO VOCÊ SE SENTIU,**

- > **Que efeito causou em você**  
- procure manter o nível, sem apelar para a ignorância

## 6- SEJA ESPECÍFICO :

- expressões tipo: -'Você **sempre / nunca...** 'em geral
- não são verdadeiras, exageram os fatos
- trazem à tona questões antigas

## 6. MANTER O FOCO NO PROBLEMA ESPECÍFICO

- não fugir do assunto

## 7- APRESENTAR ALTERNATIVAS DE SOLUÇÕES

Em todo caso, **atitude humilde sempre ajuda**,

- mesmo porque you pode estar errado !

## 4- FRASES CONCILIADORAS:

cf Jaime Kemp, as três primeiras são:

- '**eu estava errado...** me enganei...não percebi...
- '**me perdoa!** \_ tem como resposta: - '**eu te perdôo**'
- 'eu te amo '... & **mas...só se forem verdadeiras** !
- 'Vamos resolver isso juntos'
- '**Vamos dar um tempo**' enquanto *isso*:
  - > ora, busca +informações
- 'Vamos buscar soluções alternativas, conversar com alguém'
- 'Vamos orar o 'PAI- NOSSO' (Mt 6.9-13) juntos, cada dia'
- 'Vamos esperar em Deus, e que se faça a Sua vontade'

## 5- MELHORANDO A COMUNICAÇÃO

### 5.1 DICAS PARA A ESPOSA

1-**Não exponha sua intimidade** a amigas nem a parentes

2-**Procure entender seu marido**:

> temperamento, dificuldades

> todo homem tem dificuldade de expressar seus sentimentos

3-**Deixe ele terminar de falar, completar a idéia :**

'**responder antes de ouvir é estultícia e vergonha**' Pv 18.13

4- **Fale a verdade com AMOR** : Ef 4.25

- i) cuide do seu tom de voz...
- ii) pese bem as palavras
- iii) **não apele**: evite exageros, choros, manipulações

5- **Espera o momento certo para falar :**

Piada: A esposa quer conversar e acertar questões pendentes enquanto

o homem vê a partida decisiva da temporada de futebol ; ele diz:

- "Precisa salvar nosso casamento no final do campeonato?

6- **Seja objetiva : vá direto ao ponto & li num livro**:

'**só terá a atenção dele nas primeiras doze palavras...**'

- Perguntar é uma boa abordagem...

7- **Seja positiva**: com raiva, nunca se fala nada de bom

- ressentimentos geram acusações

- amargura gera sarcasmo, ironia

> Antes, precisa lidar com seus sentimentos diante de Deus, para falar de modo edificante, construtivo, apaziguador

### 5.2 DICAS PARA O MARIDO

1-**Desenvolva a capacidade de OUVIR**

- além de escutar o que ela diz

- 2- **Demonstre atenção:** desligue a TV, deixe o jornal,  
- olhe para ela ...sente-se  
- deixe o trabalho (o que está fazendo)

3- **Pergunte o que ela quis dizer** ao falar aquilo

4- **Elogie** ( fale) das qualidades dela aos filhos, aos outros

5- '**não vos irriteis contra elas/ não as trateis com amargura'** Colos 3.19

- > críticas, acusações, recriminações não ajudam  
- só pioram e \_ ainda \_ desagradam a Deus

6- **Pergunte : - POR QUE ???**

- procure saber a causa daquele comportamento  
> agressivo, intolerante, desconfiado, infantil, etc.

7- **Procure entender a NECESSIDADE dela :**

- **POR MAIS ABSURDA que lhe pareça,** não tente entender as mulheres:  
mesmo que não entre em sua cabeça, **saiba:** ela cabe em seus braços,  
>abraça-a !

### 5.3 AMBOS PRECISAM

**APRENDER A OUVIR ' NAS ENTRELINHAS' :**

Queixas revelam necessidades básicas não supridas

- > Ela 'reclama' do serviço da casa:  
- Ela quer ser apreciada como dona de casa dedicada  
  
> Ele 'reclama' dos gastos altos todo o mês  
- Ele quer ser reconhecido como bom provedor

### PARTE 05 SEXO e ESPIRITUALIDADE

1- o MUNDO MOSTRA NADA CONHECER SOBRE DEUS,

- ao dizer que a Queda se deu por causa do ato sexual

- i) O próprio Deus criou casal hetero sexual para o ato sexual  
ii) O próprio Deus fez do ato sexual o jeito de se fazer gente  
iii) O próprio Deus mandou se multiplicar, e encher a terra

Gn 1.27-28

E quando o homem cumpre sua finalidade e obedece a Deus, é punido ?  
Faz Deus parecer incoerente e injusto

A Queda ocorreu por querer saber além do que Deus dissera  
e querer ser mais do que Deus lhes fizera

- o homem escolheu conhecer o bem e o mal , pois  
- acolheu no coração a palavra da 'serpente' ( diabo)

Gn 3.5 Ap 12.9 e 20.2

- **agiu** de modo contrário à orientação de Deus, Gn 2.17  
- **creu** na desmoralização da palavra de Deus , Gn 3.4  
( negada pelo diabo )  
- ignorou (não 'deu bola') às conseqüências advertidas.

2- **TUDO O QUE DEUS CRIOU, ELE VIU SER 'MUITO BOM' , Gn 1.31**

### 3- DEUS QUER QUE SEUS FILHOS CURTAM A VIDA

'Deus...nos concede abundantemente todas as coisas  
- para delas gozarmos; 1 Tm 6.17

Ex: criou um mundo lindo e colorido e nos deu a VISÃO  
criou sabores deliciosos e nos deu o PALADAR  
criou sons maviosos e nos deu AUDIÇÃO  
criou sensações físicas e nos deu o TATO  
criou o sexo e nos deu o orgasmo

E não tirou do homem nada disso mesmo depois da grande desfeita que o homem Lhe fez: não deu valor à amizade com o Criador, escolheu existir separado de Deus !

> Qual sua opinião sobre Deus (?) agora que sabe dos fatos reais (em vez de crer no que dizem....sem averiguar a Verdade nas Escrituras )

### 4-ONDE SER ESCLARECIDO SOBRE SEXO cf A VONTADE DE DEUS?

4.1-**SOBRE SEXO**: há livros sérios, cristãos, recomendáveis:

- 'O Ato Conjugal' de Tim e Beverly La haye
- 'Sexo e Intimidade' , Dr. Ed Wheat e Gaye Wheat

4.2- **PROBLEMAS SOBRE SEXO** : devem ser tratados com médicos e /ou conselheiros capacitados, cristãos e confiáveis.

4.3- **A BÍBLIA FALA SOBRE SEXO** , **Gn 1.27**

### 5-O QUE A BÍBLIA FALA SOBRE SEXO

5.1- **Deus criou casal hetero sexual para o ato sexual**

5.2- **Instituiu o casamento antes da Queda, **Gn 2.24****

- para regulamentar a prática do sexo
- \_ cria a família célula- mater da sociedade

5.3- **a Lei institui a moralidade: **Lv 19.20****

a) valoriza a virgindade:

**Gn 24.16, Êx 22.16 Lv 21.14 Dt 22.19, 23, 28**

b) proíbe relações entre certos graus de parentesco:  
( saúde genética)

**Lv 20.11, 12, 13, 18, 20 \_ Dt 27.20 – 23**

5.4- **A Lei honra o casamento:**

**Pv 5.18 Ec 4.9-12 e 9.9 Dt 24.5**

*'um homem for recém-casado não sairá à guerra, nem se lhe imporá cargo público; por um ano inteiro ficará livre na sua casa, para se regozijar com a sua mulher, que tomou'*

>Sexo fora do casamento era punido com a morte

**Lv 20.10-21, Dt 22.13-30**

5.5 **A Lei condena uniões abomináveis** ( prática dos gentios) >  
**prostituição, adultério , homossexualismo**

( ver chave bíblica)

5.6- **A Lei ensina higiene também na prática sexual**

**Lv 15.16- 18**

5.7- **Deus abomina o divórcio**, **MI 2.14 -16**

- \* Cantares fala sobre o **desejo físico** do rei pela sulamita: - exalta os **dotes físicos** dela (ela **será** apenas **mais uma** em seu harém)
- O rei não a ama, apenas a deseja como objeto
- Não é apologia à 'santa' pornografia.
- \* **Salomão representa o poder mundano** que quer macular e separar a Noiva ( a Igreja) de seu Amado ( Jesus) **Ec 8.6-7**
- \* Mostra que o **amor entre o Amado e a Sulamita** se expressa **também** por atração física e ato sexual :
  - **Ec 1.16, 2.6, 3.1, 4 5.4, 8.1-3**
- \* **Amor entre homem e mulher tem sentido de pertencer**
  - **Ec 2.16 \_ 6.3, 10 \_ 7.10**

#### >>> NO NOVO TESTAMENTO :

- 1 Co 7 : não defraudeis**
- Hb 13.4 : honrar o matrimônio( instituição)**  
**Mesmo casados. zelar por sexo puro**
- 1Pe 3.7 : co-habitar com entendimento**  
**( dando honra à mulher)**  
& pode ser ter consideração:
  - achaques, cansaço,
  - magoada, preocupada,
  - zelar pelo prazer dela

- \*Há muitas referências sobre sexo ilícito, **fora do casamento**
  - A Bíblia está ao dispor de quem quer saber!
  - **Rm 1, 1Co 6.10, 1 Co 6.18-20 > 1Tess. 4.3-4**

#### >>> EM LINHAS GERAIS, O QUE SE HÁ DE CONSIDERAR?

##### 1- Tudo o que acontece durante o dia afeta a noite, e vice-versa

- \* Sexo satisfatório envolve boa educação, consideração, respeito pela pessoa, cuidado, afeição, higiene, ambiente sossegado

##### 2- DICAS ÀS MULHERES :

- 2.1 Cuide de sua aparência: o homem é atraído pelo que **vê**
- 2.2 Mantenha a casa em ordem, e aconchegante:
  - a casa é sua moldura!
- 2.3 Mantenha as crianças sob controle :
  - \* **Nada estraga mais o clima romântico**  
**> do que crianças mal educadas**
- 2.4 Resolvam seus problemas **fora** do quarto
- 2.5 **Fora do quarto** do casal, **também** ficam as crianças
- 2.6 Não se negue ao sexo,
  - > não o use para manipular o marido
- 2.7 Sexo começa na cabeça:
  - > livre-se de preconceitos e traumas
  - > busque ajuda séria, profissional, se precisar

##### 3- DICAS AOS HOMENS

- 3.1 - Cuide de suas palavras:
  - > a mulher é atraída pelo que **ouve**. **Cl 3.19**  
**'não vos irriteis contra elas, não as trateis com amargura'**
- 3.2 Cuide bem das finanças:
  - > falta de dinheiro afeta a vida sexual
- 3.3 **Abrace sua esposa, com carinho**:
  - > sentir-se acolhida, aceita como pessoa, cuidada

> faz cair defesas inconscientes que causam frieza

### 3.4 Resolvam juntos o melhor método anti concepcional :

- medo de engravidar afasta a esposa do marido

### 3.5 Aprenda a motivar sua esposa a ser pessoa eficaz :

- i) chegue do serviço, cumprimente de modo carinhoso :
  - 'CHEIROSA' 'LINDINHA', etc ...
  - faz com que se arrume para recebê-lo!
- ii) Fale como sentar-se à mesa com ela é momento especial
  - jantarem juntos, por a mesa> faz caprichar na comida
- iii) Elogie o empenho dela em ter a casa arrumada,  
em educar bem os filhos
  - Nossa casa é a sua cara...

### 3.6 OFEREÇA AJUDA

-Como posso ajudar, até você 'tomar pé' ?

mas estabeleça certas 'ajudas': não é empregado dela

- **combinem tarefas** que você não se importa de fazer

- perceba quando ela está atrapalhada, mas... diga que vai ajudar **só para tirá-la do sufoco: porque a ama**

- Diga que, da próxima vez, espera que ela se organize melhor! Sei que você é capaz de se organizar...

### 3.7 VIVER A VIDA COMUM DO LAR ( COHABITAR) COM ENTENDIMENTO 1 Pedro 3.7

a) dando honra

b) considera a natureza dela emocional mais frágil

c) lembrar que ambos são pecadores

- carentes da graça de Deus :

**Orem juntos, zelem por devocional diária**

& Mesmo que discordem *-completamente -em tudo*, podem concordar

- nos Princípios do PAI NOSSO:

- e SEJA FEITA A **TUA** VONTADE

~~~~~

## 4- FIDELIDADE : está FORA de moda, hoje em dia :

**Mas é o padrão de Deus aos Seus filhos; requer**

1- andar pessoal com Cristo Ef 4.30-32 e 1João 1.7

> é fruto do Espírito...fidelidade ...Gl 5.22-23

2- O inimigo é real

> **PRECISA VIGIAR e RESISTIR** 1Pe 5.8-9

**2.1 vigiar suas atitudes:** *Sede sóbrios, vigiai. O vosso adversário, o Diabo, anda em derredor, rugindo como leão, e procurando a quem possa tragar; ao qual resisti firmes na fé, sabendo que os mesmos sofrimentos estão-se cumprindo entre os vossos irmãos no mundo. Sujeitai-vos...a Deus; resisti ao Diabo, e ele fugirá de vós'*  
**Tg 4.7**

**2.2 vigiar seus pensamentos:**

> as armas da nossa milícia não são carnis,

mas poderosas em Deus, PARA: demolir (destruir) fortalezas;

anular sofismas (derribar raciocínios)anular toda altivez

- que se ergue contra o conhecimento de Deus e

> levando cativo todo pensamento à obediência a Cristo'  
2Co 10.5

### 2.3 vigiar seus olhos: Jó 31.1

'fiz pacto com meus olhos, como pois os fixaria numa virgem?

### 3 - evitar situações de risco, 1Co 6.12

'Todas as coisas me são lícitas

- mas nem todas as coisas convêm...

- mas eu não me deixarei dominar por nenhuma delas

- mas nem todas as coisas edificam' 1Co 10.23

### 4- Faça por satisfazer seu cônjuge: 1 Co 7.5

'não vos priveis um do outro' \_ não defraudeis (corr).

' Para quem está com fome, até pão bolorento é delicioso'  
(dizia uma sábia professora)

### 5- Cultive o companheirismo , a gentileza, a educação

### 6- Faça acontecer : programe momentos a sós, juntos

### 7- Trazer Deus ao relacionamento, Ec 4.12 Mt 18.18-20

'o cordão de três dobras não se quebra tão depressa'

& Note que as 'dobras' não se desfazem : são trançadas !

Cada um respeita o espaço e a individualidade do outro,  
e buscam \*soluções \*\* juntos, \*\*\* na Palavra

### >Filhos de Deus refletem as características do Pai

**DEUS é FIEL \_ Dt 7.9, 2 - Ts 3.3 - 2 Tm 2.13**

## PARTE 06 UMA SÓ CARNE

### >>> COMO TORNAR-SE UM COM ALGUÉM TÃO DIFERENTE ? Pg 55

\* A idéia básica é ACRESCENTAR, em vez de anular o outro  
CONECÇÃO, entrosamento  
MUTUALIDADE, abrir-se ao outro, doar-se  
- um ao outro!

O ato sexual representa fisicamente

-\_o que deve ocorrer entre as personalidades dos cônjuges

1º) é preciso 'despir-se' de preconceitos, espírito crítico,  
do espírito de rivalidade

( jogo do poder)

do egoísmo( para o meu prazer...)

2- é preciso abrir-se, para abraçar, acolher , aceitar o outro

3- é preciso reciprocidade, entrosamento ...

' deixará o homem a seu pai e a sua mãe, e unirá-se à sua mulher, e serão uma só carne. E ambos estavam nus, o homem e sua mulher; e não se envergonhavam' Gn 2.24-25

Tornar-se UM é consequência de deixar...e unir-se ( abraçar) o outro.

### >>>REQUISITOS PARA SE TORNAR UMA SÓ CARNE

'honra a teu pai e a tua mãe;

- e amarás o teu próximo como a ti mesmo.' Mt 19.19

### 1 - AUTO IMAGEM EQUILIBRADA, Rm 12.3

Muitos problemas surgem quando um se sente inferior ao outro

' cada um dentre vós que

- não tenha de si mesmo mais alto conceito do que convém;

mas que -- pense de si sobriamente, conforme a medida da fé  
- que Deus, repartiu a cada um'

**Sóbrio** \_ faculdades mentais não alteradas por causas externas  
- no seu perfeito juízo

Obs:

1.1- quem **SE aceita** 'numa boa, com suas qualidades e defeitos,  
- tem facilidade em aceitar o outro da mesma maneira

1.2- quem reconhece suas deficiências

1.3- vê no outro habilidades que não possui,

> aceita de boa mente que juntos, somos melhores

## 2- BUSCAR O ENCONTRO, o entrosamento

- como se acerta o passo quando se anda de braços dados com alguém

- é interação : cada um abre mão do não essencial a si

## 3- ACEITANDO AS DIFERENÇAS

\*Diferenças são apenas diferenças,

> não significa oposição / hostilidade

\*Diferente não é necessariamente o oposto

\*Diferenças são características próprias de cada um:

> caracterizam o indivíduo, como as digitais

## 4- SER AUTÊNTICO

>**Comunicar sentimentos**, abrir-se, revelar-se ao outro

'o amor seja sem hipocrisia' Rm 12.9

\***Saber-se aceito como é ...** leva à transparência :

- não precisa mais temer nem se esconder **por ser** como é

\* A NÃO ACEITAÇÃO de si mesmo e /ou pelo outro

> gera bloqueios e

> bloqueios levam ao costume de usar 'máscaras'

\* 'Máscaras' são usadas como defesa ou

- como meios de manipular o outro

## Parte 07 LISTA DAS 'MÁSCARAS' MAIS COMUNS

1- **PREOCUPADA** \_ justifica sua inutilidade se preocupando

2- **RESSENTIDA** \_ pensa que nasceu para perder :

- geralmente é rancorosa,

- vive remoendo o passado

3- **FRÁGIL**\_ **pegue com cuidado !** super sensível

exige ser tratada com cuidado, é chorona

4- **EU,EU,EU...** quer, faz de tudo para ser sempre o centro das atenções Tudo gira em torno dela, acha-se o máximo

5- **MÁRTIR** \_ tem complexo de perseguição, desconfiada

SOOOOFRE !

6- **INDECISA** \_ teme cometer erros, é confusa, >atrapalhada, não resolve nada sozinha, assim não corre o risco de errar

**7- INFLAMÁVEL** \_ pessoa de ' pavio curto': irrita-se à toa. Faz estardalhaço por qualquer coisa insignificante

**8- SONHADOR** \_ tem seus próprios sonhos e fantasias,  
- expectativas irreais, almeja mais do que pode obter

**9- MESSIAS:** imagina-se o salvador do mundo: nada se resolve sem ele.  
Ajuda para se sentir útil, necessário indispensável

**10- MAL HUMORADO**\_ sempre se queixando, é ranzinza,  
- Tudo incomoda, não está bom, não é como deveria ser

**11- PREGUIÇOSO** \_ faz o jogo do adiamento: quem sabe,  
- outro faça o que precisa ser feito...

**12 – DOMINADOR**\_ controla a vida dos outros, manipula,  
é egoísta e descuidado com os seus...

**13- FOFOQUEIRO**\_ diminui e denigre os outros para **se** sobressair:  
-apontar erros alheios desvia a atenção dos dele

**14 - VALENTÃO**\_ domina situações pela força bruta: física  
- ou verbal . Finge que agüenta qualquer barra

**15- PALHAÇO** \_ faz graça para não enfrentar situações difíceis  
-e até mesmo a realidade da vida.

**16- CONFORMISTA** \_ busca a paz a qualquer preço,  
- anula-se, quer ser sempre 'a boazinha'

**17- SOLITÁRIO**\_ isola-se, vive sozinho para escapar  
dos desafios da vida, das dificuldades dos relacionamentos

**18- INTELECTUAL:** prefere LER sobre a vida, do que vivê-la  
- Mais intelectual do que social

**19- SUPER-MÃE** \_ super-protetora, quer cuidar de todos...  
- Teme que os filhos sofram, extremamente devotada,  
- infeliz com o marido, canaliza afeto exagerado aos filhos

### >>>QUEBRANDO BARREIRAS

- 1- PRECISA **SE** CONHECER,
- 2- SABER A CAUSA que a levou a usar tais máscaras
- 3- DISPOR-SE a REMOVÊ-LAS

### >>> ALGUMAS DICAS PARA AJUDAR A QUEBRAR BARREIRAS:

- 1- Faça por amor, não por obrigação
- 2- evite ser manipulador /a
- 3- dê tempo ao tempo: *há tempo para tudo... Ec 3.1*
- 4- troque o EU pelo NÓS :expressando opiniões comuns  
- considerando, assumindo valores, idéias, preferências

- 5- confesse seus pecados a Deus e um ao outro Tg 5.16
- 6- Perdoe: humildade não é humilhação
- 7- Ore pelo atuar do Espírito: direção, sabedoria, etc...
- 8- Valorize o que tem, o que é seu...
- 9- Considere o que Deus diz (P)
  - Não é bom que o homem esteja só...' Gn 2.
- 10- Mulher **sabe e pode** se arranjar sozinha, (foi feita para cuidar de tudo enquanto o homem estava ausente:
  - na roça, caçando ou em guerras)
  - mas precisa /aprecia ser cuidada pelo homem!
    - Tem a ver com instinto atávico
    - de ter saído de debaixo da 'asa' do homem e
    - de se sentir 'no seu lugar devido'
    - quando ele a acolhe, abraça, protege

## CONCLUSÃO

\*Cada um pode

- >fazer o seu melhor, pode buscar melhorar como pessoa,
- >buscar crescer espiritualmente \_ mas
- >**cada um só tem acesso ao seu próprio íntimo. Também**
- > cada um não é responsável pela reação do outro

**\*Quando um se esforça para melhorar a convivência, pensa que o outro tem obrigação de reconhecer o esforço e se esforçar também.**

**\* Mas nem sempre é assim**

- \*Então, a frustração leva à amargura ( Ef 4.30-32) que**
  - **quebra a comunhão com Deus, e tudo fica pior**

\*Entenda que **quando um não quer, dois não vivem bem**

**-Precisa orar pelo cônjuge \_ para Deus tocar no coração dele**

- que seu cônjuge também queira colaborar para melhorar o relacionamento.
  - Se ele não quiser, Deus não faz nada.

- Então, há graça de Deus para cada necessidade, 1Coríntios 12.9

**-Deus é Fiel:** não permite nada além de nossas forças,

- e juntamente com a dificuldade já dá o escape(1 Co13.10)

> Colecione versículos em caderno com índice alfabético

> Ore para **ver a saída que Deus já preparou ( não a sua) para esta situação** ( ah! nem sempre é a saída que esperamos....) -x-fim