

A MULHER QUE QUERO SER Barbara Sullivan Ed Mundo Cristão
> compartilho o meu resumo, mas NADA COMO LER O LIVRO.
Site www.novasperolas.com.br no link PUBLICAÇÕES/ a elas

Sumário

Cap 01	Expectativas além de minhas possibilidades.....	1
Cap 02	IMAGEM vs REALIDADE	2
Cap 03	Vida Equilibrada	3
Cap 04	Importante Gostar De Sua Aparência Física.....	4
Cap 05	Mantendo-Se Em Forma	5
Cap 06	Emoções Ocultas	6
Cap 07	Dois, Uma Só Carne	8
Cap 08	Auto imagem e os filhos	9
Cap 09	Cuidado Com O Lar.....	11
Cap 10	Expressando Criatividade.....	12
Cap 11	Aceitando Nossos Papéis	12
Cap 12	Atingindo O Delicado Equilíbrio.....	14
>	Equilibrada aceitação de si mesma.....	14

Cap 01 Expectativas além de minhas possibilidades

A autora cresceu perseguindo objetivos que estavam além de seu alcance até que teve um COLAPSO NERVOSO, tipo: - Pare o mundo que eu quero descer: não sou capaz, não consigo O marido a ouviu e orou com ela ☺ essa mulher foi uma **privilegiada**, mesmo!

Então, ela percebeu o imenso abismo entre o que **deveria ser** e o que ela **tentara ser**
Ela mesma **se** colocara sob um padrão impossível de ser alcançado
☺ às vezes, família, igreja ou empregos colocam a pessoa nessa situação e o desejo de agradar a todos e alcançar o padrão esperado leva à frustração, ao fracasso, senão ao colapso total

Essa situação **emocional** nada tem a ver com a **realidade** do novo nascimento, de ser filho de Deus _ aconteceu devido à **pressão do meio e da época em que vivemos** de tremenda cobrança quanto **a ser bem sucedida, a ser um sucesso ... em tudo o que faz.**

☺ todos somos '**um espírito que tem uma alma que habita em um corpo**'

- Essas partes são perfeitamente integradas entre si mas
- cada um delas tem sua função e lugar **devidos** .
- **A salvação acontece no espírito e**
- **a alma (psique/ mente) precisa se adequar à nova realidade espiritual**
 - **o que acontece pelo culto racional** _ Rm 12.1-2
- **No corpo**, nada muda no momento em que a pessoa aceita Jesus : **é a mesma pessoa** que volta para casa , depois de aceitar Jesus _ : como é **o mesmo nenê** que estava na barriga da mãe que vai ao berçário depois que **nasceu**

• **O mundo dá privilégios ao bom desempenho** (independente do caráter da pessoa)
Mulheres são desafiadas a deixar o lar para **se realizarem** como pessoas ☺ além do que o padrão de vida considerado **aceitável** se tornou **impraticável** de ser conseguido apenas com o salário do marido (de modo geral)

Entre os **protótipos impostos** por adeptas feministas em contraposição ao de 'MULHER TOTAL' está uma mulher que **precisa achar seu lugar** no mundo , na família e acima de tudo **em Deus**

A real questão está em seguir o modelo imposto pelo outros
em vez de buscar em Deus a Sua vontade para a sua vida

- Independente de qualquer coisa: status, estado civil, empregos, função
- a vontade de Deus para você é uma auto imagem saudável e equilibrada

☺ **o que vc pensa a respeito de si mesma ?** Qual seu conceito a **seu** respeito ?

Cap 02 **IMAGEM vs REALIDADE**

Como alguém diante de espelhos em parque de diversões, somos **como nos vemos** ...

E a autor a focaliza **três espelhos que** determinam nossa imagem :

1- Espelho do **Passado** 2- Espelho da **Auto expectativa** 3- Espelho da **Sociedade (ou Grupo)**

1-dê uma espiada em suas **lembranças do passado**: como vc **se vê** nele ?

- Há imagens negativas ? culpa, inadequação, sentimento de inferioridade
- Qual a causa delas?
- Crianças podem se enganar na interpretação dos fatos
 - e serem marcadas de modo que não corresponde **à realidade** dos fatos
- Revise-as e livre-se delas

2- espelho da **AUTO expectativa** _ o que vc espera de si mesma ?

- Os padrões que você mesma **se** impõe são realistas e razoáveis?
- Qual a **imagem ideal** que você faz de si mesma?
- **POR QUE** vc **tem de ser** 'A MELHOR', despertar um : - 'uau' em tudo o que faz?
- Qual a compensação que busca ao se esforçar para sempre ser **a melhor**
(tal atitude só aumenta o abismo entre **o que de fato você é** e **o seu desempenho obtido**)

3-espelho da **Sociedade (Grupo)** o que **seu grupo** espera de vc ? família, emprego, igreja ...

Note se as expectativas do grupo **são realistas** ou se **expressam algum tipo de jugo**
(às vezes, líderes marcam as pessoas com suas frustrações ou parâmetros irreais)

* Pessoas **muito ...** podem nos fazer sentir inferiorizadas e ameaçadas mas,

- pense, que são assim justamente por tentar esconder as inferioridades delas
 - impressionando os outros

Em qualquer área, **JESUS (a Palavra) é o Gabarito**

- **Ele a conhece...e sabe o que Ele quer de vc**
 - *'Conhece nossa estrutura, lembra-se que somos pó'* Sl 103.14
- **Ele não tem ilusões a meu respeito:**
 - *'teus muros estão continuamente perante Mim'*
(só eu tenho visão distorcida de mim mesma,
(oscilando entre a auto exaltação: mereço mais do que me dão
ou auto destruição: sou indigna de tudo. Não valho nada
 - Ler 'Paredes do coração'?)
- E ainda assim me buscou, revelou Jesus a mim.
 - Às vezes pensamos mal de nós mesmas:
 - Pensamos que decepcionamos a Deus,
 - Às vezes, pensamos mal de Deus :
 - achamos que Ele não nos deu o que nos era devido
 - que fomos lesadas, de alguma forma

☺ a mente é o alvo visado pelo diabo

- para nos afastar de Deus através de pensamento mentirosos

Cada momento é uma escolha e vc decide o que vai fazer consigo mesma

- Aceita a sugestão depreciativa ou irreal
 - decide crer no que Deus diz a seu respeito
☺ saber quem é em Cristo ajuda muito... faz toda a diferença
 - busca'r no site 'perolapreciosas' 'Quem somos em Cristo'
 - pode ler nos primeiros capítulos de efésios

***Um texto extremamente libertador 1 Pedro 11.18-19**

(já) fostes **resgatadas com o precioso sangue de Cristo da vã maneira de viver que recebestes dos pais por herança** (genética:temperamento) **tradição** (hábitos, costumes)

- vc passará a o **SER** o **REFLEXO** da obra do Espírito em seu íntimo : **sem stress**

‘ todos nós, com rosto descoberto (ao se descobrir perante Deus, sem máscaras), refletindo como um espelho a glória do Senhor, somos transformados de glória em glória na mesma imagem, como pelo Espírito do Senhor. ‘ 2 Co 3.18

Cap 03 Vida Equilibrada

Altos Padrões de exigências e de excelência impostos pela sociedade moderna levam muitos à auto depreciação, ao ódio a si mesmo, buscando alívio em vícios auto destrutivos ou comportamentos anti sociais, violência, para extravasar a **raiva**

Comparar-se aos outros **ou** buscar aceitação por alcançar padrões de excelência **impostos** é o melhor jeito de chegar auto rejeição . Ou viver numa busca frenética atrás do **ideal**

- ‘ **o senso de valor próprio não é algo opcional: cada ser humano precisa dele**
- **Quando está fora do alcance, todo mundo sofre** (surgem desvios psicológicos)

☺ somos criaturas de Deus: com qualidade **e defeitos por sermos da raça de pecadores**

- Deus nos amou e investiu alto preço para nos ter de volta à comunhão com Ele:
- nos conhece melhor do que nós mesmas **então** é com Ele que temos de tratar,
 - a Ele deve ser dirigida a intenção de agradar
- Então é possível sentir o alívio de sermos apenas nós mesmas...
- Ao consagrar a Deus qualidades e habilidades,
 - deixando que Deus mesmo trate de nossos defeitos e imperfeições**Efeito paralelo:** vamos deixar de ser pessoas críticas
 - **aceitando** melhor as pessoas como são

Chaves para auto aceitação:

1.chave: DEUS AMA VOCÊ, e isso basta !

- > torna-te para mim porque Eu te remi...Is 44.22 Is 43.1
- ler 1João 3.1 e 4.19**

2ª.chave: ACEITE SEU PASSADO

- A) se convertida adulta: as coisas velhas já passaram 2 Co 5.17
- B) Se criada por pais cristãos: Rm 8.28-29

O que aconteceu **estava sob a supervisão de Deus** para formar em vc o caráter de Cristo

- José fora vendido pelos irmãos.Ao morrer o pai, temeram a justa vingança de José que se tornara governador do Egito,mas ele disse:
 - ‘*Vós intentastes o mal, mas Deus o tornou em bem*’ Gn 50. 20
- Deus nos escolheu em Cristo antes da fundação do mundo’ Ef 1.4
- Deus faz todas as coisas conforme o conselho de Sua vontade’ Ef 4.11

- Experiências ruins ou dolorosas permitem nos identificarmos com quem sofre
- e podemos **consolar**
 - **com a consolação com que fomos consolados por Deus** 2 Co 1.3
- ‘Muitos’ alegam que Deus lhes deve alguma coisa...
 - (por não ter sido bastante bom para com eles)
 - e usam o passado como nota promissória dizendo que Deus os logrou’
- Outros, perderiam suas desculpas para a auto piedade
 - se deixassem partir as mágoas do passado’

pg19

A única forma de nos tornarmos novas criaturas é deixar passado para trás, a vida toda.

- Deus diz: ‘*não vos lembreis das coisas passadas*’ ... Is 43.18
‘*para minha paz tive grande amargura*’ Is 38.17
‘*deixando as coisas que para trás ficam, prossigo para o alvo*’ Fp 3.

Fato é que somos o barro e Deus é o oleiro: Ele nos molda e usa como quer, onde quer, Is 45.5

- E mesmo se quebrarmos, Ele não nos joga fora:
 - ‘*fez outro, como bem Lhe pareceu...assim sois vós*’ Jeremias 18.4-6

3ª.chave: APRENDA A SER RENOVADA

Culpa e sentimento de inadequação são as principais causas de desânimo e depressão nas

mulheres . Quando tudo está sob controle aos seus olhos, vc se sente bem consigo mesma

- **Como a roda de uma carroça tem vários raios ligados ao centro**
 - e todos precisam estar em perfeita ordem
 - assim
- as várias áreas de atuação da mulher precisam estar em ordem

Seu coração é o eixo central a esses eixos se ligam:

- 1- PRIMEIRO DEUS : vida espiritual : cobertura (?) , ministérios, atividades
- 2- DEPOIS VOCÊ criatividade : tarefas, relacionamentos, talentos
aparência física , saúde , boa forma emocional
- 3- A CASA ..em ordem, limpa, organizada, bem apresentável
- 4- RELACIONAMENTOS com marido, filhos, igreja, amigas

Negligenciar papéis ou ressentir-se deles tira o equilíbrio e danifica nossa auto imagem

- conforme a fase da vida, uma ou outra atividade tem maior peso, mas todas precisam ser igualmente cultivadas; ex: muitas horas lendo a Bíblia só é possível quando os filhos saem de casa,mas precisa organizar a agenda para ler um certo trecho da Bíblia a cada dia.

Como quando um pneu vai estourar, antes tem uma trepidação, nosso emocional dá umas 'estremecidas antes de pifar' :

- 1- **qualquer coisinha a irrita** ... geralmente as pessoas não ligam a esse sinal de alerta
- 2- **ocasiões de raiva** ... levam a momentos de muita culpa e auto condenação
- 3- **desânimo** ... e as coisa vão piorando pois os afazeres vão se acumulando
o que aumenta a sensação de inadequação e culpa e auto condenação
- 4- **depressão** ... aí é o colapso ! Parece que o mundo fica negro e tudo engripa

Ao perceber os primeiros sintomas, **sinais de alerta** , tome providências para não piorar

- seu **coração é o eixo que segura tudo no devido lugar**

4ª. chave FORÇAS QUE A MOTIVAM

Motivos errados desequilibram qualquer um, mesmo que as coisas aparentes estejam bem

Analise o real motivo de fazer o que faz...

Ex: Servir a Deus para ser considerada espiritual, para ser aplaudida

Corrigir os filhos por medo de ser envergonhada pelo mau comportamento deles.

- Só quando estamos determinados a agradar somente a Deus
> nossos motivos serão puros
- Acertadas as diversas 'chaves', funcionando em equilíbrio, ATENÇÃO

5ª. chave – Humildade

PERFECCIONISMO é armadilha sorrateira,

- Disfarce do **orgulho** que faz pensar que vc pode fazer tudo melhor do que todo mundo

- Que seu empenho seja viver uma vida equilibrada,
- atendendo os vários setores
- como um malabarista vai controlando várias bolas ao mesmo tempo.
- E se uma cair, e tiver que dar uma parada, não perca o foco :
 - aproveite para dar uma descansada
- e retome as atividades em ritmo menos acelerado

Algumas diretrizes que ajudam a aceitar sua humanidade

1--viver dentro de suas limitações 2--estabelecer metas realistas 3--alegrar-se em suas fraquezas
pois **as fraquezas fazem repousar sobre nós o poder de Deus 2 Co 12.9**

- Em busca de equilíbrio e plenitude teremos de nos olhar de frente ,
- o que pode vir a ser uma experiência espantosa Jeremias 31.19
 - **'quando me conheci, bati na minha coxa...'**(abismado)

Cap 04 Importante Gostar De Sua Aparência Física

A autora mostra como passou de uma busca frenética pela beleza física, para o descuido total após sua conversão a um grupo pentecostal até chegar ao equilíbrio de uma aparência de **verdadeira filha de Deus**, princesa(ler salmo 45), embaixadora de Cristo

Ester se embelezou por um ano (foi preciso) a fim de ser escolhida rainha **Ester 2.12**
posição na qual poderia livrar seu povo do extermínio
A Virtuosa se veste de **linho fino e púrpura** : tecidos usados pela realeza **Pv 31.22**
> que representam justiça e autoridade espiritual

O Novo Testamento orienta às **gentias** convertidas a não dar exagerado valor à aparência física evitando a ostentação (as jóias eram verdadeiras, não havia bijuterias) **1 Pe 3.3-4**
Buscando serem ornadas com espírito manso e tranqüilo, precioso diante de Deus

Motivos para buscar aparência bem cuidada e discreta ☺ somos princesas !

1- **somos embaixadores de Cristo**, 2 Co 5.20

A primeira impressão que passamos a alguém, antes de abrimos a boca, é pela nossa aparência
O que sua aparência fala a seu respeito ?

2- **precisamos zelar pelos nossos maridos, não os induzindo à tentação** 1 Co 11.7

☺ Cristã na cai na vulgaridade mas.. o homem é atraído pelo que vê :

No mundo as mulheres primam por ser sexy. O que seu marido vê ao chegar em casa?

3- **boa aparência tem a ver com boa auto imagem** : está ciente de quem é em Cristo?

☺ como vc se vê como filha de Deus ?

4- **o coração alegre aformoseia o rosto** **Pv 15.13**

> um coração **em paz** se reflete em sua fisionomia alegre : fruto do Espírito, Gl 5.22-23

➤ **A paz de Deus emana da obediência à Sua vontade**

➤ Boa aparência tem a ver com a sua comunhão com Deus

➤ O brilho no seu olhar faz com que as pessoas não notem as suas rugas...
(algo parecido, li em algum lugar)

Cap 05 Mantendo-Se Em Forma

nosso corpo ' é santuário do Espírito' 1 Co 6.19

somos mordomos também do corpo que recebemos de Deus

' *o mesmo Deus de paz vos santifique em tudo; e **todo o vosso espírito, e alma, e corpo, sejam plenamente conservados irrepreensíveis para a vinda de nosso Senhor Jesus Cristo**' 1 Ts 5.23.*

Note a ênfase de manter **irrepreensíveis** o nosso ser **como um todo**: corpo, alma e espírito
(demasiada ênfase em um aspecto em detrimento do outro é prejudicial:é preciso buscar o equilíbrio)

- Manter-se me forma é o modo como se mantém **o corpo** irrepreensível:
- tem a ver com santificação que é
 - separar-se **do pecado** (errar o alvo de Deus para nós)
 - separar-se para Deus

1- **Acertar a sua motivação**

É o primeiro passo:

> POR QUE vc **QUER SE MANTER EM FORMA E SAUDÁVEL** ? vc **quer** ?

Sem querer de fato, nunca vai conseguir nenhum resultado, em nada que se propuser fazer

2- **é questão de disciplina** Deus espera que Seus filhos sejam disciplinados

- DISCIPLINA é seguir certas orientações de modo sistemático constante persistente
- Todo atleta sabe que só consegue resultados satisfatórios com disciplina
- Mas disciplina não é fácil: '*Toda disciplina, com efeito, no momento não parece ser motivo de alegria, mas de tristeza; ao depois, entretanto, produz fruto pacífico aos que têm sido por ela exercitados*' Hb 12.11
- A disciplina física leva à disciplina psicológica e espiritual, 1 Coríntios 15.46
'*não é primeiro o espiritual e, sim, o natural; depois o espiritual*'
- Atividade física sistemática alivia tensões , melhora o desempenho em geral
- Disciplina tb envolve **devocionais sistemáticas**: 'o vosso culto racional' **Rm 12.1-2**

3- **é questão de foco** '*todo atleta em tudo se domina*'... 1 Co 9.25 > se ele quer o prêmio

Estar em forma é questão de

1- **MANTER O PESO**

Comer demais por gula ou como compensação para frustrações emocionais é pecado :

> não é o alvo de Deus para Seus filhos **'faça tudo para a glória de Deus' 1Co 10.31**
☺ **precisa muita oração**, verificar metabolismo, **acertar a dieta adequada ao seu caso**

- 2- ATIVIDADE FÍSICA** Preguiça, indolência não é o alvo de Deus para Seus filhos
- **Escolha atividade que lhe dá prazer que seja fácil vc realizar em sua rotina diária**
Ex Não adianta querer nadar se - não é sócia de nenhum clube, a piscina é longe...
- Vc depende de carona e não tem tempo disponível
 - ANDAR é a atividade mais prática Mas pode ser corrida, academia, ciclismo, ou qualquer outro esporte que **até** pode se tornar uma atividade familiar
 - Exercícios físicos produzem endorfinas que são tranquilizantes naturais

- 3- LAZER EM FAMÍLIA, CONTATO COM A NATUREZA, APRENDER COISAS NOVAS**
- Boa forma física leva à boa forma nos relacionamentos
 - Contato com a natureza faz bem ao corpo e à alma; ex: passeios no parque,
 - Propicia atividades de lazer em conjunto: pic-nics, viagens, turismo
 - é mais fácil se identificar com os jovens
 - Aprender coisas novas, faz bem ao cérebro e aos relacionamentos: gera entusiasmo
 - 'se paramos, já ficamos para trás' (dizia certa professora)

Essencial é atenção ao equilíbrio: se faz muita atividade física, programe o descanso
Se faz muito trabalho intelectual ou sedentário, programe o lazer e o exercício

Deus dá a fórmula do equilíbrio, o acerto das prioridades:

- 'Seis dias trabalharás, e farás todo o teu trabalho;**
- (requer estabelecer prioridades, planejamento, manter o foco, ser diligente)
- **'mas o sétimo dia... 'descansa'**
- (descanso programado, pois até a comida tinha de ser feita no dia anterior)
- **é o sábado do Senhor teu Deus. Nesse dia não farás trabalho algum**
- **dorme até tarde, atividade em família, tempo a sós com Deus.**

Cap 06 Emoções Ocultas

1- EMOÇÕES REPRIMIDAS NO INCONSCIENTE LEVAM A UM AGIR INEXPLICÁVEL

A autora conta como incidente trivial **trouxe à tona ódio inconsciente que nutria pela sua mãe**
Sentimentos reprimidos, muitas vezes jogados no inconsciente, fazem mal à saúde e ocasionam comportamentos indesejados e, aparentemente, inexplicáveis Também causam doenças psico – somáticas (a pessoa descarrega no corpo algo que não consegue lidar na mente e no emocional)

☺ Levando a dificuldade a Deus, o Espírito Santo pode trazer à luz a raiz do problema:
'conhecereis a verdade...vos libertará...Se o Filho vos libertar verdadeiramente sereis livres'
> é o atuar de Deus no íntimo que liberta... **João 8.32,36**

O que entristece o Espírito: amargura, cólera, ira, gritaria, blasfêmia, intenção maldosa, maldade, espírito crítico e ressentimento + rancor > **LONGE DE VÓS ... Ef 4.30-32**
é Deus zelando por nossa saúde física, mental e espiritual

☺ Vá a Jesus, derrame seu coração diante de Deus : Ele saberá encaminhá-la aos passos necessários para lidar com você, com a situação, bem como com todos os envolvidos...

2- RESSENTIMENTO, RANCOR, ESPÍRITO DE VINGANÇA A parábola do credor que foi perdoado de grande dívida e não quis perdoar uma pequena dívida de quem devia a ele mostra que o rei o entregou aos verdugos Ler **Mt 18.21-35**

Não perdoar faz de vc refém da pessoa a quem vc odeia : quem vc odeia está numa boa e **vc carrega essa pessoa martirizando vc a todo momento em seu íntimo**. Falta de perdão, ressentimento, rancor fazem o organismo produzir hormônios de proteção como se estivesse exposto a frio intenso ou fadiga excessiva o que leva ao esgotamento físico e emocional

- ☺ Entregue o caso a Deus
- e deixe Ele cuidar de todos os envolvidos do modo que Ele achar justo
 - *'Julgue o Senhor entre mim e ti, e vingue-me o Senhor de ti;*
 - *porém, a minha mão não será contra ti.*
 - Gn 16.5, 2 Sm 24.12

Quanto mais o sangue de Cristo, que pelo Espírito eterno se ofereceu a si mesmo imaculado a Deus, purificará as vossas consciências das obras mortas, para servirdes ao Deus vivo? Hb 9.14 _ o pecado dos outros macula nossa consciência (a mente) como se alguém jogasse um ovo podre em nosso vestido de festa: ficamos furiosos, queremos nos vingar; com o tempo, aquele ovo começa a feder e vamos ficando cada vez com mais raiva

- O mais sensato é lavar o vestido
- e continuar bem arrumada.
- Deixe Deus se encarregar de julgar, disciplinar, e tratar com seu ofensor - de modo justo, como Deus sempre faz.

*No VT os rins eram para ser consagrados com a gordura a Deus : hoje sabe-se que na gordura estão as glândulas supra renais responsáveis pelo humor da pessoa De certa forma, é como se Deus esteja dizendo para Lhe consagrarmos também nossos humores

> Êxodo 29.13,22 Lv 3.4, 10,15 Lv 4,9

*Algumas versões traduzem como 'coração' a palavra que, no original, significa rins

- Rins fala da origem dos sentimentos, Jr 12.2, Sl 16.7
- 'Louvarei ao Senhor que me aconselhou; até os meus rins me ensinam de noite'
 - Seus sentimentos afetam a qualidade do seu sono

*Certas igrejas reivindicam de Deus a cura: pode ser que os sintomas sejam sanados mas

- se não for tratada a CAUSA, a raiz do problema, os sintomas podem voltar

A autora conta que um certo homem achou seu próprio método de lidar com doença, dita fatal, buscando sentimentos agradáveis : ' o coração alegre é bom remédio' Pv 17.22

- Vontade de viver e atitude positiva ante os percalços da vida
 - fazem toda a diferença

*Não são os problemas da vida que nos destroem, mas a nossa reação a eles; cita o caso:

De dois irmãos na mesma situação, duas reações diferentes: um aceita, e supera. O outro se deixa tomar pelo ressentimento, e fica esquizofrênico tendo de ser internado várias vezes.

☺ **evidente que o inimigo vê e aproveita atitudes negativas e pecaminosas para nos oprimir**

- O mundo espiritual opera na legalidade:
- **se abrigar pecado no coração**, já deu brecha ao inimigo

Foi o caso de Jó: ' o que temia me sobreveio; e o que receava me aconteceu' Jó 3.25

*Como filhos de Deus, nunca podemos nos sentir levados pela má sorte, pelo infortúnio:

1º. 'Cristo em vós, a esperança da glória' Cl 1.27

- somos propriedade de Deus, comprados pelo sangue de Jesus e selados com o Espírito

2º. Independente das circunstâncias (fora do nosso controle)

- podemos (devemos) controlar nossas reações; Gn 4.7
 - 'Se bem fizeres, não é certo que serás aceito?
 - E se não fizeres bem, o pecado jaz à porta,
 - e sobre ti será o teu desejo(vontade), mas sobre ele debes dominar'
(domínio próprio é fruto do Espírito, Gl 5.22-23)

3º. Se entregamos a Deus o controle das nossas vidas, temos de crer que Ele está no controle, de fato. Jesus, traído, negado, açoitado, cuspidor e humilhado pelo soldados_ ao ser afrontado por Pilatos respondeu: 'nenhuma autoridade(poder) terias sobre Mim se de cima não te fosse concedida' João 19.11

> afirmando a soberania de Deus em Sua vida e circunstâncias.

* A autora fala sobre síndrome de transmissão: as emoções, comidas e vícios de uma grávida afetam o ser em desenvolvimento ☺ dizem que é bom ouvir música clássica e falar com a 'barriga'

- o anjo disse à mãe de Sansão para não tomar vinho e não comer coisa imunda' Jz 13.4-5
- traumas na gravidez podem afetar o psicológico do nenê, mesmo antes de nascer.

*A autora conta como havia desenvolvido um sistema inconsciente de acionar doenças reais para escapar de situações que temia não ser capaz de se sair bem Desde pequena, ficar doente fora recompensado com mais atenção e isenção de compromissos. Ao ser confrontada por Deus, percebeu esse comportamento recorrente e começou a lidar consigo mesma e com as situações levando-as a Deus: ' não quero mais escapar às tensões da vida, mas aprender a operar em meio a elas... Ao sentir que começava a 'ficar doente', orava: Senhor, não quero fugir, mas fazer tudo o que o Senhor deseja que eu faça' e logo (2 dias) os sintomas desapareciam' pg 50-51

Copio: 'o desejo de escapar às minhas responsabilidades me era inaceitável, por isso, enterrei-o no fundo do meu ser (rins/ inconsciente) onde ele poderia fazer o 'trabalho sujo' às escondidas de minha vontade consciente '

- Na cruz, Deus proveu em Jesus tudo o que precisamos ...

Jesus ' *feito por Deus para nós: sabedoria, justiça santificação e , redenção*' 1 Co 1.30
 > para sermos pessoas equilibradas: *o castigo que nos traz a paz estava sobre Ele* Is 53.4-7
 > Mas não nos **isenta de problemas e aflições** : '**no mundo tereis aflições**' João 16.33
 >mas há provisão de **paz e graça**: deixo-vos a Minha paz ...

'**Minha graça te basta**' 2 Co 12.9

>e de tudo o mais necessário de modo a >passar por aflições glorificando a Deus, **Isaías 43. 2**

* Quando passares pelas águas (Eu) estarei contigo,

- *quando pelos rios, eles não te submergirão;*
- *quando passares pelo fogo, não te queimarás, nem a chama arderá em ti'*
- *Não veio sobre vós tentação, senão humana;*
 - *mas fiel é Deus, que não vos deixará tentar acima do que podeis,*
 - *antes com a tentação dará também o escape, para que a possais suportar'*

1Coríntios 10.13

A autora começou a '**falar a verdade** do que havia em seu íntimo para Deus, momento a momento' : *se andarmos na luz... o sangue de Jesus purifica de todo pecado*' 1 João 1.7

A comunhão com o Espírito é mantida e Ele opera em nós o que perante Deus é agradável
 Fp 2.13

Erros de conduta:

- dissimulada (dar uma de boazinha, enterrando maus sentimentos)
- não aceitar fraquezas ou imperfeições
- querer estar sempre 'por cima'
- Parecer mais do que realmente é

*Aprendendo a aceitar o perdão de Deus, a nos perdoar e a sermos perdoadores, acabam-se as tensões emocionais e podemos nos tornar pessoas equilibradas que vivem para glorificar a Deus.

Cap 07 Dois, Uma Só Carne

É instinto da mulher querer mandar no marido : que ele lhe faça todas as vontades, que ele aja do jeito que ela aprova , e que ele seja bem do jeito **que ela considera** aceitável.

- Mas o marido é do jeito que ele é,
- e quanto mais a esposa força para um lado, mais ele se posiciona do lado oposto
-

Deus orienta à Submissão : o modo inteligente da esposa se posicionar no casamento

- **quando a esposa baixa armas**, deixa as críticas, as rabugices, as implicâncias ou 'brincadeiras' irônicas e sarcásticas que demonstram superioridade
 - e visam diminuir o cônjuge ...
- **Cessa a oposição do marido**
- por perceber que não mais precisa garantir à força o lugar que lhe é devido

1- Tornar-se uma só carne é **não se opor**: é aceitar e fundir-se à identidade do outro,

Tão ruim quanto baixa auto estima é **ficar criticando tudo** quanto o marido faz ou **é...**

' **toda a cidade, ou casa, dividida contra si mesma não subsistirá**' Mt 12.25

> Mical olhou com desprezo para o marido e até à sua morte foi estéril , 2 Sm 6.16, 28
 (o que era considerado opróbrio, sob o juízo de Deus)

- **Esposas que não respeitam seus maridos criam filhos rebeldes e todos sofrem**
Submissão aparente sem respeito tb não funciona, Ef 6.33
 - ☹ **é resignada aceitação** encobrindo rebeldia.

- O que funciona é submeter-se a Deus sendo submissa ao marido e **orar a Deus** :
 - i) que as decisões dele expressem a vontade de Deus para a família cf Pv 21,1
 - ii) que Deus lhe conceda entendimento para viver a vida comum do lar cf 1 Pe 3.7
 - iii) **que o Espírito o convença** de pecado, justiça e juízo
 - cf justo aos Seus olhos João 16.8

2- A esposa intercessora, pede **perdão** como se o erro fosse seu; ex: Abigail 1 Sm 25.24, 28

E Deus cuidou de Abigail lidando com o marido dela e fazendo-a casar com Davi

Copio: 'Deus trata do marido quando a esposa está no lugar certo e na atitude certa' pg 58

- Fazer o certo com atitude de mártir, impede a bênção que tal situação traria
- Fingir submissão para forçar Deus a tratar do marido, também não funciona.
- Um texto resume bem a atitude prática da submissão:

- **'Fazei tudo sem partidarismo ou vanglória, mas por humildade, Fp 2.3-4**
- *Cada um considere os outros, superiores a si mesmo*
- *Não tenha cada um em vista o que é propriamente seu, mas o que é dos outros'*

*Precisa entender que submissão é princípio de Deus em todas as esferas dos relacionamentos. Que submissão é decisão pessoal, em obediência a Deus

- Sujeitai-**vos** às autoridades ...
- servos, sujeitai-**vos**... Ef
- senhores, lembra que tem um Senhor no céu(a Quem devem **se** sujeitar)
- esposas, sujeitai-**vos**... 1Pedro 3.1-7
- **igualmente vós**, maridos(sujeitai-vos) a viver a vida comum do lar com entendimento

Deus usa situações e pessoas difíceis para moldar o caráter de Seus filhos, Pv 27.17

- quando a lição é aprendida,
- Deus intervém na situação
- Oremos: -'Deus, faz-me aprender **logo** a lição que Tu queres me ensinar...'

3- Honrar o marido é **desistir com alegria** dos próprios desejos : mostra Jesus aos filhos
Exemplo de Jesus: **'não busco a minha vontade e sim a daquele que me enviou 'Jo 5.30**
Disponha-se a seguir a indicação de Deus descobre Seu plano para vc a torna realizada

*União de alma requer a disposição do marido **de tb despir-se de todo egoísmo**, para **juntos** buscarem e experimentarem o melhor de Deus para seu casamento

☺ **quando um não quer, dois não vivem bem**

- Relacionamento transparente, sem mágoas, sem ressentimentos glorifica a Deus
- Homens são fechados com medo de se exporem e serem atacados em suas fraquezas
Submissão dá-lhes a segurança necessária para se abrirem sem medo de perder a autoridade
- Homens precisam se afastar da mãe para firmar sua identidade masculina .
- A esposa dominadora e maternal afasta o marido e esfria a relação
 - pois nenhum homem quer fazer sexo com a mãe.
- Homens têm dificuldade em verbalizar seus sentimentos daí fugirem de 'discutir a relação' pois sabem que vão perder. Então apelam para a força ou isolamento (mutismo)
- O homem tem visão do todo, a mulher dos detalhes: **juntos**, a perspectiva das coisas fica muito mais ampla e real: assim, haverá decisões muito mais acertadas e adequadas
- ☺ dois **sob** o senhorio de Jesus : quanto mais próximos de Deus, mais próximos um do outro
Jesus no meio: ao mesmo tempo que une, absorve as diferenças

Cap 08 Auto imagem e os filhos

1- Filhos geralmente causam dificuldades no relacionamento do casal (em todas as fases da vida deles) mas principalmente quando pequenos por tomarem todo o tempo e atenção da mãe

☺ SABEDORIA: colocar filhos na cama cedo para ter tempo só com o marido após o jantar
Providenciar uma pessoa para ficar com eles ou deixar na casa da avó uma noite por semana
Ensinar a se virar com suas coisas para irem a acampamentos

EDUCAR OS FILHOS É RESPONSABILIDADE DA MÃE: ela fica com eles o dia todo, todos os dias. Mesmo que não queira, **as atitudes dela formam o caráter dos filhos**. Não adianta estragar o dia todo e querer que o marido conserte à noite : **gera problemas com autoridade, com a figura do pai e cria filhos rebeldes**

Não é para ser assim: filhos são para serem bênção do Senhor **SI 127.3**

3-Deus usa os filhos para evidenciar áreas que precisam ser tratadas nos pais

- Assim, pais e filhos crescem e são educados JUNTOS
- Mães rebeldes, insubmissas e INDISCIPLINADAS
 - criam filhos rebeldes e problemáticos

4- Filhos mal criados afetam a auto-imagem dos pais e geram um círculo vicioso que precisa ser quebrado pela mãe : ela está o dia todo com os filhos

5 - Filho pode se tornar zona de guerra entre os pais: eles percebem o antagonismo em certas áreas e usam para jogar pai conta mãe de modo a desviar a atenção deles(filhos) e eles fazem o que querem. Pais (pai e mãe) precisam se unir, estabelecer certas diretrizes básicas

que devem **ser seguidas na presença ou ausência dos cônjuges** .

Esse pode/ não pode cria pessoas inseguras e acostumadas a burlar regras quando não é vista

Dois pesos e duas medidas é abominação ao Senhor Pv

‘seja o seu **sim, sim e não: não**: o que passa disso é do maligno’ Mt ...

- Tais atitudes dão ocasião ao atuar do inimigo e as crianças são as mais afetadas

A união entre os cônjuges é essencial para o bom desenvolvimento emocional dos filhos

Diferenças devem ser acertadas na intimidade e jamais na frente dos filhos.

Nunca um cônjuge deve DESDIZER o que o outro disse _ daí a necessidade de

- AMBOS compreenderem que acima de tudo **vale a união do casal**
 - e não, só a vontade de **um deles** .

BRIGAS motivadas pelos filhos são sintomas de que algo não vai bem em outras áreas quanto a nossos cônjuges ou nós mesmos.

ATITUDES FALAM MAIS ALTO DO QUE MIL PALAVRAS : **o que somos** se reflete nos filhos, mais do mil sermões sobre um certo assunto Um texto define as atribuições dos pais ao educar os filhos : **‘ouve o ENSINO do teu pai e não deixes a INSTRUÇÃO da tua mãe’ Pv 1.8 sendo ENSINO** Ação, arte de ensinar, de **transmitir conhecimentos**.

Orientar no sentido de modificar o comportamento da pessoa humana.

INSTRUIR _ transmitir conhecimento com autoridade

(dic) Formar o espírito de alguém com lições, conhecimentos: instruir a juventude.

Na prática:

pg 67

O pai dá as diretrizes gerais dos comportamentos aceitáveis e valores a serem observados

A mãe ensina as razões e faz obedecer as diretrizes do pai

Ex: o pai determina que o filho deve tirar o lixo todos os dias

A mãe mostra a importância de obedecer aos pais **por causa de Deus** Ex 20.12, Ef 6.1-3

Ensina a Palavra _ na prática : fazei todas as coisas sem murmurações nem contendas’ Fp 2.14

- sobre Trabalho e preguiçosos : Pv 6. 6, 9 _ 10.26 _ 13.4 _ 20.4 _ 26.16

- sobre fazer as coisas **PARA Deus** e não aos homens, Ef 6.6

A mãe é figura fundamental na formação da criança **pele exemplo, por suas atitudes** por isso **a mãe precisa se acertar com Deus** quanto às suas atitudes para ver como irá influenciar aos filhos **de acordo com a vontade de Deus e não ao sabor de suas tendências naturais**. **Basicamente é preciso ensinar aos filhos o respeito às autoridades,** independente do caráter delas **Rm 13.1-3**

Jesus **viveu** em absoluta submissão ao Pai : **João 5.30**

‘não procuro a Minha própria vontade e, sim, a daquele que Me enviou’

e , mesmo’ na pior’, deu testemunho de sua posição íntima:

‘ nenhuma autoridade terias sobre Mim se de cima não te fosse dada’ Jo 19.11

Toda criança precisa de limites e estar **sob autoridade** que as faça andar ‘na linha’

- até que possam andar como convém por si mesmas.

Submissão precisa ser ensinada desde a mais tenra idade

- e demonstrado pelas atitudes dos pais
 - **o pai** sendo submisso a Cristo, o cabeça da Igreja, fonte de autoridade no lar **Lc7.8**
 - a mãe sendo submissa à autoridade do marido (pai)
 - filhos sendo igualmente submissos aos pais
 - **Todos sendo submissos** às autoridades constituídas e à Palavra de Deus
- Mãe com auto imagem fraca não saberá se impor aos filhos e Mãe autoritária ‘esmagará’ seus filhos impedindo crescimento saudável deles

Muitas vezes, **o que os pais são se reflete nos filhos** como Jesus foi a imagem do Deus invisível E traços característicos ‘grudam’ nos filhos de acordo com a índole de cada um

O melhor de Deus para o cristão não consiste em prosperidade material, Rm 14.17 pois o reino de Deus não é comida, nem bebida mas justiça, paz e alegria no Espírito’

O conceito de felicidade do mundo abrange um padrão que depende das circunstâncias MAS... **‘ justiça, paz e alegria no Espírito’ não dependem** das situações. **Fp 4.11** **‘aprendi a estar contente em toda e qualquer situação’**

A atitude dos pais (muito mais do que suas palavras) ante as situações corriqueiras da vida é fundamental no ensino dos valores que irão nortear as futuras escolhas dos filhos na idade adulta: como reage aos imprevistos, aborrecimentos diários, pessoas inconvenientes ou maldosas, etc...

Vivendo sob o controle do Espírito podemos refletir a imagem de Cristo sendo formada em nós

CULPA arrasa qualquer mãe variando de **intensidade e frequência** conforme situações particulares de cada uma sendo peso insuportável a algumas que, por isso, fogem: omitem-se de suas atribuições naturais

- **FILHOS precisam ser encarados do modo de Deus:**

São criaturinhas a nós confiadas para serem preparadas para viver bem neste mundo e fazer escolhas que as levarão a uma Eternidade com Deus

Desde antes de nascerem, os pais precisam **se entregar** a Deus e aos filhos, também, para que, em tudo, **prevaleça a vontade de Deus para todos. Consola e traz alívio** saber que todos cometemos erros mas que, pela **graça, Deus aperfeiçoa a boa obra começada em cada um'** Fp 1.13

Deus conhece a estrutura de cada pessoa, Sl 103.14

- **sabe** quando fazemos nosso melhor dentro de nossas possibilidades:
- o que mais podemos fazer ????? senão confiar nEle de todo o coração quanto a nós e quanto aos nossos filhos. Especialmente quanto à maternidade, vale a frase:
- trabalhe como se tudo dependesse só de vc e ore como se tudo dependesse só de Deus

Cap 09 Cuidado Com O Lar

Um lar é como um ninho para os filhotes: lugar seguro, importante até para os animais. **Mt 8.20** Jesus mostrou ser provisão fundamental até na Eternidade, **João 14.2** '*muitas moradas*' covil Sabendo da extrema importância do lar para o equilíbrio e felicidade das pessoas, > o mundo(sob a influência do diabo) faz de tudo para destruir os lares inclusive menosprezando a figura e a importância da dona de casa fazendo-a se sentir inferiorizada ao exercer suas funções básicas

Ser virtuosa deveria ser o ideal de qualquer mulher cristã,
> e inclui **ser ótima** dona de casa

ACEITAÇÃO DE SEU PAPEL E FUNÇÃO DESIGNADA POR DEUS É FUNDAMENTAL

Ao prenúncio da cruz, Jesus tremeu mas disse: '**para isto vim**' **João 12.27**

Desde o ventre materno Deus já mostrou Sua vontade para vc e designou seu papel ao definir seu sexo como sendo feminino

Antes da revolução feminista as mulheres eram incentivadas ao exercício de seu papel de esposa, mãe e dona de casa. Depois, além de continuarem a ter de cumprir esse papel ainda foram desafiadas à jornada dupla, senão tripla, se tiver ministério na igreja Na igreja primitiva a ordem foi' **que as mais velhas ensinem as mais novas a serem boas donas de casa e a amarem seus maridos e filhos'** Tito 2.4-5

E como ensinar se faz pelo exemplo,

- as mais velhas precisam rever sua atitude e eficácia ante seu papel

O que fazemos afeta como nos sentimos em relação a nós mesmas pg 78

Como realizamos nossas tarefas afeta o conceito dos outros a nosso respeito

O lar diz muito a respeito da mulher que o administra :

TIPOS DE CASA QUE REFLETEM A PERSONALIDADE DA MULHER QUE CUIDA DELA pg 79

1- lar utilitário Tudo tem quem que ter uma utilidade e o meramente decorativo é supérfluo e descartado Sem toques femininos ou decorativos, a casa fica FRIA e impessoal sem o aconchego indispensável a um verdadeiro lar . Não tem tempo para as amigas conversas informais

2-lar ultra sofisticado planejado para causar impacto no visitante tb é impessoal nos sentido de tudo ter de ser mantido absolutamente intocável e impecável São mulheres ocas que se preocupam com a aparência e não tem aptidão para se ocupar com o que está por trás da fachada.

3- lar Super ordeiro não deixa as pessoas à vontade com medo de macular o 'santuário' Mostra necessidade de manter tudo sob seu controle ou usa a limpeza e ordem como fuga das próprias 'sujeiras' e até de Deus

4- Lar enganoso parece limpo, em ordem e enfeitado às visitas mas os lugares mais íntimos estão uma bagunça e sujeira como a vida da dona da casa que parece estar tudo bem mas há áreas podres que carecem urgentemente de trato: ordem e limpeza

5- Lar sujo é uma bagunça só, atestado da falência da mulher que cuida da casa denotando REBELDIA contra as circunstâncias, contra o marido e , até, contra Deus mesmo que até pareça ser muito espiritual

6- lar bem sucedido é o de uma mulher que encontrou o equilíbrio ao exercer suas funções As pessoas se sentem bem e acolhidas Entre o caos e a super arrumado e limpo há uma mulher que cuida da casa como exercendo **mordomia ao Senhor** Pv 16.3

Confia ao SENHOR as tuas obras, e teus pensamentos serão estabelecidos.

Pode orar : *Senhor, grata pela casa que Tu me deste e ajuda-me a cuidar dela como tu queres...*

Está atenta ao andamento da casa, e não come o pão da preguiça. Pv 31.27

Deus é Deus de ordem : ao manter sua casa em ordem tb está trazendo Deus para sua vida

1-A responsabilidade da casa é exclusiva das mulheres:

- homens não devem ser importunados com solicitação de ajuda
- **além das que expressam consideração para com a esposa**

***Esperar por providências necessárias e que demoram para acontecer** podem ser situações em que **Deus nos ensina a depender dEle** e a estar contentes em qualquer situação confiando que Ele inclinará o coração do marido segundo Sua vontade **Fp 4.11 e Pv 21.1 +SI 37.4-5**

2- exerce a hospitalidade, Hb 13.2 e 1 Pedro 4.9 _ hospitaleiros sem murmurações

Como Jesus ensinou : **sem esperar retribuição** **Lucas 14.12-14**

Filha de Deus, boa dona de casa sabe arranjar **tempo para todo propósito, Ec 3.**

- Especialmente tempo para estar a sós com Deus e
- **buscar Aquele em Quem tudo subiste, Cl 1.17**
 - para não pereçamos em meio às dificuldades.

Ser dona de casa que glorifica o nome do Senhor: **não dando ocasião ao inimigo de maldizer** é tarefa só possível que mostra dependência prática da graça de Deus em tudo **1 Tm 5.14 que se casem, gerem filhos, governem a casa, e não dêem ocasião ao adversário de maldizer'**

Cap 10 Expressando Criatividade

Apesar de ser plano de Deus prioritário da vida da mulher, a vida da mulher não deve se restringir apenas às atividades domésticas

- **Há muitos meios de desenvolver sua criatividade**
 - 1- Ao esticar o orçamento do marido
 - 2- ao se preparar para emprego compatível com suas funções primordiais
 - 3- ao manter acesa a chama do romantismo ou zelar pela satisfação sexual
 - 4- ao ser pessoa incentivadora que sabe extrair o melhor dos familiares
 - 5- ao aprender artes manuais
 - 6- ao ter ganho extra : a virtuosa '**percebe que seu ganho é bom**' Pv 31.18
 - 7- ao exercer misericórdia: trabalho voluntário, ministério na igreja, solidariedade

*Dar vazão à sua criatividade tem efeitos psicológicos saudáveis:

1 relaxa 2- **reforça sua auto estima** _ dá prazer que compensa as frustrações inerentes aos trabalhos obrigatórios 3- **faz com que se organize** para ter tempo com o que lhe dá prazer Seremos pessoas completas, **realizadas** se desenvolvermos **os dons especiais** que Deus nos deu, exercendo-os **onde** Deus nos conduzir

Cap 11 Aceitando Nossos Papéis

Igualmente vós, maridos, coabitai com elas com entendimento, dando honra **à mulher, como vaso mais fraco**; como sendo vós os seus co-herdeiros da graça da vida; para que não sejam impedidas as vossas orações. **1 Pedro 3.7**

Vaso mais frágil não no sentido de inferior ao homem mas de requerer mais cuidado no trato como a porcelana ou cristal precisam ser manuseados com mais cuidado do que uma panela de inox. Em vários textos, Deus mostra que o papel do homem é dar cobertura à mulher no sentido de proteção, de não deixara mulher exposta à mercê de estranhos

o homem é cabeça da mulher 1 Co 11.3 e 10

por isso, a mulher usa véu: precisa estar sob autoridade como estando sob cobertura espiritual

Boaz deu cobertura a Rute dando ordens para que ninguém a molestasse enquanto colhia espigas: estrangeira, viúva, jovem e bonita seria natural que algum homem tentasse se aproveitar dela.

Deus diz: ‘estendi sobre ti as abas de meu manto e cobri tua **nudez** (é a evidência do pecado) ‘fiz contigo aliança.. passaste a ser minha’ Ezequiel 16.8

Antes da Queda, Adão e Eva estavam vestidos com a glória de Deus, **Salmo 104. 1-2**

Imediatamente após **ambos** terem comido do fruto à revelia da orientação de Deus, ‘abriram-se os olhos e viram-se nus ‘ separados de Deus, fora-se a glória de Deus que os vestia. Então, o sacrifício dos animais para fazer –lhes vestes de peles adquire um significado especial: um inocente morre para cobrir a evidência do pecado e torná-los apresentáveis a Deus **Gn 3.21**

Essa é a mensagem da cruz. Cada sacrifício do Velho Testamento aponta para a cruz.

Como tudo começou? ‘para o homem não se achava (uma fêmea) ... então o Senhor Deus disse: não é bom que o homem esteja só: far-lhe-ei ajudadora idônea... então fez cair sono pesado em Adão ... e, da costela que ...tomou de Adão, formou uma mulher’ **Gn 2.18-23**

Tirada da costela de Adão Deus quis mostrar que **ambos precisavam um do outro** para estarem completos: eles se completavam quando o homem abraçava a mulher recebendo-a de volta sob seus braços e ela se sentia em seu lugar, tendo voltado ao seu lugar de origem

Por que Deus não fez os dois ao mesmo tempo? Deus faz tudo com um propósito

1º. Quis mostrar ao homem que ele precisava de uma companheira por isso trouxe a Adão todos os animais com suas devidas fêmeas: **‘mas para o homem não se achou fêmea’**

2- Quis mostrar que a mulher viera a existir em função do homem, PARA O HOMEM.

Por que o diabo tentou Eva? A tentação só ‘funciona’ se a sugestão do diabo encontrar eco no coração da pessoa: cada um é tentado por sua própria cobiça quando esta o atrai e seduz **Tg 1.14**

Talvez houvesse no coração de Eva um ‘quêzinho’ de rebeldia por sentir-se inferior ao homem

Porque, sem o homem, ela não existiria e só veio a ser criada **PARA** ser ajudadora **do homem**.

Crendo na mentira do diabo que comer não traria más consequência e **VENDO** uma possibilidade de conhecer algo que o homem não conhecia... A chance de ser mais do que o homem, **e comeu ...**

Demonstrou sua superioridade quando **mandou e ele aceitou** comer à revelia da ordem de Deus

‘a quem servir, sois servos...’ Rm 6.16 ☺ constituiu o seu senhor

Com a Queda, Deus definiu novamente os papéis e disse:

- **à mulher:** multiplicareis as dores (do parto) seu desejo será seu marido e ele te dominará
ao homem: do suor do teu rosto comerás (definindo a tarefa de **provedor** e trabalho cansativo) até que **tornes à terra** (sugerindo ser enterrado após à morte) **Gn 3. 16-19**

Aceitar a orientação de Deus é o primeiro passo para estarmos ‘às boas’ com Deus.

‘andarão dois juntos se não estiverem de acordo?’ Amós 3.3

Quem quer andar com Deus precisa se adequar a Deus

Ao homem compete **ESCOLHER** com quem ele quer andar: com Deus ou com o diabo.

Deus põe as cartas na mesa e mostra o jogo todo. O diabo seduz, engana e faz pecar

Mulheres possuem forte tendência de **SE ACHAREM** mais espirituais do que os homens e são bem mais suscetíveis de acolherem heresias. Elas são atraídas a estudos bíblicos e reuniões de orações mas, **cuidado!** Que sua beatice corresponda a vida espiritual verdadeira para não ser envergonhada ao perceber que a vida de seu marido ‘nada espiritual’ dá melhor testemunho, 102

Deus concede dons às mulheres para serem exercidos sob a autoridade do marido nunca à revelia destes: **‘Débora, mulher profetisa, mulher de Lapidote, julgava a Israel ... Juízes 4.4**

Note a ordem: **profetisa** (dom de Deus) **mulher de...** (sob autoridade) **julgava** (exercia o dom)

Toda mulher é tentada a SE ACHAR mais ... do que o marido

***Para exercer dons há diretrizes práticas:**

1- ser fiel no pouco ... Fidelidade é princípio geral que envolve tudo o que fazemos, o modo como exercemos o papel determinado por Deus **ANTES MESMO DE TERMO NASCIDO**.

2- 'não é primeiro o espiritual e, sim, o natural' 1 Co 15.46 1 Co 7.34

O ministério deve ser exercido sem detrimento de suas obrigações naturais e está escrito que 'solteira cuida das coisas do Senhor, a casada... das coisas do mundo, como agradar o marido'

3- ministério abençoado está sob autoridade do marido, do líder espiritual (pastor)

Miriã foi punida ao se rebelar contra a autoridade de Moisés, talvez por ter insuflado a Arão a agir com ela (ninguém quer pecar sozinho) Nm 12.1-2, 9-10

***Ministérios legítimos para as mulheres cf a Palavra** pg 104-105

1- boas obras _ 'abre a mão ao aflito e a estende ao necessitado' Pv 31. 20 e 26

2- ensino e consolo _ 'fala com sabedoria, e instrução e bondade há em sua língua' as mais velhas ensinam as mais novas... Tito 2.3-5

No tempo da Graça, boas obras não servem para a salvação mas são evidência de novo nascimento : 'a fé sem obras é morta ' Tiago 2. 26 > Ef 2.10, Tito 2.14, Tg 2.18

' Ouviam dizer : Aquele que já nos perseguiu anuncia agora a fé que antes destruiu' Gl 1.23.

3- Estudo bíblico eficaz gera MUDANÇA DE VIDA : senão é meramente informativo... pg 106

Jesus incentivou a caridade: parábola do samaritano, dar um copo de água fria, visitar presos e doentes, exercer hospitalidade e acudir ao necessitado. Boas obras são recomendadas a todas as mulheres (1Tm 2.9-20) e qualificavam as viúvas a receberem auxílio das igrejas: 1 Tm 5.10

Exemplos bíblicos:

viúva de sarepta , 1Rs 17.10-15 Dorcas, Atos 9.39 Sogra de Pedro e Marta

muitas outras(mulheres) que O serviam com seus [bens]... Lucas 8.3

Advertência: '...não sejam mestres, sabendo que receberemos mais duro juízo' Tg 3.1.

Pregar o que não se vive é perigoso pois um dia, Deus trará a verdade à luz ou...

- vc pode ser testada na prática do que pôs como alvo aos seus alunos

Cuidado com o que ensina ou prega ... Rm 14.22

Bem-aventurado aquele que não se condena a si mesmo naquilo que aprova .

Mulheres devem exercer os dons do Espírito sob a liderança do marido e do pastor, 1Tm 2.11-12

Essa situação protege a mulher do stress da liderançapg 107

Observar momento a sós com Deus, cada dia. é o melhor preparo para SER o que Deus planejou a você (Isaías 50.4-5) quando **nos esvaziamos** de nós mesmas perante o Senhor para sermos cheias de Seu Espírito Buscando conhecer a Deus aprofundamos nosso relacionamento com Ele 'Graça e paz sejam multiplicadas, pelo conhecimento de Deus, e de Jesus nosso Senhor' 2 Pe 1.2

*Básico para qualquer a mulher é desenvolver

>'espírito manso e tranqüilo precioso a Deus' 1 Pe 3.

Uns enfatizam a necessidade de horário rígido e em certo lugar específico, mas nem sempre é possível, conforme a fase da vida, melhor começar a praticar a intimidade da presença de Deus em qualquer lugar e a qualquer momento : Ele vai lhe falar das formas mais inusitadas.. **vai ver !**

* TEMPO a sós com Deus

1-pode estar sendo 'roubado' por distrações, mesmo legítimas

2- **e pode estar sendo evitado por causa de 'algo' que se interpõe entre vc e Deus Só há um caminho: expor-se à luz do Espírito, descobrir a raiz do problema , confessar e deixar SI 32.3**

Ser esposa mãe e dona de casa é ministério **só seu**... só você pode fazê-lo **legitimamente** e como meio de glorificar a Deus sendo. 'prudentes, amarem seus maridos e filhos, serem moderadas, castas, boas donas de casa , sujeitas a seus maridos, a fim de que a palavra de Deus não seja blasfemada'. Tito 2.4-5

Cap 12 Atingindo O Delicado Equilíbrio

> **Equilibrada aceitação de si mesma**

' **Amarás ao Senhor teu Deus de todo o teu coração, e de toda a tua alma, e de todas as tuas forças, e de todo o teu entendimento, e ao teu [próximo] como a ti mesmo.** Lucas 10.27

- 1- ama a Deus de todo teu ser (corpo.alma e espírito) ... **acima** de tudo
- 2- ama ao próximo ... OK todos sabemos que se deve amar ao próximo
- 3- **como** a ti mesmo _ mostra uma equivalência e toca em ponto nevrálgico :

Leva a uma reflexão íntima e mostra um ponto de equilíbrio a ser buscado

- 3.1 há **peçoas egoístas que amam demais a si mesmas** e desconsideram os outros
 - > precisa por mais amor ao próximo e deixar de amar tanto a si mesmo
- 3.2 há **peçoas com tão péssima imagem de si mesmas** que não conseguem amar o próximo
 - > Elas se desmerecem, podendo chegar a estabelecem relacionamentos abusivos com os outros demonstrando subserviência como cobertura para ressentimento e até ódio profundo
- 3.3 **Jesus mostra como se faz e dá a motivação correta** João 13.1-3 1, **sabendo Jesus que já era chegada a sua hora...amou-os até o fim... sabendo que o Pai tinha depositado nas suas mãos todas as coisas, e que havia saído de Deus e ia para Deus, 4 Levantou-se da ceia, tirou as vestes, e, tomando uma toalha, cingiu-se.... e lavou os pés dos discípulos** **TAREFA DOS SERVOS**

Base psicológica : o que **possibilitou agir** em amor foi **SABER** ... quem era,

- qual seu papel no mundo, qual sua missão,
- qual seu relacionamento íntimo com o Pai
- (havia entregue a Jesus ...)

Motivação: o que levou a agir de modo tão servil foi amor até às últimas conseqüências

'Ninguém tem maior amor do que dar a vida pelos seus amigos' João 15.13

Nosso agir revela o que SOMOS , a essência que está por trás do que se vê

Quando bem conscientes do amor imutável de Deus por nós, do plano pessoal que Ele tem para cada um, e de sua soberania quanto ao que os acontece, somos capazes de agir como Jesus: Traído, preso, abandonado pelos discípulos, negado, ferido e humilhado pelos soldados, **ainda** Pilatos O afronta dizendo ter poder para dar e tirar a vida dEle, ao que Jesus responde:

' nenhuma autoridade(poder) terias sobre mim se de cima não te fosse dado' João 19.11

O relacionamento com o Pai, Seu conhecimento profundo da pessoa de Deus faziam Jesus agir de modo todo especial, como ninguém mais no mundo

Deus nos revela seu amor e sua 'boa, perfeita e agradável vontade' Rm 12.1-12

Por que relutamos em crer / aceitar esse amor ? Por que relutamos em aceitar Seu plano ? Sabemos ...mas só quando o **SABER DESCE AO CORAÇÃO** , foi incorporado ao nosso SER por termos crido, é que somos capazes de AGIR movidos por tais fatos espirituais **Rm 5.5**

Estar preocupada em ser amada pelo nosso desempenho gera insegurança, culpa, MEDO !

Leva a **se** comparar, a dar desculpas, a se justificar ou culpar os outros por seus fracassos **pg**

111

Deus quer nos levar a uma **Equilibrada aceitação de si mesma**

Auto estima é COMO eu me considero : o que eu penso de mim mesmo

- determina o modo como reajo a tudo o que me cerca e me acontece
- É formada pelo modo como fomos tratados na infância,
 - pelo grupo e pelos que nos cercam

Auto estima saudável começa ao se considerar **tudo** o que Deus fez por você,

- o que leva a se desfazer de tudo o que não fez / não faz bem psicologicamente

Boa auto estima começa com RENUNCIAR A TUDO QUANTO TEM ... Lucas 14.33

Assim, pois, qualquer de vós, que não renuncia a tudo quanto tem, não pode ser meu discípulo.

☺ certa pregação me alertou a renunciar **tudo quanto de RUIM** houver em nós

Também renuncia fala de desapego: livrar-se do sentimento de posse, de controle.

SOMOS ... aquilo que pensamos e temos um inimigo que ataca nossa mente com pensamentos negativos, inferiorizantes e destrutivos. Se os acolhermos, estamos destruídas emocionalmente

1 Pe 1.18-19 diz que fomos resgatados com o sangue de Jesus de todo condicionamento mau

Então,

- boa auto estima começa com o tipo de pensamentos que temos a nosso respeito
- Começa em crer e declarar QUEM SOMOS EM CRISTO
- Crer no amor de Deus e que Ele é soberano em nossas circunstâncias .

Mas também:

- boa auto estima se obtém e se conserva lidando devidamente com nossa natureza decaída

- Rejeitando tudo o que não agrada a Deus/ não estiver a prumo com as diretrizes da Palavra.
- A autora ilustra com situações do cotidiano:
 - **pensamentos de culpa** (saiu e deixou a casa em desordem: - Relaxada!)
 - **pensamentos cheios de ressentimento** (ao ver, na rua, amiga que a decepcionou: - 'Tomara que ela não me veja!' > Deus perdoa tanto você e você **não a perdoa?**)
 - **Pensamentos de amargura e ira** :- Bem que ele podia me ajudar, aquele folgado!
 - **Orgulhosa por ter chegado a tempo na reunião de senhoras, se vê num espelho: acima do peso e mal cuidada. Nem escuta a mensagem: quer sumir!**
 - se comparando às outras mais bem cuidadas.

Obs: lidamos com nossa natureza decaída > **andando na luz**, 1 João 1.7> João 3.19-21
Falando a Deus, momento a momento, a verdade que brota de nosso íntimo:
'e o sangue de Jesus purifica de todo pecado' 1 João 1.7

De modo prático: comece alinhando seu viver com o prumo das Escrituras:

OBEDEÇA! Seja o que for que o Senhor esteja lhe orientando: pg 112

- Levantar mais cedo para orar
- Parar de resmungar
- Ou o quê? Complete a lista...

' **a alegria do Senhor** (alegrar o coração de Deus, ex: com nossa obediência, fé, louvor)

- **é a nossa força.** Neemias 8.10

Obs: também, comece logo a fazendo algo que precisa fazer ou saiba fazer bem:

> seja arrumar a casa, pedir perdão, dar um trato nos cabelos, fazer comida que a família gosta
Ações certas alimentam boa auto imagem que vão gerar mais ações certas e melhoram a estima

Em certo momento, é preciso perceber que

1- Deus nos ama não importa o que façamos **ou não**

- **porque todos os nossos erros foram punidos em Jesus, nós ficamos isentos de rejeição**
- E nos tornamos aceitáveis a Deus : 'Ele nos fez agradáveis a Si, no Amado' Ef 1.6

2- Percebemos que tudo recebemos dEle e fazemos tudo de volta para Ele

- Em atitude de adoração e louvor, dando graças **em** tudo

3- Ninguém está isento de se sentir **péssimo, até grandes pregadores ou pessoas de Deus Ex: Profetas quiseram morrer por achar não ter mais jeito : Moisés Elias, Jonas _ entre outros**

O salmista também, mas depois reconheceu? Isso é enfermidade minha SI 77.10

E teve um atitude positiva : **mas eu me lembrarei dos anos da destra do Altíssimo.**

- *Diante de Jerusalém devastada, Jeremias disse:*

- **trarei à memória o que me pode dar esperança**

Desolado por investidas do inimigo, o salmista disse : 11 Eu me lembrarei das obras do SENHOR; certamente que eu me lembrarei das tuas maravilhas da antiguidade. SI 143....???

Diretriz básica: 1 PORTANTO nós também, pois que estamos rodeados de uma tão grande nuvem de testemunhas, deixemos todo o embaraço, e o pecado que tão de perto nos rodeia, e corramos com paciência a carreira que nos está proposta,

2 Olhando para Jesus, autor e consumidor da fé, o qual, pelo gozo que lhe estava proposto, suportou a cruz, desprezando a afronta, e assentou-se à destra do trono de Deus.

3 Considerai, pois, aquele que suportou tais contradições dos pecadores contra si mesmo, para que não enfraqueçais, desfalecendo em vossos ânimos. Hb 12.1-3

fim