

Primeiros Passos

Crescendo com Jesus



Trimestre 4

DESENVOLVIMENTO DO CARÁTER

- | | |
|-----------------------------------|---------------------------|
| 1. Uma Obra de Grande Importância | 8. Sinceridade |
| 2. Moldando o Caráter | 9. Gentileza |
| 3. O Papel do Pai | 10. Altruísmo |
| 4. A Influência da Mãe | 11. Prestabilidade |
| 5. A Natureza Nutre | 12. Alegria |
| 6. Escolhas Saudáveis | 13. Um Trabalho Duradouro |
| 7. Domínio Próprio | |



CURRÍCULO DA ESCOLA SABATINA VIVOS EM JESUS

ESCOLA SABATINA PRIMEIROS PASSOS

FOLHETOS TEMPO DOS PAIS, TRIMESTRE 4



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.

ISSN: 2997-8489

Agradecimentos

Colaboradora Principal
Gerente do Currículo e Editor Sênior
Assistente Editorial
Diretores Mundiais da Escola Sabatina
Conselheiros do Instituto de Pesquisa Bíblica
Direção Criativa
Designer
Ilustrador
Copy Editors

Nina Atcheson
Nina Atcheson
Denise Gustafson
Jim Howard and Daniel Ebenezer
Clinton Wahlen and Daniel Bediako
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. Gostaríamos de agradecer a todos os envolvidos.



Uma Obra de Grande Importância

Seguramos o nosso bebé nos braços, pensando para onde os seus pés correrão ou o que as suas mãos farão quando crescer. Surpreendentemente, 90% do cérebro do seu bebé estará desenvolvido quando ele completar cinco anos.¹ O seu carácter é moldado em grande parte até os sete anos de idade (ver Ellen G. White, *Child Guidance*, p. 193).

Talvez seja um pouco assustador pensar em educar um bebé nesta época em que vivemos. Podemos pensar em jovens que amam sinceramente a Deus — que sabem quem são, apesar das pressões da cultura popular — e perguntar-nos o que os pais fizeram ao longo dos anos para os ajudar a moldar o carácter.

Conectar

- + Quem ajudou a moldar o seu carácter quando era criança? Alguns de nós podem não ter tido uma infância fácil, mas quem estiver disposto, partilhe a memória de um momento ou ritual familiar que influenciou positivamente a pessoa que é hoje.
- + É mais comum encontrar crianças que são muito parecidas com os pais ou que não são?

Pense nas famílias que conhece e que têm filhos mais velhos. De que forma consegue ver as características dos pais refletidas nos filhos? O que é que isso o faz sentir em relação à sua própria família? Neste trimestre, vamos refletir sobre os traços de carácter que vale a pena cultivar nas nossas próprias vidas e alimentar nas vidas dos nossos filhos.

Passe 60 segundos a fazer uma lista de traços de carácter que são importantes para si. Partilhe com o grupo e repare no que é comum a todos.

- + Que traços de carácter Jesus quer que cultivemos nos nossos filhos? Como podemos saber?

Explorar

Ore, convidando o Espírito Santo a guiar a vossa conversa.

Leia Gálatas 5:22 e 23 e faça uma lista dos traços de caráter mencionados.

Conversar

- + Com qual destas características, mais se identifica melhor?
- + De entre estes traços de caráter, quais precisa de pedir a Deus para desenvolver mais em si? Será que conseguimos, por nós próprios, cultivar estes traços?

Refletir e Conversar

Leia e reflita sobre as seguintes citações:

“A edificação do caráter é a obra mais importante confiada aos seres humanos; e nunca como agora foi o seu estudo diligente tão importante. Jamais qualquer geração anterior teve de responder a questões de tão grande importância; nunca antes tiveram os jovens e as jovens de enfrentar perigos tão grandes como aqueles que enfrentam hoje.” – Ellen G. White, *Educação*, p. 191, ed. P. SerVir (2021).

“Cada ato da vida, por mais insignificante que seja, tem influência na formação do caráter. Um bom caráter é mais precioso que os bens materiais, e o trabalho de formá-lo é o mais nobre em que nos podemos envolver.” – Ellen G. White, *Child Guidance*, p. 165.

- + Porque lhe parece que a formação do caráter é a obra mais importante que nos foi confiada?
- + Que “questões importantes” é que as crianças enfrentam e que afetam o seu caráter?
- + Que “atos da vida” poderiam surpreendentemente influenciar a formação do caráter?

Voltemos as nossas mentes para o caráter dos nossos pequenos neste trimestre, enquanto refletimos sobre como Deus também está a moldar o nosso caráter através da experiência de cuidar de uma criança.

Comprometa-se e ore

Passe algum tempo em oração pedindo a Deus que refine o seu próprio caráter enquanto se dedica a moldar o caráter do seu bebé, sabendo que o caráter é a única coisa que levarão para o céu, leia Ellen G. White, *Child Guidance*, p. 161.

Neste trimestre, vamos concentrar-nos em desenvolver o caráter dos nossos filhos para a eternidade. Existem muito bons livros sobre educação disponíveis, que podem usar para complementar a vossa conversa, mas esta publicação usará principalmente a Bíblia e vários capítulos do livro *Orientação da Criança*. Pode aproveitar para ler o livro integralmente ao longo dos próximos meses.





Moldando o Caráter

Conectar

O que prefere que os seus filhos tenham:

- + Um bom caráter ou uma boa carreira?
- + Uma boa reputação ou um coração bondoso?
- + O desejo de servir os outros ou de se tornar num génio?

Moldar o caráter dos nossos filhos é realmente uma das tarefas mais importantes que podemos realizar na vida? Porquê?

Explorar

Ore, convidando o Espírito Santo a guiar a sua conversa.

Leia a história de Daniel e os seus amigos em **Daniel 1:8-20**.

- + O que repara sobre o caráter de Daniel, conforme é descrito aqui?
- + Como pode desenvolver este tipo de caráter no seu bebé? O que terá de “decidir no seu coração” dar ou não dar ao longo desse processo?
- + Qual é o verdadeiro propósito de cultivar um bom caráter no seu bebé?

Ellen White escreve vastamente sobre o desenvolvimento do caráter. Leia as citações seguintes e partilhe os seus pensamentos sobre cada mensagem principal. Quão desafiador é seguir estes conselhos?

MUITO PRECIOSO. “Um bom caráter é mais precioso do que bens materiais, e a tarefa de formá-lo é a mais nobre em que nos podemos envolver” – Ellen G. White, *Child Guidance*, p. 165.

EXIGE ESFORÇO. “O caráter não surge por acaso... É a repetição de uma ação que faz com que esta se torne num hábito e molde o caráter para o bem ou para o mal. Carateres corretos podem unicamente ser formados por meio de esforço perseverante e incansável, aprimorando todos os talentos e capacidades confiados para a glória de Deus” – Ellen G. White, *Child Guidance*, p. 164.

DEUS: O ALICERCE. “Em grande medida, cada um é o arquiteto do seu próprio caráter. A cada dia, a estrutura aproxima-se gradualmente da conclusão. A Palavra de Deus adverte-nos a prestar atenção à forma como construímos, para ver se a nossa construção está alicerçada na Rocha Eterna” – Ellen G. White, *Child Guidance*, p. 164.

“Na construção do nosso caráter, devemos construir sobre Cristo como fundamento. Ele é o fundamento seguro — um fundamento que nunca pode ser abalado” – Ellen G. White, *Child Guidance*, p. 166.

O MAIS IMPORTANTE. “A construção do caráter dos vossos filhos é mais importante que o cultivo dos seus campos, mais essencial que a edificação de casas para morar ou que a realização de qualquer tipo de negócio ou comércio” – Ellen G. White, *Child Guidance*, p. 169.

DEUS AJUDARÁ. “Quando os pais manifestarem tanto interesse nos seus filhos, como o que Deus deseja que todos os pais tenham, Ele ouvirá as vossas orações e colaborará em todos os vossos esforços; mas Deus não se propõe a fazer o trabalho que entregou para os pais fazerem” – Ellen G. White, *Child Guidance*, p. 172.

NÃO SEJA NEM INDULGENTE NEM MÃO DE FERRO. “As crianças são frequentemente mimadas desde a infância, e hábitos errados tornam sistemáticos. Porém enquanto muitos podem errar por excesso de tolerância e indisciplina, outros vão ao extremo oposto e educam os seus filhos com severidade e demasiado rigor. Nenhum destes extremos segue as orientações da Bíblia, pelo contrário, provocam terríveis efeitos” – Ellen G. White, *Child Guidance*, p. 175.

SEJA COERENTE. “Os pais frequentemente mimam e satisfazem os seus filhos pequenos porque parece mais fácil controlá-los dessa forma... No entanto, essa é uma atitude covarde” – Ellen G. White, *Child Guidance*, p. 178.

+ Como podemos ser equilibrados na nossa abordagem parental?

+ Estas são palavras claras, sábias e fortes. Um jovem mimado não é uma pessoa agradável. Em quem podemos apoiar-nos para sermos coerentes e constantes com os nossos filhos?

Orar

Em pares, orem por sabedoria, determinação e uma sensação de calma ao educar e moldar a natureza egocêntrica dos seus filhos. O Espírito de Deus quer habitar nos vossos filhos, então orem para que os seus pequenos corações Lhe estejam recetivos.

Desafio

Durante as próximas três semanas, leia *Orientação da Criança*, capítulos 31-35. Reflita e ore por sabedoria para moldar o caráter do seu bebé em algo bonito que Deus possa usar para a Sua glória.





O Papel do Pai

*“Um pai é o homem que pode mudar um mundo do qual não fará parte, construindo para a formação do pequeno ser humano que é parte de si”
(Craig D. Lounsborough).*

Pesquisas mostram que o impacto dos pais é, de longe, o fator mais importante para o desenvolvimento da fé de uma criança, como alguns citam os pais como quase os únicos influenciadores, em 99% dos casos.² O impacto de um pai na fé dos seus filhos é inegável. “Quando a mãe frequenta a igreja regularmente, mas o pai raramente (ou nunca) vai, apenas 2 a 3% dos filhos continuam a frequentar a igreja regularmente. Quando tanto a mãe como o pai frequentam a igreja regularmente, 33% dos filhos crescem como frequentadores regulares. Eis o que é surpreendente: quando o pai é fiel, mas a mãe nunca frequenta, 44% dos filhos acabam por se tornar frequentadores regulares da igreja. Este é o resultado mais elevado de todos os cenários.³

Conectar

Converse sobre as qualidades dos pais espirituais que conhece e o que observou sobre os seus filhos e as interações dos pais com os filhos.

Explorar e Conversar

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

Leia as passagens da Bíblia e numa frase partilhe um resumo sobre esses pais bíblicos, considerando os seus pontos fortes e fracos. Como é que eles o encorajam na sua jornada como pai? Que outros pais bíblicos respeita como modelos?

- + Adão (Gênesis 4:25 e 26)
- + Noé (Gênesis 6:9-22; Hebreus 11:7)
- + Abraão (Gênesis 15:1-7; 18:19)
- + Eli (I Samuel 2:22-29; 3:11-13)

Ler e Conversar

Leia as citações abaixo e reflita ou converse:

- + O que é desafiante?
- + Que ideias práticas posso colocar em prática para me ajudar a ser o pai que Deus precisa para o meu bebê? A quem posso pedir ajuda nesta tarefa?

“Os filhos esperam do pai apoio e guia; ele deve ter uma perspectiva correta da vida e das influências e das associações que devem rodear a sua família. Acima de tudo, deve ser regido pelo amor e pelo temor de Deus e pelos ensinamentos da Sua Palavra, para lhe ser possível guiar os pés dos filhos no caminho reto.” – Ellen G. White, *O Lar Cristão*, p. 200, ed. P. SerVir (2019).

“O pai ... unirá os seus filhos ao trono de Deus através de uma fé viva. Não confiando na sua própria força, liga a sua alma desamparada a Jesus e apodera-se da força do Altíssimo. Irmãos, orem no lar, em família, à noite e de manhã; orem fervorosamente no vosso gabinete; e enquanto empenhados no vosso trabalho diário, ergam a alma a Deus em oração. Foi assim que Enoque andou com Deus. A oração silenciosa e fervorosa da alma elevar-se-á ao trono da graça como santo incenso, e será tão aceitável a Deus como se fosse oferecida no santuário. Para todos os que assim O buscam, Cristo torna-Se num auxílio presente em tempo de necessidade. Serão fortes no dia da adversidade.” – Ellen G. White, *O Lar Cristão*, p. 201, ed. P. SerVir (2019).

“O pai pode exercer sobre os filhos uma influência que será mais forte do que as atrações do mundo. Deve estudar a disposição e o caráter dos membros do seu pequeno círculo, a fim de poder compreender as suas necessidades e os seus perigos, e assim estar preparado para reprimir o erro e encorajar o que é correto.” – Ellen G. White, *O Lar Cristão*, p. 210, ed. P. SerVir (2019).

Lembre-se...

Talvez a sua vida, ou a dos seus filhos, seja marcada pela ausência de um pai. Não é o que Deus pretendia, mas Ele amorosamente preenche essa lacuna sendo o melhor Pai que se poderia imaginar, ajudando a guiar e moldar o nosso caráter (ver Hebreus 12:6-11). Observe as mensagens de **Jeremias 33:3** e **Mateus 6:8-15**.

Orar

Ore pelos pais do seu grupo, para que Deus os capacite a liderar os seus filhos e os seus lares de maneira amorosa como Deus é amoroso, e com coragem.
Ore também pelos seus filhos, para que Deus lhe dê sabedoria para proporcionar o melhor ambiente possível para o desenvolvimento do seu caráter.

2 Barna Group, *Who Is Responsible for Children's Faith Formation?*

3 David Murrow, *Young Men and Faith*, in *Why Men Hate Going to Church*, p. 185.





A Influência da Mãe

*“Depois de Deus, o poder da mãe para o bem
é a maior força conhecida na Terra.”*

Ellen G. White, *O Lar Cristão*, p. 229, ed. P. SerVir (2019).

Conectar

- + Partilhe uma memória especial que tenha da sua mãe ou de uma figura materna significativa na sua vida. Como é que influenciaram na construção da pessoa que é hoje?

Explorar

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

Leia e partilhe uma frase, resumindo o que leu sobre estas mães bíblicas, considerando os seus pontos fortes e fracos. Como a encorajam na sua jornada como mãe?

- + Sara (Génesis 17:16; 21:6)
- + Zípora (Êxodo 4:20-26)
- + Ana (I Samuel 1)
- + Maria (Lucas 1:26-38)

Conversar ou Refletir

Leia as citações abaixo e reflita ou converse:

- + O que é desafiante?
- + Que ideias posso colocar em prática para me ajudar a ser a mãe que Deus precisa para o meu bebé? A quem posso pedir ajuda nesta tarefa?

“Mães, é vossa missão suprema impedirem que os vossos filhos adquiram maus hábitos. É mais fácil aprender o mal do que erradicá-lo depois de aprendido.” – Ellen G. White, *Child Guidance*, pp. 457 e 458.

“Mães, lembrem-se de que, nesta vossa tarefa, o Criador do universo vos dará toda a ajuda que precisarem... O vosso Redentor compassivo está a observar-vos com amor e empatia, pronto para ouvir as vossas orações e prestar a assistência de que precisem nesta vossa obra.” – Ellen G. White, *Child Guidance*, pp. 172 e 173.

“Construam uma fortificação de oração e fé em torno dos vossos filhos e exerçam vigilância diligente sobre ela.” – Ellen G. White, *Child Guidance*, p. 185.

Ore diariamente pelo caráter do seu bebé e tenha fé que Deus trabalhará consigo nessa tarefa tão importante.

Considerar

Mães, lembrem-se de que a vossa atitude e disposição afetam toda a casa! Reservem tempo para cuidar de vós mesmas, para que a vossa ternura, calma, e paz possam perfumar a vida das pessoas ao vosso redor. Embora o vosso papel como mãe seja cansativo e desafiante, lembrem-se que o vosso bebé é um empréstimo do céu e que estão a fazer o trabalho mais importante do mundo. Todos os dias, estão a trabalhar para moldar o carácter de líderes, inovadores, e daqueles que Deus quer usar quando esta etapa da vossa vida terminar. Embora tudo isso possa parecer distante, chegará muito rapidamente.

Lembre-se...

Talvez a sua vida, ou a dos seus filhos, seja marcada pela ausência de uma mãe. Não é o que Deus pretendia, mas Ele amorosamente preenche essa lacuna sendo Aquele que ama tão ternamente como uma mãe galinha ama os seus filhotes. Analise as mensagens de **Isaías 66:13** e **Mateus 23:37**.

Orar

Convide os homens do seu pequeno grupo a orarem pelas mães, mencionando o nome de cada uma. Em alternativa, cada um pode fazer uma breve oração pela pessoa ao seu lado.





A Natureza Nutre

“Como seriam as nossas vidas e as vidas dos nossos filhos se os nossos dias e noites fossem tão imersos na natureza quanto são na tecnologia?”⁴ pergunta Richard Louv, autor do livro *Last Child in the Woods: Saving Our Children from Nature-Deficit Disorder* (A Última Criança na Floresta: Salvando as Nossas Crianças Urbanas do Distúrbio do Déficit de Natureza). Muitas crianças (e adultos) descobririam que, se passassem mais tempo na natureza, a sua saúde física, mental e espiritual melhoraria. Estudos também mostram que crianças que têm uma infância “mais lúdica” e menos “tecnológica” alcançam muitos benefícios a longo prazo.

Conectar

- + Num dia normal, passa mais tempo dentro ou fora de casa?
- + Nota alguma mudança no seu bebé quando passam tempo no exterior?

Explorar

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

Jesus afastava-se frequentemente das grandes multidões para lugares tranquilos na natureza, onde podia orar. O que estas passagens da Bíblia mostram sobre a natureza? Lucas 5:16; 6:12 e 13; Mateus 5:1; Marcos 2:13; Lucas 22:39-42; 24:13-16; João 21:4-6.

Jesus não só gostava de passar tempo na natureza para se renovar e fortalecer espiritualmente, mas também ensinava e pregava enquanto estava na natureza e frequentemente usava a natureza para explicar verdades espirituais (nomeadamente através de parábolas). Nós também podemos sentir-nos próximos de Deus quando estamos na natureza, e observamos evidências do Criador e do Seu amor e cuidado por nós e pelo o mundo que criou.

Refletir

- + Qual é o desafio pessoal para si nas seguintes citações?
 - “Depois da Bíblia, a natureza deve ser o nosso grande livro de lições.”
 - Ellen G. White, *Child Guidance*, p. 45.

“Todo o mundo natural foi concebido para ser um intérprete das coisas de Deus”
– Ellen G. White, *Orientação da Criança*, p. 45.

“Em cada folha da floresta e pedra das montanhas, em cada estrela brilhante, na terra, no mar e no céu, o nome de Deus estava escrito.” – Ellen G. White, *Child Guidance*, p. 45.

“Que a mãe... encontre tempo para cultivar em si mesma e nos seus filhos o amor pelas coisas belas da natureza.” – Ellen G. White, *Child Guidance*, p. 48.

Pensamentos Adicionais

O AZUL E O VERDE DEVEM SER VISTOS COM FREQUÊNCIA. Pesquisas mostram que os adolescentes têm 55% menos probabilidade de desenvolver uma doença mental se crescerem com acesso a um espaço verde (árvores) ou azul (água).⁵

CONTACTO COM A NATUREZA. Incentive a sua criança a correr descalça na relva, terra ou areia. Pesquisas começam a revelar que passar tempo na natureza ajuda as pessoas a estabilizarem emocionalmente. Outros benefícios de estar ao ar livre, incluem desenvolver uma imunidade mais robusta, ter menos tendência para depressão, e fortalecer a mente de maneiras profundas e criativas através do estudo da beleza e da perfeição da natureza que Deus criou.

CULTIVE UMA HORTA com os seus filhos, se possível. Cultive legumes e frutas e permita que eles colham e comam diretamente da horta. Isto não só expandirá o seu paladar, como também ensinará muito sobre o mundo de Deus. Fale sobre as minhocas que permitem que o ar e a água entrem no solo, e sobre a luz do sol e a chuva que ajudam as plantas a crescer.

CAMINHAR E CONVERSAR. Jesus ensinava os Seus discípulos ao ar livre, muitas vezes caminhando. Quando caminhamos, estamos normalmente longe das distrações do trabalho ou das tarefas domésticas. Podemos concentrar-nos na conversa, e uns nos outros. É importante dar esse exemplo ao seu bebé, mesmo que ele ainda não converse. Lembre-se de que a Bíblia e a natureza eram os manuais didáticos de Jesus.

Conversar:

- + O que pode fazer para explorar mais espaços ao ar livre com o seu bebé?
- + A que novas texturas (areia, terra, relva, água) poderia dar-lhe a conhecer?

Orar

Agradeça a Deus por algo específico da Sua criação. Comprometa-se a passar mais tempo na natureza com o seu bebé esta semana.

Desafio

Esta semana, para aprofundar os benefícios de desfrutar da natureza em família, leia os capítulos 6 e 7 do livro *Orientação da Criança*.

4 Children and Nature Network, *What Is Nature-Deficit Disorder?* childrenandnature.org.

5 *Being Surrounded by Green Space in Childhood May Improve Mental Health of Adults*, ScienceDaily, accessed June 25, 2024.





Escolhas Saudáveis

Conhece algumas citações sobre saúde na tua cultura? Talvez já tenha ouvido: “Deitar cedo e cedo erguer, dá saúde e faz crescer” ou “Somos o que comemos” ou “Come para viver, não vivas para comer”.

Conectar

- + Qual é a importância de uma vida saudável para si e para a sua família?

Explorar

Ore, convidando o Espírito Santo a guiar a vossa conversa.

Leia I Coríntios 6:19 e 20; 10:31; João 6:35; Provérbios 3:7 e 8.

- + O que diz a Bíblia, em termos gerais, sobre o nosso corpo e a nossa saúde?
- + Como é que muita ou pouca saúde podem afetar os nossos esforços para desenvolver o nosso caráter?

Ler e Conversar

As consequências que as nossas escolhas saudáveis têm sobre os nossos filhos (através da amamentação, por exemplo) são evidentes nas pesquisas. Talvez já tenha ouvido falar dos princípios NEWSTART para uma vida saudável: Nutrição, Exercício, Água, Sol, Temperança, Ar, Descanso e Confiança em Deus. Ao ler os resumos seguintes, considere: O que quero continuar a fazer, começar a fazer ou parar de fazer, para benefício de toda a família, incluindo o bebé?

NUTRIÇÃO. Uma dieta à base de produtos integrais e naturais, como vegetais, cereais integrais, leguminosas, e frutas era a dieta original que Deus tinha em mente para nós (ver Génesis 1:29), e Ele também tinha claro os alimentos que não devemos comer (ver Levítico 11). Estudos demonstraram que as pessoas que adotaram uma dieta vegetariana saudável têm um risco muito menor de desenvolver e/ou morrer de muitas doenças.⁶ Uma dieta equilibrada, como a mencionada, também pode ajudar a manter um peso saudável, a prevenir a depressão e a ansiedade e melhorar a sua capacidade de pensar com clareza de raciocínio.⁷ “É difícil exagerar a importância de educar as crianças quanto a um

regime alimentar correto. As crianças devem aprender que têm de comer para viver, e não viver para comer. Essa educação deve começar quando o bebé ainda está nos braços da mãe. Ele só deve receber alimentos a intervalos regulares, e com menos frequência, à medida que vai tendo mais idade.” – Ellen G. White, *A Ciência do Bom Viver*, p. 290, ed. P. SerVir (2015).

- + Quão difícil é seguir uma dieta de origem vegetal com os alimentos disponíveis no seu país?
- + Que mudanças poderia fazer para aumentar a sua ingestão de alimentos de origem vegetal não processados?

EXERCÍCIO, ÁGUA, LUZ SOLAR E AR PURO. O exercício é essencial para a nossa saúde mental, física e espiritual. Apenas 30 minutos por dia podem causar um grande impacto no nosso bem-estar e também prevenir certas doenças. Deus criou os nossos corpos para se movimentarem!

Deus projetou os nossos corpos para serem compostos por cerca de 65% de **água**. Para os bebés, ainda mais — cerca de 75%. Crianças mais velhas e adultos devem beber entre seis a oito copos de água por dia.

Quando Adão e Eva deixaram o Jardim do Éden, Deus fez um plano para mantê-los ativos ao **sol** e ao **ar livre** (ver Génesis 3:17-19). Embora nem todos sejamos agricultores, ainda precisamos de vitamina D e ar puro todos os dias. Abra uma janela para evitar o ar viciado e poluído e, se possível, obtenha a sua vitamina D passando algum tempo ao ar livre, ao sol. O seu sono, pele e saúde celular irão melhorar.

TEMPERANÇA, DESCANSO, CONFIANÇA EM DEUS. Deus quer dar- nos **descanso** — umas boas sete a oito horas de sono por noite. Encontre maneiras de dormir quando o seu bebé dorme ou quando o seu cônjuge ou amigo está a cuidar do seu bebé. O Sábado também é um momento para descansar espiritualmente e recarregar as energias. Deus quer que vivamos com **temperança** e domínio próprio, e nos abstenhamos de coisas que não são saudáveis, como álcool, tabaco, drogas, bebidas com cafeína e vício em ecrãs e redes sociais. Isso também significa moderação noutras áreas da vida, como trabalho, socialização e estudos. Quando **confiamos em Deus**, entregamos-Lhe as nossas preocupações.

- + Numa escala de 1 a 5 (sendo 1 muito baixo e 5 ótimo), quão saudável acha que está neste momento? Até que ponto as redes sociais ou um dispositivo com ecrã desviam a sua atenção dos hábitos saudáveis?
- + Como pode estabelecer padrões saudáveis enquanto a sua criança é pequena, para colocá-la no caminho certo para o futuro? Pense especificamente no que pode fazer para alcançar isso?

Desafio e Orar

Esta semana, para aprofundar os benefícios de uma vida saudável, leia os capítulos 16 e 57 do livro *Orientação da Criança*. Escreva Provérbios 3:5-7 e Isaías 55:8 e 9 e reflita em espírito de oração sobre esta mensagem de Deus para si.

6 M. Fukuda & D. Fukuda, *Habits That Heal: Habits From America's Longest Living People* (Prescott, Ariz.: Souls Publishing, 2015), pp. 59, 60.
7 N. Nedley, *The Lost Art of Thinking: How to Improve Emotional Intelligence and Achieve Peak Mental Performance* (Ardmore, Okla: Nedley Publishing, 2014), pp. 145-190.





Domínio Próprio

Só mais uma fatia de bolo, só mais um filme, só mais uma roupa nova. Ter a capacidade de não ceder a todos os desejos é ter domínio próprio. Precisamos disso e também precisamos de ensinar essa característica aos nossos filhos, pois é-nos dito: “A primeira lição que lhes deve ser ensinada é o domínio próprio; pois nenhuma pessoa indisciplinada e obstinada pode esperar ter sucesso neste mundo ou ser recompensada no próximo.” – Ellen G. White, *Child Guidance*, p. 91.

Conectar

- + Já conheceu alguma pessoa bem-sucedida que não tem domínio próprio? Como é?
- + Porque é que o domínio próprio é uma característica tão importante a ser desenvolvida nos nossos filhos?

Reflexão Silenciosa

- + Como pai ou mãe, tem um bom domínio próprio ou essa é uma área que Deus está a refinar na sua vida?

Explorar e Conversar

Ore, convidando o Espírito Santo a guiar a vossa conversa.

Em seguida, leia e discuta as perguntas relacionadas com cada provérbio.

“Como a cidade derribada, que não tem muros, assim é o homem que não pode conter o seu espírito” (Provérbios 25:28).

- + Como é que isso se aplica ao lar?

“Melhor é o longânimo do que o valente; e o que domina o seu espírito do que o que toma uma cidade” (Provérbios 16:32).

- + Como é que isso se aplica em casa?

“O que guarda a sua boca preserva a sua vida; mas o que muito abre os seus lábios traz sobre si a ruína” (Provérbios 13:3).

- + É mais difícil controlar a boca ou falar livremente?
- + Porque é importante lembrar-se deste provérbio quando se trata da educação dos filhos?

Refletir e Anotar

Sublinhe as ideias principais nas citações que se seguem, e escreva um pequeno comentário ao lado de cada uma.

“Os pequenos, antes de completarem um ano de idade, ouvem e compreendem o que é dito a seu respeito e sabem até que ponto devem ser mimados. (...) Os seus filhos aprendem rapidamente o que espera deles, sabem quando a vontade deles vence a sua, e aproveitam ao máximo essas vitórias” – Ellen G. White, *Child Guidance*, p. 91.

“Uma lição preciosa que os pais precisarão de repetir várias vezes é que não é a criança que manda, nem os seus desejos são supremos; mas é a vontade dos pais que prevalece. Assim, está a ensinar autocontrolo e autorregulação. Não lhes dê nada por eles chorarem, mesmo que o seu coração terno deseje muito fazê-lo. Se eles obtiverem a vitória uma vez através do choro, esperarão fazê-lo novamente. Na segunda vez, a batalha será mais veemente” – Ellen G. White, *Child Guidance*, p. 92.

“Alguns pais não têm controlo sobre si mesmos. Não controlam os seus próprios apetites mórbidos ou o seu temperamento apaixonado; portanto, não podem educar os seus filhos no que diz respeito à negação dos seus apetites nem ensinar-lhes domínio próprio.” – Ellen G. White, *Child Guidance*, p. 94.

“Nunca devemos perder o controlo de nós mesmos... Devemos andar de maneira digna, fazendo uma representação correta de Cristo. Dizer uma palavra com raiva é como bater pedra contra pedra: imediatamente acende sentimentos de ira” – Ellen G. White, *Child Guidance*, p. 95.

Orar

Orem uns pelos outros e pelos vossos filhos — para que Deus lhes dê autocontrolo nas áreas de fraqueza e guarde as suas bocas e pensamentos. Orem por sabedoria para saber como incutir autocontrolo ao seu bebé ao longo do seu crescimento.

Desafio

Esta semana, para uma análise mais profunda da importância do domínio próprio em casa, leiam o capítulo 13 do livro *Orientação da Criança*. Passem algum tempo em oração pessoal sobre este importante tema.





Sinceridade

Existem muitas influências externas no desenvolvimento do caráter. Agora, vamos focar a nossa atenção em alguns traços de caráter que podemos inculcar na vida dos nossos pequenos.

Conectar

- + Partilhe uma ocasião em que mentiu quando era criança. Qual foi o resultado ou consequência disso?

Não é incomum as pessoas mentirem ou distorcerem a verdade em prol de ganhos pessoais.

Explorar

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

A Bíblia diz muitas coisas sobre Deus (e Satanás), mas estes versículos em particular destacam alguns pontos importantes.

- + O que nos diz **Hebreus 6:18** sobre Deus?
- + O que nos diz **João 8:44** sobre Satanás?
- + Leia **Provérbios 6:16-20** e **Filipenses 4:8**. O que registou acerca destes versículos?

Que contraste entre Deus e Satanás – são polos opostos.

Considere estes versículos e as respectivas mensagens sobre a sinceridade.

Qual deles mais lhe diz respeito? Porquê?

- + “não mintais uns aos outros, pois que já vos despistes do homem velho com os seus feitos” (Colossenses 3:9).
- + “Pelo que deixai a mentira, e falai a verdade cada um com o seu próximo, pois somos membros uns dos outros” (Efésios 4:25).
- + “Quem, Senhor, habitará na tua tenda? quem morará no teu santo monte? Aquele que anda irrepreensivelmente e pratica a justiça, e do coração fala a verdade” (Salmo 15:1 e 2).

- + Os lábios mentirosos são abomináveis ao Senhor; mas os que praticam a verdade são o seu deleite” (Provérbios 12:22).

Ler e Refletir

Desde o momento em que o nosso bebé aprende a falar, podemos enfatizar a importância de dizer sempre a verdade. Incutiremos à nossa criança o amor pela verdade e pela honestidade quando tratarmos a mentira como um pecado grave. Isso inclui não apenas mentiras descaradas, mas também hiperbolizações, ou mentiras ditas inocentes (distorcer a verdade), às vezes, até mesmo certas “piadas”.

- + Existem mentiras que são consideradas aceitáveis, mesmo na educação dos filhos? Porque é que essas mentiras continuam a ser erradas e como poderão afetá-los quando eles forem mais velhos?

Considere o desafio nestas reflexões:

“Nunca deixe margem para que os seus filhos possam legitimamente afirmar: ‘A mãe não diz a verdade! / O pai não diz a verdade... À medida que os filhos crescem, os pais não devem dar a menor oportunidade para que seja plantada a semente que se transformará em engano e falsidade e amadurecerá em hábitos não confiáveis” – Ellen G. White, *Child Guidance*, p. 150.

“Os pais devem ser modelos de verdade, pois essa é a lição diária que deve ser gravada no coração das crianças. Princípios inabaláveis devem governar os pais em todos os assuntos da vida, especialmente na educação e formação dos seus filhos... Nunca diga uma inverdade em preceitos ou exemplos. Se quer que o seu filho seja verdadeiro, seja também verdadeiro – Ellen G. White, *Child Guidance*, p. 151.

Devemos orar para que os nossos filhos sejam conhecidos como pessoas que dizem sempre a verdade. Esta reputação será mais preciosa do que prata ou ouro, pois reflete o caráter amoroso de Deus.

Refletir

- + De que maneiras preciso de demonstrar mais sinceridade nas minhas interações e no exemplo que dou aos meus filhos?
- + Como posso corrigir gentilmente os meus filhos para que não tenham receio de dizer a verdade?

Esta semana, para aprofundar os benefícios de se ser honesto, leia os capítulos 28 e 29 do livro *Orientação da Criança*.

Orar

Agradeça a Deus por Ele ser a verdade e por nos ajudar a sermos exemplos sinceros do Seu caráter diante dos nossos filhos. Peça sabedoria para saber como e quando os orientar de forma honesta.





Gentileza

No nosso mundo acelerado, a gentileza parece não ter muito valor. Em vez disso, muitas vezes vemos pessoas sobrecarregadas, apressadas, stressadas, cansadas e vazias. Estas emoções podem privar-nos, a nós e aos nossos lares, da gentileza. Em vez disso, é fácil tornarmo-nos severos e bruscos no nosso comportamento.

Conectar

- + Numa escala de 1 a 5, quão gentil é? Por que razão a gentileza pode ser um traço de carácter importante a cultivar e trabalhar com o seu bebé?

Explorar

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

Juntos, leiam em voz alta **Filipenses 4:5 e 6**. Estes versículos talvez já vos sejam familiares, mas leiam-nos devagar, prestando atenção a cada palavra e ao significado de cada conceito. Depois, analisem os versos abaixo. Sublinhem as palavras que se destacam e circundem os traços de carácter que gostariam de pedir a Deus para serem desenvolvidos em vós.

“Seja a vossa moderação conhecida de todos os homens. Perto está o Senhor. Não andeis ansiosos por coisa alguma; antes em tudo sejam os vossos pedidos conhecidos diante de Deus pela oração e súplica com ações de graças” (Filipenses 4:5 e 6).

Conversar

- + De que forma a mansidão e a bondade estão relacionadas?
- + Como a oração e a gentileza estão relacionadas? (Como é que a oração muda a nossa postura em relação a Deus e aos outros?)
- + Como é que a certeza de que Jesus realmente virá em breve nos pode levar a sermos mais gentis?

- + Porque é que as crianças pequenas precisam de gentileza por parte dos adultos?

O nosso mundo cruel e o impacto do pecado podem roubar a gentileza das nossas crianças à medida que elas crescem. No entanto, o nosso Salvador mostrou-nos a importância de ser mansos, gentis e pacíficos, pois isso realmente mostra quem está no nosso coração. Podemos aceitar este conselho:

“Pais, sejam bondosos e gentis com os vossos filhos, e eles aprenderão a gentileza. Vamos demonstrar nos nossos lares que somos cristãos”

– Ellen G. White, *Child Guidance*, pp. 218 e 219.

“Muitas crianças são extremamente sensíveis ao nervosismo, e a maneira suave, sossegada da mãe terá uma influência calmante, que será de inapreciável benefício para a criança.” – Ellen G. White, *A Ciência do Bom Viver*, pp. 288 e 289, ed. P. SerVir (2015).

Desafio

- + Se se sentir à vontade, partilhe uma situação recente em que poderia ter sido mais gentil.

Esta semana, quando sentir que a frustração está a aumentar na relação com o seu bebé, cônjuge ou pessoa amiga, pare e ore para que a gentileza de Jesus preencha o seu coração. Ao demonstrar gentileza para com as pessoas à sua volta, observe como as suas interações mudam. Ao viver uma vida de gentileza, a sua criança também começará a refletir essa característica.

Orar

Orem em pares uns pelos outros e pelos vossos bebés. Peçam perdão pelas vezes em que não foram gentis e orem para que vejam Jesus tão claramente que se tornem num reflexo da Sua adorável gentileza.





Altruísmo

A pessoa egoísta pensa em “mim” em vez de “nós”. Considera-se o centro de tudo, seja bom ou mau. Não ouve nem se preocupa verdadeiramente com os outros, e quer sempre o melhor para si própria, mas nunca se considera egoísta.

Conectar

- + Na sua cultura, como é que a sociedade incentiva o egoísmo? (Pense em todas as idades e fases da vida.)
- + Acha fácil ou difícil educar uma criança altruísta? Porquê?

Explorar

Ore, convidando o Espírito Santo a guiar a sua conversa.

Leia os seguintes versículos da Bíblia e escreva ou partilhe uma palavra que melhor capte a mensagem de cada versículo:

- + Filipenses 2:3 e 4
- + I João 3:16-18
- + João 15:13
- + I Coríntios 10:24
- + Gálatas 5:14
- + Tiago 3:16
- + Porque é que a Bíblia fala tão claramente sobre amar os outros e não em clamar para que o eu esteja em primeiro lugar?
- + Porque é que a generosidade é uma característica tão importante a ser desenvolvida nos nossos filhos?

Leia e reflita sobre estas afirmações diretas e considere:

O que é que eu preciso de mudar na minha maneira de criar os meus filhos agora, a fim de que cresçam como crianças altruístas e amorosas, que refletem Jesus?

“Crianças de dois a quatro anos de idade não devem ser encorajadas a pensar que devem ter tudo o que pedem. Os pais devem ensinar-lhes lições de abnegação e nunca as tratar de forma a fazê-las pensar que são o centro do universo e que tudo gira em torno delas.” – Ellen G. White, *Child Guidance*, p. 132.

“A mente, assim como o corpo, precisa de alimento puro para ter saúde e força. Dê aos seus filhos algo maior em que pensar para que não estejam absortos em si mesmos. A mente que vive numa atmosfera pura e santa não se tornará trivial, frívola, vaidosa ou egoísta.” – Ellen G. White, *Child Guidance*, p. 188.

“Uma das características que deveria ser especialmente acarinhada e cultivada em cada criança é o esquecimento de si mesmo, que comunica à vida uma graça inconsciente. De todas as excelências do caráter, esta é uma das mais belas e é uma das qualificações mais essenciais para todo o verdadeiro trabalho de uma vida.” – Ellen G. White, *Educação*, p. 200, ed. P. SerVir (2021).

“Em cada casa deveria haver uma caixa de abnegação, e... nessa caixa as crianças deveriam ser ensinadas a colocar os seus cêntimos que, de outra forma, gastariam em doces e noutras coisas desnecessárias... Todos os membros da família, do mais velho ao mais novo, deveriam praticar a abnegação.” – Ellen G. White, *Child Guidance*, p. 132.

Desafio

Crie uma caixa de abnegação em sua casa. Mostre ao seu filho como guarda dinheiro para os outros, para que isso se torne num hábito para ele à medida que cresce. Incuta nele o amor pelos outros e pela obra de Deus.

Conversar

- + Porque é que tantos pais dão aos filhos tudo o que eles pedem?
- + Como pode mostrar maior determinação ao ensinar a sua criança a importante lição da abnegação?

Orar

Peça a Deus que lhe mostre como ser mais determinado ao ensinar a sua criança a importância da abnegação. Ore para que Deus remova quaisquer obstáculos que possam pôr em causa esse importante trabalho, para que toda a sua família possa refletir o belo caráter de altruísmo de Deus.

Esta semana, para uma análise mais aprofundada da abnegação, leia o capítulo 23 do livro *Orientação da Criança*.





Prestabilidade

A Academia Americana de Psiquiatria Infantil e Adolescente afirma que “as crianças que realizam tarefas domésticas podem apresentar maior autoestima, ser mais responsáveis e estar mais bem preparadas para lidar com frustrações, adversidades e gratificação não imediata. Essas habilidades podem levar a um maior sucesso na escola, no trabalho e nos relacionamentos”.⁸

Conectar

- + O que fizeram os seus pais (ou não fizeram), para lhe ensinar a ser prestável quando criança? (Pense em exemplos específicos.)

Explorar e Conversar

Ore, convidando o Espírito Santo para orientar o debate.

- + O que dizem **Hebreus 13:16** e **Gálatas 6:2, 10** sobre ser solícito?
- + Embora as tarefas domésticas se tornem mais demoradas ao envolver a sua criança, é uma parte importante da formação do seu caráter. Daqui a quinze anos, como serão os vossos filhos se como pais fizerem tudo por eles sem permitir que eles ajudassem gradualmente ao longo dos anos?

“Enquanto ainda são pequenos, a mãe deve dar-lhes todos os dias alguma tarefa simples para fazer. Levará mais tempo ensiná-los do que se ela mesma fizesse, mas deve lembrar-se que o fundamento para se ser prestável e solícito, ajudará na formação do seu caráter. As crianças devem ser formadas para colaborar nos encargos e tarefas da casa o mais cedo possível.” – Ellen G. White, *Child Guidance*, p. 119).

Das seguintes sugestões, considere quais as mais úteis para si.

Dicas para Crianças Pequenas

Ao longo dos próximos dois anos, pode ensinar intencionalmente a criança pequena:

- + Fazer a cama ao acordar todas as manhãs.
- + Ajudar a “dobrar” a roupa lavada ou guardar brinquedos ou livros depois de terminar de brincar.
- + Ajudar a preparar a comida (mostre-lhe primeiro como lavar as mãos e fale sobre a importância de consumir alimentos saudáveis).
- + Varrer ou ajudar a preparar o Sábado.

Dicas para os Pais

À medida que a criança cresce:

- + Dê-lhe mais responsabilidades;
- + Lembre-se de que terá de lhe ensinar certas tarefas. Mostre-lhe como fazer pequenas tarefas domésticas e, mesmo que parta alguma coisa ou não o faça bem, continue a encorajá-la;
- + Quando sentir cansaço, resista à tentação de reclamar das tarefas domésticas, pois a sua criança também as verá como um fardo. Em vez disso, converse sobre como é bom trabalharem todos juntos para que todos desfrutem de uma casa agradável;
- + À medida que a criança cresce, ensine-a a trabalhar antes de brincar e faça o trabalho mais difícil primeiro, em vez de o deixar para o fim.

“Por mais satisfação que lhe dê o intelecto brilhante dos seus filhos, mas, a menos que estejam sob o controlo de um coração santificado, eles irão contrariar os propósitos de Deus.” – Ellen G. White, *Child Guidance*, p. 188.

O nosso objetivo não deve ser ter filhos mais brilhantes. Deve ser cultivar um coração sujeito ao Senhor, e bondoso, com amor por Jesus, e por uma vida plena de serviço, inteligência, saúde e cuidado pelos outros.

Conversar

- + Tem alguma lembrança de servir os outros com a sua família? Como é que isso afetou o seu crescimento?
- + Como pode lembrar-se de incutir o amor por servir os outros nos seus filhos, especialmente à medida que eles crescem? O que diz **Eclesiastes 3:12 e 13** sobre a nossa produtividade e serviço conduzirem a essa satisfação?

Desafio

Esta semana, para uma análise mais aprofundada sobre ser solícito, leia os capítulos 20 e 21 do livro *Orientação da Criança*.

Orar

Considere as ideias apresentadas nesta conversa e peça a Deus que lhe dê, a si e à criança, o desejo de ajudar e servir os outros.





Alegria

Conectar

- + Pense em como era quando era criança. Como é que era nessa altura? O que o fazia feliz?
- + Numa escala de 1 a 5, quão alegre é como adulto?
- + Porque pode ser importante criar uma atmosfera de alegria em sua casa ao apresentar Jesus à criança?

Explorar e Conversar

Ore, convidando o Espírito Santo para guiar a sua conversa.

- + Leia **Filipenses 4:4-7** e **Provérbios 15:13**. Porque devemos ser alegres?
- + Considere as seguintes citações. Que frases chamam a sua atenção? Quão desafiante é viver estes princípios em sua casa?

“Acima de tudo, os pais devem rodear os filhos com uma atmosfera de alegria, cortesia e amor. Um lar onde o amor habita e é expresso em olhares, palavras e ações é um lugar onde os anjos se deleitam em manifestar a sua presença.” – Ellen G. White, *Child Guidance*, p. 146.

“Palavras agradáveis e alegres não custam mais do que palavras desagradáveis e mal-humoradas. Se não gosta que lhe dirijam palavras duras, lembre-se de que, quando as utiliza, os outros sentem uma dor aguda... Pais, tragam um ambiente espiritual para o lar. Os anjos não são atraídos a um lar onde reina a discórdia. Eduquem os seus filhos a dizer palavras que tragam luz e alegria.” – Ellen G. White, *Child Guidance*, p. 147.

“Sorriam, pais; sorriam, professores... Devem conquistar o afeto das crianças se quiserem imprimir a verdade religiosa nos seus corações.” – Ellen G. White, *Child Guidance*, p. 148.

“O lar deve ser tudo quanto está implícito nessa palavra. Deve ser um pequeno Céu na Terra, um lugar onde se cultivem as afeições em vez de serem cuidadosamente reprimidas. A nossa felicidade depende do cultivo do amor, da simpatia e da verdadeira cortesia de uns para com os outros.” – Ellen G. White, *O Lar Cristão*, pp. 11 e 12, ed. P. SerVir (2019).

Refletir e Conversar

- + Quem define mais o tom do lar: os pais ou os filhos?
- + Como poderia falar mais sobre Jesus em casa?
- + Leia o Salmo 118. Como se relaciona a gratidão com o ser-se alegre?

Desafio

Esta semana, leia e reflita sobre as mensagens do **Salmo 118**. Para uma análise mais aprofundada sobre alegria e gratidão, leia também o capítulo 27 do livro *Orientação da Criança*.

Orar

Peça a Deus para lhe dar mais energia e alegria nesta semana e nas próximas, para que possa refletir a alegria de conhecê-Lo a todos ao seu redor — especialmente aos mais próximos.





Um Trabalho Duradouro

Embora a criança ainda seja pequena e lhe pareça que alguns aspetos abordados neste trimestre ainda não se apliquem, tem muitos anos de parentalidade pela frente, e pensamentos claros e hábitos estabelecidos agora ajudarão no futuro. Também poderá querer visitar alguns dos tópicos nos próximos meses ou anos. O desenvolvimento do caráter é, de facto, um trabalho para toda a vida — de Deus trabalhando em nós e nos nossos filhos.

Conectar

- + Que parte da seguinte citação mais lhe diz respeito?
“Lide com os seus filhos de forma honesta e fiel. Trabalhe com coragem e paciência. Não tema as dificuldades, não poupe tempo ou esforço, fardo ou sofrimento. O futuro dos seus filhos testemunhará o caráter do seu trabalho.” – Ellen G. White, *Child Guidance*, p. 170.
- + Considere os vários tópicos que explorámos neste trimestre. O que mudou na sua maneira de educar os filhos ou nas suas perspetivas? Em que é que está mais expectante para se concentrar nas próximas semanas?

Explorar e Conversar

Ore, convidando o Espírito Santo para guiar a sua conversa.

- + Leia **Hebreus 12:1 e 2** e **Deuterónimo 6:6-9**. O que nos ensinam estes versículos sobre a orientação dos filhos para a eternidade?
- + Em seguida, leia Apocalipse 22:12. Como é que estas palavras de Jesus lhe trazem coragem?

Lembre-se...

Explorámos muitos princípios maravilhosos sobre como desenvolver um caráter piedoso nos nossos filhos, mas haverá momentos em que falharemos na nossa elevada missão. Por mais desanimados que possamos por vezes sentir-nos, devemos seguir em frente com coragem e perseverança, sabendo que Deus está connosco. Como pais, moldar o caráter dos nossos filhos

é talvez a tarefa mais complexa e importante que nos foi confiada. Deus quer trabalhar connosco e com os nossos filhos quando falharmos, e nos dará a ajuda de que precisarmos à medida que seguimos em frente.

“Se falhou no seu dever para com a sua família, confesse os seus pecados diante de Deus. Reúna os seus filhos e reconheça a sua negligência também perante eles. Diga-lhes que deseja promover uma reforma no lar e peça-lhes que ajudem a tornar o lar no que ele deve ser. Leiam as orientações encontradas na Palavra de Deus. Ore com eles e peça a Deus que poupe as suas vidas e os ajude a se prepararem para um lar no Seu reino. Dessa forma, poderá iniciar uma obra de reforma e, então, continuar a seguir o caminho do Senhor.”

– Ellen G. White, *Child Guidance*, pp. 557 e 558).

Quando a cultura popular nos diz que os nossos sonhos ou carreiras são o mais importante, lembre-se de que os nossos filhos são um empréstimo de Deus e que “para a mãe e o pai, a educação correta dos filhos é a obra mais importante da sua vida.” – Ellen G. White, *Child Guidance*, p. 556.

Desafio

De facto, ser pai ou mãe é um trabalho longo e constante. Às vezes, pode sentir vontade de desistir, mas nesses momentos, apoie-se no seu cônjuge, num membro da família ou numa pessoa amiga. Acima de tudo, tenha fé de que Deus ama a criança mais do que nós a amamos. Ele irá acompanhá-la de perto e com a Sua ajuda irá gradualmente moldar o caráter da criança para conhecê-l’O, amá-l’O e servi-l’O. “Dia após dia, mês após mês, ano após ano, o trabalho deve continuar, até que o caráter da sua criança esteja formado e os hábitos corretamente estabelecidos.” – Ellen G. White, *Child Guidance*, p. 95.

Nesta Terra, continuarão a trabalhar nesta missão fulcral, até um dia verem os vossos filhos com Jesus – para sempre. Imaginem como será...

“Com imensurável alegria, os pais verão a coroa, o manto e a harpa serem entregues aos seus filhos. Os dias de espera e de medo chegaram ao fim. A semente plantada com lágrimas e oração, ainda que por vezes pareça um esforço em vão, traduzir-se-á numa colheita de sucesso celebrada com júbilo indescritível. Os seus filhos foram redimidos. Pais, mães, as vozes dos vossos filhos irão unir-se vigorosamente aos cânticos de alegria nesse dia?”

– Ellen G. White, *Child Guidance*, p. 569.

Comprometam-se

Em grupo, dediquem algum tempo a orar uns pelos outros e pelos vossos bebés — para que Deus vos conceda sabedoria, força, perseverança, bondade e tudo o que precisam para moldar o caráter dos vossos filhos para a eternidade. Talvez queiram comprometer-se a fazer isto regularmente no futuro.

Opcionalmente leiam outros capítulos do livro *Orientação da Criança* ou para uma reflexão mais aprofundada sobre o tema desta última semana, leiam os capítulos 82 e 83.





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

Impressão e Distribuição

Publicador SerVir, SA

Rua da Serra, 1 – Sabugo

2715 – 398 Almargem do Bispo

Tel.: 21 962 62 00

1ª Edição setembro 2026

ISSN 3051-7915

Impresso em Portugal