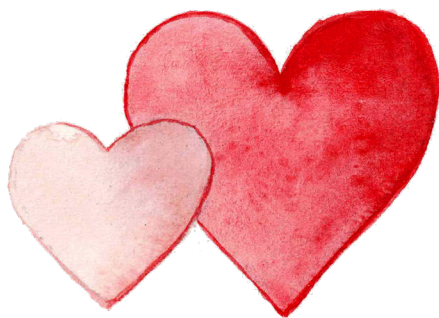


Primeiros Passos

Crescendo com Jesus



Trimestre 3

DESENVOLVENDO UM CORAÇÃO DE AMOR

- | | |
|-----------------------------|--------------------------------|
| <i>1. O Coração do Pai</i> | <i>8. Disciplina</i> |
| <i>2. Amor Falso</i> | <i>9. Segurança e Proteção</i> |
| <i>3. Desejo de Crescer</i> | <i>10. Paciência</i> |
| <i>4. Afeto</i> | <i>11. Valor</i> |
| <i>5. Limites</i> | <i>12. Identidade</i> |
| <i>6. Conforto</i> | <i>13. Refletindo</i> |
| <i>7. Encorajamento</i> | <i>o Coração de Deus</i> |



CURRÍCULO DA ESCOLA SABATINA VIVOS EM JESUS

ESCOLA SABATINA PRIMEIROS PASSOS

FOLHETOS TEMPO DOS PAIS, TRIMESTRE 3



Direitos legais © 2024 pela Conferência Geral dos Adventistas do Sétimo Dia®.

Todos os direitos reservados.

Publicado por Review and Herald® Publishing Association

Produzido pela Escola Sabatina da Conferência Geral e o Departamento dos Ministérios Pessoais

12501 Old Columbia Pike

Silver Spring, MD 20904-6600, U.S.A.

Nenhuma parte da Escola Sabatina dos *Primeiros Passos dos Folhetos dos Pais* poderá ser editado, modificado, adaptado, traduzido, reproduzido ou publicado por alguma pessoa ou entidade sem autorização escrita prévia da Conferência Geral dos Adventistas do Sétimo Dia. Os escritórios das divisões da Conferência Geral dos Adventistas do Sétimo Dia estão autorizados a providenciar a tradução dos *Folhetos dos Pais da Escola Sabatina dos Primeiros Passos*, sob diretrizes específicas. Os direitos autorais dessas traduções e a sua publicação deverão permanecer com a Conferência Geral. "Adventista do Sétimo Dia", "Adventista" e o logo da chama são marcas registradas da Conferência Geral dos Adventistas do Sétimo Dia e não devem ser usadas sem autorização prévia da Conferência Geral.

Salvo indicação em contrário, os textos bíblicos são da Versão de João Ferreira de Almeida Atualizada. Usado com permissão. Todos os direitos reservados.

Agradecimentos

Colaboradores

Gerente do Currículo e Editor Sênior

Assistente Editorial

Diretores Mundiais da Escola Sabatina

Conselheiro do Instituto de Pesquisa Bíblica

Direção Criativa

Designer

Ilustrador

Copy Editors

Karen Holford

Jaimie Eckert

Nina Atcheson

Nina Atcheson

Denise Gustafson

Jim Howard and Daniel Ebenezer

Frank M. Hasel

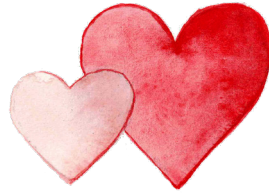
Nina Atcheson

Jordan Bariesheff

Jayde Bray

James and Ida Cavil

Um processo rigoroso, envolvendo revisores, teólogos, professores e pais, para além de um comité de direção e um comité de avaliação de manuscritos, que se seguiram no desenvolvimento destes materiais. Gostáramos de agradecer a todos os envolvidos.



O Coração do Pai

Deus, nosso Pai no céu, é a fonte de todo o amor verdadeiro. Vemos o Seu amor expresso de inúmeras maneiras — num lindo nascer do sol; nas expressões eternas do caráter amoroso e santo de Deus na Sua Palavra viva; na constância das marés oceânicas; no perdão de um velho amigo; no abraço apertado de uma criança.

Como é que o vê mais claramente?

O amor de Deus é puro, altruísta, eterno. Foi expresso de forma mais clara quando Jesus veio à Terra. “Cristo veio ao mundo com o amor acumulado da eternidade” (Ellen G. White, *Educação*, p. 76). Ele oferece-nos esse amor hoje, amanhã e todos os dias até a eternidade, e espera que o amemos de volta.

Conectar

- + Muitos pais referem-se ao seu coração como algo que “se expandiu” quando os filhos nasceram. Outros podem demorar a criar laços, especialmente se as circunstâncias em torno do nascimento foram difíceis. Em que medida sentiu o coração mudar desde que o seu bebê nasceu?
- + Tem agora novas percepções sobre o coração amoroso de Deus que não conseguia compreender antes de se tornar pai ou mãe? Partilhe-as com o grupo.

Explorar

Orem, convidando o Espírito Santo para guiar a vossa conversa.

Leia **Efésios 5:1 e 2**.

- + O que significa “imitar” Deus Pai na nossa experiência como pais?
- + O que significa, na prática, “andar em amor” ao criar um bebê?
- + De que coisas está a “abdicar” atualmente para criar o seu filho que o ajudam a compreender melhor o que Deus fez por si?

Conversar e Refletir

Leia e discuta **Mateus 25:34-40**. De muitas maneiras, os nossos bebês correspondem à descrição de Jesus de “os menores destes”. Neste momento, esses pequenos seres humanos precisam de ser alimentados, vestidos e cuidados, mas são incapazes de “retribuir”. Com alguém ao seu lado, aborde o seguinte:

- + Há momentos em que tem dificuldade em atender às necessidades do seu bebê com amor genuíno? Não se sinta envergonhado por esses sentimentos. Todos os pais se deparam com essa realidade de uma forma ou de outra. Se se sentir à vontade, compartilhe um exemplo e explique por que razão acha que isso aconteceu.
- + “Na medida em que o fizestes a um destes meus irmãos mais pequeninos (...) a Mim o fizestes” (Mateus 25:40). O que poderia mudar nos seus pensamentos ou ações se pensasse em servir Jesus de cada vez que atendesse às necessidades do seu filho ou da sua filha?

Quanto mais der o amor de Deus às pessoas ao seu redor, mais Deus o encherá com o *Seu* amor. Mesmo durante noites sem dormir, perante novos fatores de stress e exigências parentais constantes, Deus quer ajudá-lo/a a cultivar um coração cheio de amor. Peça isso a Deus e partilhe com Ele as suas insuficiências e necessidades.

Desafio

- + Qual das diferentes linguagens do amor expressa com mais frequência (contacto físico, prendas/recompensa material, tempo de qualidade, palavras de afirmação ou serviço)?
- + Que hábitos espirituais poderiam ajudá-lo/a a crescer em amor? Faça uma lista em grupo e discuta-a com o seu cônjuge ou com uma pessoa amiga durante a semana.
- + Considerando a realidade agitada de criar um bebê, o que seria necessário para implementar esses hábitos espirituais positivos, tendo em mente que às vezes simplesmente precisamos de descansar? Que tipos de soluções criativas podem ser necessárias? De que ajuda especial podem precisar os pais solteiros?

Orar

Agradeça a Deus por lhe mostrar o que significa ser um bom pai ou uma boa mãe. Peça-Lhe para aumentar o Seu amor em si pelo seu filho (assim como pelo seu cônjuge ou familiares) para que possa amar o seu bebê da mesma forma que Deus o ama.





Amor Falso

Vivemos num mundo em que está a tornar-se cada vez mais difícil distinguir o que é verdadeiro do que é falso. Existe a tecnologia *deepfake*, que usa inteligência artificial para criar vídeos falsos e enganosos de pessoas reais a dizer coisas que nunca disseram. Os *deepfakes* podem ser bastante convincentes, assim como muitas outras falsificações. A Bíblia adverte sobre a importância de discernirmos entre o verdadeiro e o falso, e a nossa reflexão sobre o amor não é exceção. Existe o verdadeiro amor parental, mas existem também muitas imitações.

Conectar

- + Em grupo, criem uma lista de maneiras através das quais o amor falso pode surgir entre pais e filhos. (Exemplo: expectativas perfeccionistas, etc.)
- + Às vezes, os nossos próprios pais podem não nos ter amado como Deus pretendia. Se se sentir à vontade, partilhe uma ocasião em que os seus pais o/a “amaram” de uma maneira que feriu ou diminuiu a sua autoestima.

Explorar

Orem, convidando o Espírito Santo para guiar a vossa conversa.

Dividam-se em pares. Cada par pode ler um dos seguintes versículos sobre o amor verdadeiro e falso. Debatam o versículo durante cinco minutos e, em seguida, cada par partilha duas ideias da sua discussão com o grupo:

- + Romanos 12:9
- + João 13:34 e 35
- + I Pedro 1:22 e 23
- + I João 3:16-18
- + I Coríntios 13:4-7

Refletir

Reflita calmamente sobre como os princípios a seguir podem relacionar-se com o amor que sente pelo seu bebê. Partilhe os seus pensamentos com o grupo.

“O amor verdadeiro é um princípio elevado e santo, totalmente diferente do amor que é despertado por impulsos e que se esvai subitamente quando testado” (Ellen G. White, *Patriarcas e Profetas*, p. 176).

“O amor humano deve extrair os seus laços mais íntimos do amor divino. Somente onde Cristo reina pode haver afeto profundo, verdadeiro e altruísta. O amor é um dom precioso que recebemos de Jesus. O afeto puro e santo não é um sentimento, mas um princípio” (Ellen G. White, *A Ciência do Bom Viver*, p. 358).

Desafio

- + Pense na forma como os seus pais o/a educaram. Há formas de amor não genuíno que experimentou e que gostaria de evitar repetir na relação com o seu bebê?
- + Se os seus pais souberam amá-lo/a como Deus gostaria que fosse amado reserve um momento para lhes enviar uma mensagem especial esta semana a agradecer. Se a sua infância não foi particularmente tocada pelo amor dos seus pais, escreva num diário uma mensagem de Deus Pai para o seu “eu” mais jovem, descrevendo o Seu cuidado e amor por si nos momentos mais difíceis da sua infância. Pode incluir ideias destes versículos: **Jeremias 3:15; 30:17; 31:3, 25; 32:41.**

Orar

Peça a Deus para enchê-lo/a com o Seu verdadeiro amor celestial por si e pelo seu bebê. Peça-Lhe que quebre quaisquer tendências geracionais que direcionem ao amor falso. Agradeça-Lhe por ser a fonte mais constante de amor na sua vida.





Desejo de Crescer

Pense em qual foi o seu pior momento como pai ou mãe. Certamente todos nós já tivemos momentos de ansiedade, impaciência, imaturidade ou raiva. Os bebês têm uma maneira incrível de revelar as nossas fraquezas. Eles são muito carentes, não dá para argumentar com eles e não são muito bons a fazer o que queremos! Com esses pequenos seres ainda em desenvolvimento sob os nossos cuidados, a nossa natureza egoísta pode ser uma bomba-relógio prestes a explodir, especialmente quando estamos cansados, e com privação de sono.

Conectar

- + Ao refletirmos sobre os piores aspetos do nosso caráter, o que nos motiva a crescer mais à semelhança de Cristo?
- + Quando “explode” ou deixa a sua natureza egoísta assumir o controlo, tende a ser demasiado duro consigo mesmo, demasiado indulgente ou bastante equilibrado? O que o/a leva a dizer isso?

Explorar

Orem, convidando o Espírito Santo para guiar a vossa conversa.

Leia **Ezequiel 36:25-27** e **Hebreus 8:10-12**. Estas passagens dizem-nos como Deus nos capacitará para crescer.

- + Como pai / mãe de um bebezinho, posso sentir-me pressionado/a a “fazer tudo”. O que é que estas duas passagens bíblicas têm a dizer sobre o que Deus faz?
- + Como é que esta nova aliança se pode refletir, em termos práticos, na minha forma de educar?

Conversar

Leia a seguinte citação em silêncio e, em seguida, converse em grupo. Que aspectos mais se identificam com a sua experiência pessoal com Jesus?

“Muitas pessoas têm a ideia de que devem fazer parte do trabalho sozinhas. Uma vez tendo confiado em Cristo para o perdão dos pecados, procuram agora, por seus próprios esforços, viver corretamente. Mas todos esses esforços estão condenados ao fracasso. Jesus diz: “Sem mim, nada podeis fazer”. O nosso crescimento na graça, a nossa alegria, a nossa utilidade — tudo depende da nossa união com Cristo. É pela comunhão com Ele — permanecendo n’Ele todos os dias a todas as horas — que devemos crescer em graça. Ele não é apenas o Autor, mas o Consumador da nossa fé. É Cristo em primeiro lugar, e sempre. Ele deve estar connosco, não apenas no início e no fim da nossa jornada, mas em cada passo do caminho” (Ellen G. White, *Caminho a Cristo*, p. 69).

Cultivar um coração cheio de amor pelos nossos bebês não pode ser uma ação separada do nosso amor crescente por Jesus. Durante as próximas 10 semanas, abordaremos estas qualidades que nos ajudam a crescer em amor. Quais destes tópicos se destacam para si e porquê? Neste ponto da jornada, que áreas acha que podem ser mais desafiadoras para si?

- | | |
|-----------------|------------------------|
| + Afeto | + Segurança e Proteção |
| + Limites | + Paciência |
| + Conforto | + Valor |
| + Encorajamento | + Identidade |
| + Disciplina | |

Desafio

Peça a Deus para revelar algo na sua vida que Ele deseja transformar para torná-lo num pai ou numa mãe melhor. Anote tudo o que Ele colocar no seu coração e guarde na sua Bíblia. Durante as próximas 10 semanas, ore diariamente para que Deus faça a Sua obra milagrosa na sua vida.

Orar

Peça a Deus para o/a ajudar a deixar de se concentrar em si mesmo/a como a solução para as falhas espirituais e aceitar o Seu poder gracioso em seu favor. Agradeça-Lhe por ser um Pai amoroso que pode transformá-lo/a de dentro para fora.





Afeto

Quando expressa amor ao seu filho através de toques suaves, ações gentis, olhares carinhosos e palavras afetuosas, o seu afeto diz: “És especial para mim. Estou tão feliz por estarmos juntos!” O afeto é uma forma de comunicar aos nossos bebês que são valorizados.

Conectar

- + Qual é a sua forma preferida de demonstrar afeto ao seu bebê? Gosta mais de abraçá-lo? Diz-lhe que o ama com palavras gentis? Passa muito tempo a rir e a brincar com ele?
- + Pare por um momento para refletir sobre as formas como gosta de demonstrar afeto ao seu filho.

Explorar

Orem, convidando o Espírito Santo para guiar a vossa conversa.

É incrível pensar que o nosso Pai celestial é afetuosos para conosco. O Seu amor não é um conceito abstrato. Também não se limita a atos históricos, como a criação e a redenção. O Seu afeto pelos Seus filhos é um desejo que brota do Seu coração divino e declara: “Estou tão feliz por estarmos juntos!” Leia os versículos a seguir e discuta o que eles nos dizem sobre o afeto de Deus. Há algo novo ou surpreendente para si nesses conceitos?

- + João 14:1-3
- + Sofonias 3:17
- + Isaías 40:11
- + Êxodo 25:8
- + Números 6:24-26

Conversar e Refletir

Leia silenciosamente as citações seguintes e, coloque as perguntas que se seguem.

“O amor não pode existir por muito tempo sem ser expresso” (Ellen G. White, *O Lar Adventista*, p. 107).

“Em muitas famílias, há uma grande falta de expressão de afeto uns pelos outros. (...) Cada palavra impensada deve ser contida, e não deve haver sequer a aparência de falta de amor uns pelos outros” (Ellen G. White, *Signs of the Times*, 14 de novembro de 1892).

- + Se nos sentimos stressados, cansados ou irritados com as preocupações da vida doméstica, é errado encenar uma postura afetuosa aos nossos bebés? Como pode separar os fardos da vida, de cuidar do seu filho/a com autenticidade?
- + Na sua casa, quais são algumas das razões pelas quais o amor e o carinho podem existir, mas não serem expressos?

Desafio

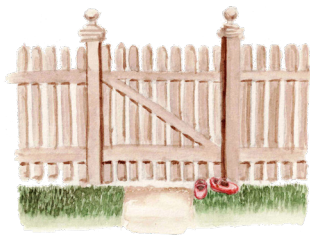
- + Em grupo, façam uma lista de diferentes maneiras de demonstrar afeto ao bebé.
- + Quanto tempo por dia passa a demonstrar intencionalmente ao seu bebé o quanto está feliz por estarem juntos? O que pode fazer para cultivar mais afeto pelo seu bebé (e outros membros da sua família) esta semana?

Orar

Orem uns pelos outros — para apreciar mais o carinho de Deus por vocês esta semana. Agradeçam a Deus por vos dar um bebé tão precioso para amar. Peçam-Lhe que vos ajude a demonstrar carinho terno pelos vossos filhos, independentemente das circunstâncias.

“E esta é a minha oração: que o vosso amor aumente cada vez mais em conhecimento e profundidade de discernimento, para que possais discernir o que é melhor e sejais puros e irrepreensíveis” (Filipenses 1:9 e 10).





Limites

As crianças mais felizes são aquelas que têm uma relação calorosa, próxima e amorosa com os pais, que estabelecem regras e limites claros. Quando o amor dos pais é combinado com limites claros, é mais fácil para a criança obedecer. Se formos severos, os nossos filhos aprendem a sentir raiva e rebeldia. Se negligenciarmos demonstrar amor, eles ficam tristes. Se os amarmos sem limites, podem sentir-se confusos e aprender a achar que têm direito a tudo. Cultivar um coração amoroso para com os nossos bebês implica guiá-los com amor e com certos limites.

Conectar

- + Define bem os seus próprios limites? O que é que o seu filho verá em si ao longo do seu crescimento? É capaz de dizer não de forma gentil, mas com firmeza?
- + Que associações mentais tem com a palavra “obediência”?

Explorar

Leia **Efésios 6:1-4** e **Colossenses 3:20**.

- + Quais são os benefícios de ensinar obediência aos nossos filhos?
- + Já pensou que disciplinar o seu filho pode provocar-lhe raiva? Como é que a falta de disciplina pode levar a uma educação permissiva em que a criança manda nos pais?
- + Como pode aplicar a sua disciplina sem provocar frustração ou raiva?

Leia **Deuteronómio 21:18-21**.

- + Quais são os perigos de permitir que os nossos filhos cresçam desobedientes e rebeldes?
- + Como podemos ensinar obediência de uma forma razoável e cativante?
- + Por que razão é útil buscar a obediência imediata, completa e incondicional, especialmente quando os nossos filhos são pequenos?

Conversar

Leia o seguinte e parafraseie.

Como pode aplicar estes princípios à sua prática parental atualmente e nos próximos anos?

“Desde muito cedo, as crianças compreendem o que lhes é dito de forma clara e simples e, com uma educação gentil e sensata, podem ser ensinadas a obedecer. (...) A mãe não deve permitir que o seu filho obtenha vantagem sobre ela em nenhuma circunstância; e, para manter essa autoridade, não é necessário recorrer a medidas severas; uma mão firme e constante e uma gentileza que convença a criança do seu amor alcançarão o objetivo. Mas se deixar o egoísmo, a raiva e a teimosia se manifestem ao longo dos primeiros três anos de vida da criança, será difícil à posteriori fazê-la submeter-se a uma disciplina saudável” (Ellen G. White, *Orientação da Criança*, pp. 82 e 83).

Desafio

Aborde as seguintes ideias e escolha uma — ou partilhe uma sua — para implementar na próxima semana.

- + Seja gentil, mas assertivo/a, quando exigir que o seu bebé faça algo que não quer, como fazer a sesta ou esperar mais tempo para comer.
- + Explique as ações e escolhas diárias que está a fazer pelo seu bebé, mesmo que ele ainda não consiga compreender.
- + Invente canções divertidas que possa cantar nos momentos de “transição” da sua rotina diária.
- + Tome a decisão de que “as regras devem ser poucas e bem ponderadas; e, uma vez estabelecidas, devem ser cumpridas” (Ellen G. White, *Educação*, p. 290).
- + Não imponha limites confusos em casa — permitindo os maus comportamentos acontecerem até perder a paciência. Em vez disso, seja consistente nas suas rotinas e expectativas.
- + Reflita sobre os seus próprios limites e como está a modelá-los para o seu bebé.
- + Priorize o autocuidado e o tempo com Deus para que tenha energia e delicadeza para levar avante a implementação dos seus limites.

O seu bebé está a aprender sobre limites agora. Pode ensinar-lhe que não significa não (Mateus 5:37). À medida que cresce, que tipos de limites saudáveis precisará de criar para ele próprio?

Orar

Peça a Deus sabedoria e ajuda ao estabelecer limites gentis, bondosos e amorosos com o seu filho ou com a sua filha, lembrando-se de que Ele é gentil, bondoso e amoroso quando cometemos erros.





Conforto

Nesta idade, uma das formas mais importantes de satisfazer as necessidades emocionais do seu bebê é confortá-lo consistentemente quando ele está angustiado. Acalmar o seu bebê de forma rápida e consistente ensina-lhe que é uma fonte confiável de conforto — uma lição importante que o ajudará a formar uma imagem correta de Deus, o nosso maior Consolador.

Conectar

- + Consegue lembrar-se de uma ocasião em que alguém o confortou de uma forma memorável? Partilhe o que o faz sentir-se melhor quando está angustiado ou triste.
- + Quando consegue acalmar o seu bebê, como se sente? Já teve alguma percepção especial sobre o coração de Deus ao confortar o seu filho?

Explorar

Orem, convidando o Espírito Santo para guiar a vossa conversa.

- + Leia **João 14:18** em várias versões da Bíblia. O que é que Jesus mostra aqui para os pais imitarem?
- + Deus percebe quando estamos tristes e conforta-nos. Para sermos uma fonte de conforto para os nossos filhos, nós, como pais e mães, devemos ser primeiro confortados por Deus. O que é que a Bíblia diz sobre as diferentes fontes de conforto? Compare-as com o conforto que o mundo oferece.
 - + Atos 9:31
 - + Romanos 15:4
 - + II Coríntios 1:3-5
 - + II Coríntios 7:6

Curiosidades

- + Os bebês choram por vários motivos. Podem estar com dor, com fome, desconfortáveis, com sede, entediados, solitários, com medo ou confusos. Às vezes, não sabemos porque choram.
- + Reaja rapidamente quando o seu bebê chorar. A compreensão do conceito de permanência de um objeto por parte do bebê desenvolve-se por volta dos 4 a 8 meses de idade; por isso, se o seu bebê não o conseguir ver, ele não tem a certeza de que você existe.
- + Mantenha a calma e tente não perder a paciência quando estiver com ele, mesmo que esteja exausto e frustrado. Se possível, peça a alguém para cuidar dele por alguns minutos ou afaste-se e respire fundo antes de voltar.
- + Cuide do corpo delicado do seu bebê de forma gentil e carinhosa, sempre com um sorriso.
- + Quanto mais os bebês são consolados quando choram, mais o seu cérebro desenvolve empatia e a capacidade de consolar os outros quando são mais velhos.

Conversar

Leia e discuta as ideias que mais lhe chamam a atenção.

Podemos ocasionalmente interpretar mal as lágrimas dos nossos filhos, dando-lhes algo para comer quando, na verdade, eles só precisam de um abraço, do nosso carinho e do nosso tempo.

“Todas as mães devem ter tempo para dar aos seus filhos esses pequenos mimos que são tão essenciais durante a infância. Dessa forma, o coração e a felicidade da mãe e da criança unir-se-ão. Uma mãe é para ele o que Deus é para nós”

(Ellen G. White, manuscrito 43, 1900, em *Cartas e Manuscritos*, vol. 15, p. 271).

Desafio

Esta semana, ao confortar as lágrimas e angústias do seu filho, lembre-se que as suas palavras reconfortantes e toques calmos estão a ensinar-lhe sobre o amor de Deus. Imagine-se como um aqueduto, canalizando o conforto de Deus para o seu bebê. Se precisar de conforto esta semana, afaste-se das formas artificiais de conforto que o mundo oferece e aproxime-se mais da presença reconfortante de Cristo. Peça-Lhe que se revele a si de uma forma especial, e Ele o fará.

Orar

Peça a Deus para acalmar o seu bebê através de si. Peça mais do Espírito de Deus para que possa representá-Lo ao seu bebê e acredite que Ele fará isso por si.

“Bem-aventurados os que choram, porque serão consolados” (Mateus 5:4).





Encorajamento

O seu bebé precisa da sua motivação. Mesmo que ainda não compreenda as palavras que diz, ele consegue compreender o seu tom encorajador e o seu toque motivador. Quando sorri, ou demonstra entusiasmo perante cada novo marco que ele alcança, ele internaliza a ideia de que não está sozinho e que há pessoas que estão felizes e o apoiam nos seus sucessos. À medida que cresce, o seu encorajamento amoroso serve como um modelo para que compreenda o incentivo amoroso de Deus, o seu maior incentivador.

Conectar

- + Pense numa ocasião em que alguém disse palavras de motivação que tiveram um impacto profundo em si. Partilhe a experiência com alguém que lhe seja próximo.
- + “Encorajar” o seu filho é dar-lhe coragem para enfrentar os desafios da vida. Qual é um obstáculo específico da vida que quer que o seu bebé tenha coragem e confiança para superar? O que é que pode fazer agora para encorajar o seu bebé nesse sentido?

Explorar

Orem, convidando o Espírito Santo para guiar a vossa conversa.

- + Leia Josué 1:9 e João 16:33. No centro do encorajamento está o conhecimento da presença de Cristo entre nós. O que pode fazer para mostrar ao seu bebé que Jesus está presente no vosso lar?
- + Leia Efésios 4:29. Aqui, a palavra “edificação” ou encorajamento é contrastada com “palavras corruptas”. Como imagina que poderíamos — em palavras ou ações — desencorajar os nossos bebés à medida que crescem e exploram?

Conversar

Leia as seguintes citações e partilhe os seus pensamentos com o grupo.

“Encorajem-se mutuamente em todos os sentidos na luta das batalhas da vida” (Ellen G. White, *O Lar Adventista*, p. 106).

“[As crianças] precisam de palavras gentis e encorajadoras. Como é fácil para as mães dizerem palavras de bondade e carinho, que levarão um raio de sol aos corações das crianças, fazendo-as esquecer as suas preocupações.” (Ellen G. White, *O Lar Adventista*, p. 196).

“Um olhar de aprovação, uma palavra de encorajamento e elogio da mãe, muitas vezes lançam um raio de sol nos seus jovens corações por um dia inteiro” (Ellen G. White, *Mensagens Escolhidas*, vol. 2, p. 439).

Desafio

E se “encorajamento” significar mais do que apenas algumas palavras, mais do que um rápido “bom trabalho”? E se o encorajamento for a sua presença sorridente lançando um raio de sol sobre os esforços do seu filho? Esta semana, pense em maneiras de estar mais presente física e emocionalmente com o seu bebé para ser um encorajamento contínuo para ele.

Orar

Peça a Deus para enviar o sol do Seu encorajamento amoroso para o seu lar. Abra o coração à Sua presença para que cada palavra, tom e olhar deem coragem e motivação ao seu bebé.





Disciplina

A disciplina é uma forma importante de amar os nossos filhos, embora nem sempre seja um processo agradável. Em muitas línguas, “disciplina” está semanticamente ligada à palavra “discípulo”, lembrando-nos que cada pequeno esforço feito para treinar e orientar o comportamento dos nossos filhos está a prepará-los para serem discípulos fiéis de Jesus.

Conectar

- + Existem muitas formas de disciplina que ferem a alma e o corpo de uma criança. Que formas de disciplina já experimentou ou já ouviu falar que não são apropriadas e seriam até mesmo bastante prejudiciais?
- + Se Jesus fosse um pai terreno, que formas de disciplina poderia imaginar que Ele usaria com os Seus pequeninos?

Explorar

Em pares, dividam as seguintes passagens. Leiam e discutam estes versículos durante alguns minutos, depois voltem ao grupo e compartilhem os vossos versículos e ideias.

- + Hebreus 12:11
- + Provérbios 22:6
- + Efésios 6:4
- + Provérbios 29:15, 17
- + Provérbios 6:20-23
- + Apocalipse 3:19
- + Provérbios 3:11 e 12
- + Deuterónimo 6:6-9

Conversar

Leia a frase a seguir em silêncio e depois partilhe com o grupo as ideias que mais lhe chamaram a atenção. O que é desafiador? O que é confrontador? O que quer lembrar?

“Pais, vocês devem começar a primeira lição de disciplina quando os seus filhos ainda são bebês nos seus braços” (Ellen G. White, *Orientação da Criança*, p. 230).

“Negligenciar o trabalho de disciplinar e educar até que uma tendência negativa se enraíze é causar um grande mal às crianças, pois elas crescem egoístas, exigentes e antipáticas. Elas não conseguem desfrutar mais da sua própria companhia do que os outros; portanto, estarão sempre insatisfeitas. O trabalho dos pais deve começar numa idade precoce, não dando a Satanás nenhuma margem de controlar as mentes e tendências dos seus pequenos” (Ellen G. White, *Orientação da Criança*, p. 230).

“A educação da criança deve começar em casa. É lá que ela deve aprender as lições que a guiarão por toda a vida (...) A teimosia e as palavras precipitadas nunca devem passar sem repreensão. Os pais devem perceber a sacralidade da disciplina familiar. As crianças devem ser ensinadas a respeitar-se a si mesmas, porque são propriedade do Senhor, compradas por um preço infinito” (Ellen G. White, *Manuscript Releases*, vol. 10, pp. 323 e 324).

Desafio

- + Há adolescentes ou jovens adultos na igreja que considera terem sido bem educados? Porque não perguntar aos pais deles sobre os métodos e princípios de disciplina que usaram quando os filhos ainda eram pequenos?

Orar

Peça a Deus que lhe dê um coração humilde e terno ao disciplinar os seus filhos. Peça especificamente sabedoria para saber como e quando começar.





Segurança e Proteção

A Bíblia diz-nos que o amor verdadeiro expulsa todo o medo. É uma promessa incrível pensar em relacionamentos que são verdadeiramente seguros. Como todo o amor humano é imperfeito, a única maneira de criarmos um ambiente amoroso e sem medo para os nossos bebés é beber profundamente do amor perfeito de Deus.

Conectar

- + Que coisas já percebeu que parecem assustar o seu bebé? Existem certos sons, objetos, pessoas, atividades ou situações que o deixam com medo? Qual tem sido o seu método de eleição para acalmá-lo?
- + Consegue lembrar-se de alguma ocasião em que Deus o acalmou num momento de medo ou ansiedade? Como é que Ele lhe trouxe a sensação de segurança quando mais precisava?

Explorar

Orem, convidando o Espírito Santo para guiar a vossa conversa.

Como pais, às vezes podemos sentir-nos envergonhados pelo comportamento do nosso bebé em público. Às vezes, somos tentados a basear a nossa autoestima no que as outras pessoas pensam das nossas habilidades parentais. Leia I João 4:18.

- + Como é que um relacionamento seguro com Deus pode influenciar a sua forma de educar?

Leia os seguintes versículos sobre como podemos encontrar segurança em Deus. Discuta como essas promessas podem refletir-se na maneira como tratamos os nossos bebés.

- | | | |
|---------------------|------------------|----------------|
| + Romanos 8:38 e 39 | + Salmo 34:4-6 | + Isaías 41:13 |
| + Salmo 91:1-7 | + Filipenses 4:6 | |

Conversar

Leia a seguinte citação e discuta:

“Certa vez, perguntaram a um eminente teólogo com que idade uma criança deveria estar para que houvesse uma esperança razoável de que ela se tornasse cristã. “A idade não tem nada a ver com isso”, foi a resposta. ‘O amor a Jesus, a confiança, a tranquilidade e a segurança são qualidades que combinam com a natureza da criança. Assim que uma criança consegue amar e confiar na sua mãe, ela pode amar e confiar em Jesus como amigo da sua mãe. Jesus será seu amigo, amado e honrado’” (Ellen G. White, *Good Health*, 1 de janeiro de 1880).

- + Como será a confiança do seu filho em si esta semana? O que lhe dá ânimo ao procurar ser uma fonte confiável de segurança para o seu filho?

Desafio

Pense em maneiras de ajudar o seu bebê a sentir-se seguro e protegido pelo seu amor esta semana. Discuta as suas ideias com o grupo. Abaixo está um exemplo.

- + Descubra o que acalma o seu bebê. Isso pode ser diferente de criança para criança. Ao acalmar os seus medos, está a ajudá-lo a aprender a acalmar-se sozinho.

Orar

Louve a Deus pelas vezes em que Ele acalmou os seus medos.

Peça-Lhe para fazer de si um lugar seguro para o seu filho encontrar segurança e descanso.

“Não temas, pois estou contigo; não te assombres, pois sou teu Deus. Eu te fortalecerei, sim, eu te ajudarei, eu te sustentarei com a destra da minha justiça” (Isaías 41:10).





Paciência

Nenhum pai ou mãe quer admitir, mas todos nós já nos sentimos irritados, exasperados e até um pouco zangados com os nossos queridos bebês. Ao procurarmos cultivar um coração cheio de amor pelos nossos filhos, uma das características mais importantes que precisamos de pedir a Deus para cultivar em nós (e nos nossos bebês) é a paciência.

Conectar

- + O que é que o seu bebê faz (ou não faz!) que põe a sua paciência à prova? Como costuma reagir quando sente que está a perder a calma?
- + Tente imaginar as coisas da perspectiva do seu filho. Aquela coisa frustrante que ele faz — acordar com muita frequência, atirar comida, morder durante a amamentação — por que razão será que faz isso? Como compreender os complexos marcos de desenvolvimento do seu bebê pode ajudá-lo/a a cultivar um espírito de paciência em si?
- + É mais fácil para si ser paciente com o seu bebê ou com o seu cônjuge/outros membros da família? Porquê?

Explorar

Orem, convidando o Espírito Santo para guiar a vossa conversa.

- + Concentrar-se no objetivo pode ajudar-nos a suportar as dificuldades do dia a dia. Leia **Gálatas 6:9**. O que espera “colher” como resultado da educação do seu filho?
- + Leia **Isaías 40:31**, **Êxodo 14:14** e **Gálatas 5:22 e 23**. Que soluções estes versículos apresentam para a nossa luta contra a impaciência?

Conversar

A citação a seguir contém muitos conselhos para cultivar a paciência em casa. Dividam-se em pares e leiam a citação; depois, em grupo, discutam as ideias que mais chamaram a atenção.

“Quando imploramos que o Senhor tenha piedade de nós na nossa angústia e nos guie pelo Seu Espírito Santo, Ele nunca rejeitará a nossa oração. É possível até mesmo que um pai se afaste do seu filho faminto, mas Deus nunca pode rejeitar o clamor do coração necessitado e ansioso. Com que ternura maravilhosa Ele descreveu o Seu amor!” (Ellen G. White, *O Maior Discurso de Cristo*, pp. 132 e 133).

“A revelação de Cristo no seu próprio caráter terá um poder transformador sobre todos aqueles com quem entrar em contacto. Deixe que Cristo se manifeste diariamente em si, e Ele revelará através de si a energia criativa da Sua palavra — uma influência doce, persuasiva, mas poderosa para recriar outras almas na beleza do Senhor nosso Deus” (Ellen G. White, *O Maior Discurso de Cristo*, p. 129).

Desafio

Esta semana, quando se sentir impaciente – em pensamentos ou ações – com o seu bebê ou com qualquer outra pessoa, pare e ore a Deus. Peça-Lhe que envie o Seu Espírito para cultivar o fruto da paciência na sua vida. Junte-se a outro pai ou mãe para partilharem como foi o seu “desafio da paciência” esta semana.

Orar

Peça a Deus que lhe dê paciência sobrenatural para que possa representar corretamente o Seu coração ao seu bebê.





Valor

Não é tarefa fácil cultivar nas crianças um profundo e adequado sentido de valor próprio. Se forem pouco encorajadas, podem lutar com uma baixa autoestima. Se forem encorajadas em excesso ou de maneiras inadequadas, elas poderão desenvolver egos orgulhosos e egoístas. Apesar desses obstáculos em ambos os lados do caminho, o amor pelos nossos bebês irá levar-nos a dar o nosso melhor para ajudá-los a desenvolver uma visão pura e saudável de si mesmos e do seu valor para Deus.

Conectar

- + Como se comporta uma pessoa com baixa autoestima?
- + Como se comporta uma pessoa com uma opinião demasiado elevada de si mesma?
- + Que tipos de educação parental ou situações da vida acha que podem contribuir para esses traços de caráter? Que outros fatores contribuem para a formação da autoestima de uma criança?

Explorar

Orem, convidando o Espírito Santo para guiar a vossa conversa.

- + O **Salmo 8** é um salmo sobre o valor humano em relação à grandeza de Deus. Leia o salmo completo e discuta o seguinte:
 - Os **versículos 1 e 9** formam os extremos do salmo, atribuindo valor a Deus. Como é que um lar centrado em Deus pode impedir que pequenos egos se tornem o centro das atenções?
 - Os **versículos 2-8** são o cerne do salmo, com incidência no valor humano. Partilhe as suas ideias sobre o incrível valor atribuído a todos os seres humanos, conforme descrito nesta passagem. Como é que estas verdades, expressas em família, podem prevenir uma baixa autoestima?

Conversar

Partilhe as ideias mais desafiantes da seguinte citação.

“Sempre que a mãe puder elogiar a boa conduta dos seus filhos, ela deve fazê-lo. Ela deve encorajá-los com palavras de aprovação e olhares de amor. Isso será como um raio de sol no coração da criança e levará ao cultivo do respeito próprio” (Ellen G. White, *Testemunhos para a Igreja*, vol. 3, p. 532).

Reflexão e Desafio

Os nossos pequenos não aprendem o seu valor próprio nos livros didáticos — eles absorvem-no!

- + Reforce sempre o esforço do seu filho positivamente e evidencie as suas boas qualidades de caráter, em vez da sua identidade pessoal. (“As tuas ações foram muito gentis quando fizeste isto pela tua irmã”, em vez de “És uma boa menina por seres gentil”.)
- + Mães, vocês falam negativamente sobre o vosso corpo à frente das vossas filhas?
- + Pais, vocês reforçam positivamente os vossos filhos — mesmo que vos pareça estranho e mesmo que o vosso próprio pai nunca o tenha feito convosco?
- + Vocês envaidecem-se de maneira orgulhosa à frente dos vossos filhos?
- + Estão suficientemente fundamentados no valor que Deus vos deu para aceitar críticas com graciosidade, ou resistem com arrogância? Desanimam facilmente quando são criticados e ficam com a vossa autoestima debilitada?

Esta semana, reserve algum tempo para refletir em oração sobre a sua autoestima como pai ou mãe e o que isso pode estar a ensinar ao seu filho.

Orar

Agradeça a Deus por nos tornar dignos tanto na criação como na redenção. Peça-Lhe que nos ajude a cultivar um sentido de autocuidado e de um autoconceito salutar nos nossos filhos.





Identidade

A forma como nos vemos como pais, muitas vezes, reflete-se nos nossos filhos.

Conectar

- + Como se descreveria em três palavras?
- + Que fatores contribuíram mais para a formação da sua identidade pessoal?

Muitas vezes, a nossa identidade depende dos elogios e da validação dos outros (ou da falta deles), do que temos (ou do que não temos) ou do que fazemos (ou do que não conseguimos fazer). No entanto, todas esses fatores são passageiros. Precisamos de algo maior que nos ajude a definir a nós e aos nossos filhos.

Explorar

Orem, convidando o Espírito Santo para guiar a vossa conversa.

- + Quando pensa em personagens bíblicos que enfrentaram uma crise de identidade, quem vem primeiro à sua mente?
- + Que personagens da Bíblia tinham uma identidade forte e que fatores contribuíram para isso?

Convide uma pessoa a ler toda a história em **João 4:1 e 42**. Seguidamente, em grupo, discutam:

- + Como descreveria Jesus nesta história?
- + Em que momento a mulher começa a mudar a sua atitude em relação a Jesus? (Observe as palavras de Jesus neste momento. Veja os versículos 13 e 14).
- + Como é que a identidade da mulher mudou depois de conhecer Jesus? Onde se vê isso no texto?

Jesus declarou abertamente a Sua identidade a esta mulher, depois de claramente ter exposto a dela. Ela deixou o seu cântaro para correr de volta à cidade e contar a todos sobre Jesus, o Messias. A partir daquele momento, ela deixou de se importar com os comentários e a maledicência da cidade, com o seu passado pecaminoso, ou os seus pertences (o jarro de água). Ela tinha encontrado Jesus, e nada poderia impedir a mudança que havia começado dentro dela.

Refletir

Jesus também nos procura — quando estamos sozinhos ou solitários, quando nos sentimos criticados ou fracassados, quando nos sentimos inadequados ou autossuficientes. Ele vem até nós. Ele desafia o nosso *status quo* e traz à luz a nossa profunda necessidade d’Ele.

- + O que precisa de deixar, para viver verdadeiramente a sua identidade como filho ou filha de Deus? (Pense nas expectativas dos outros, no trabalho, na reputação, no prazer.)

Partilhar

Pode haver alguém no grupo que esteja disposto a partilhar como Deus moldou ou está a moldar a sua identidade de novas maneiras. Tal como a mulher junto ao poço, considere partilhar a sua história de como conheceu Deus.

Cantar e Orar

Cantem juntos ou leiam a letra do hino “Toma ó Deus, Meu Coração”
(*Novo Hinário Adventista*, nº 301).

Passe alguns momentos em oração individual, convidando Deus a moldar a sua identidade n’Ele, em vez de nas coisas mutáveis do mundo. Ele irá estabilizá-lo e carregá-lo nos seus braços.





Refletindo o Coração de Deus

Conectar

Se se sentir à vontade, compartilhe uma situação em que o seu coração esteve cheio de amor por Deus. Como é que isso impactou as pessoas ao seu redor?

Refletir de revisão

Orem juntos. Depois, reflitam sobre os vários tópicos que exploraram ao longo do trimestre. Ao refletirem sobre esses tópicos, compartilhem algumas ideias que contribuíram para a vossa compreensão sobre como cultivar um coração que reflete Deus para o vosso bebé, tanto agora como no futuro.

1. *O Coração do Pai* Imitar o amor do Pai é um grande chamado.
2. *Amor Falso* O amor falso e egoísta do mundo rodeia-nos, mas somos chamados a projetar algo diferente para os nossos bebés.
3. *Desejo de Crescer* Como pais, saber que podemos crescer é o ponto de partida para uma mudança significativa.
4. *Afeto* É importante comunicar aos nossos bebés que são desejados e importantes.
5. *Limites* Guiar os nossos bebés com amor e ensiná-los a serem obedientes é um princípio fundamental do amor.
6. *Conforto* Podemos satisfazer as necessidades emocionais dos nossos bebés através do conforto em momentos difíceis.

- | | |
|--------------------------------|---|
| 7. Encorajamento | A confiança que expressamos reflete a coragem que esperamos que os nossos bebés tenham, sabendo que Jesus está com eles. |
| 8. Disciplina | Podemos carinhosamente treinar e orientar o comportamento dos nossos bebés para que possam ser discípulos fiéis de Jesus. |
| 9. Segurança e Proteção | Como pais, devemos ser um lugar seguro para os nossos bebés encontrarem segurança e descanso. |
| 10. Paciência | Cultivar um coração paciente revelará o coração de Deus aos nossos bebés. |
| 11. Valor | Somos chamados a ajudar os nossos bebés a desenvolver uma visão saudável de si mesmos e do seu valor em Deus. |
| 12. Identidade | A nossa verdadeira identidade vem do conhecimento de que somos filhos ou filhas de Deus. |

Revezem-se para partilhar ideias das últimas semanas. Qual foi o seu tópico favorito?

Explorar

Leiam juntos os seguintes versículos.

Qual deles é o seu preferido? Partilhe o motivo com a pessoa ao seu lado.

- | | |
|---------------------|------------------|
| + Números 14:18 | + Ezequiel 36:26 |
| + Salmo 103:11 e 12 | + Salmo 51:10 |
| + I João 4:8 | |

Orar juntos

Louvem a Deus por quem Ele é e pelo que vos ensinou nos últimos tempos. Agradeçam-Lhe por uma qualidade específica que Ele vos mostrou na educação dos vossos filhos. Orem pelas necessidades das pessoas do seu grupo. Entreguem-Lhe as vossas preocupações e ansiedades, e confiem que Ele cuidará delas.

Obrigado pelas partilhas ao longo deste trimestre.

“Meu filho/Minha filha... recebe as minhas palavras,
e guarda os meus mandamentos contigo,
para que inclines os teus ouvidos à sabedoria,
e abras o teu coração ao entendimento; (...)

Então compreenderás o temor do Senhor
E encontrarás o conhecimento de Deus” (Provérbios 2:1-5).





Classe: Primeiros Passos

Folhetos para os Pais

Edição

Departamento da Escola Sabatina da Conferência Geral dos Adventistas do Sétimo Dia
Todos os direitos reservados.

Edição e publicação em Língua Portuguesa

União Portuguesa dos Adventistas do Sétimo Dia
Rua Acácio Paiva, 35
1700-004 Lisboa
Portugal
Tlf +351 213 510 910 | Tlm +351 964 565 795
Todos os direitos reservados.

Direção

Departamento dos Ministérios da Criança da União Portuguesa dos Adventistas do Sétimo Dia
Coordenação: Conceição Teles
Tradutora: Lúcia Costa
Revisora: Raquel Silva

Diagramação: Sara Calado

Produção Editorial Safeliz, SL

Impressão e Distribuição

Publicador SerVir, SA
Rua da Serra, 1 – Sabugo
2715 – 398 Almargem do Bispo
Tel.: 21 962 62 00

1ª Edição junho 2026

ISSN 3051-7915

Impresso em Portugal